



comunicado

Departamento de Salud

Presentan nuevo Plan de Alimentación Saludable para Emergencias

San Juan, Puerto Rico (15 de mayo de 2023) – En el mes de orientación y preparación de la temporada de huracanes, la Comisión de Alimentación y Nutrición de Puerto Rico (CANPR), adscrita al Departamento de Salud (DS), dio a conocer un Plan de Alimentación Saludable para Emergencias en Puerto Rico “PRepárate”. La nueva guía tiene como objetivo educar y apoyar a las familias en la preparación de abastos de alimentos ante posibles eventos atmosféricos que pudieran afectar a la Isla, así como otras emergencias.

El Plan para Emergencias fue presentado por la presidenta de la CANPR, Nivia A. Fernández Hernández; en compañía del secretario de Salud, Carlos Mellado López; el coordinador en Puerto Rico de la Organización Panamericana de la Salud, Raúl Castellano Bran; y los miembros del Comité Asesor y Colaboradores.

La presidenta de la CANPR, Nivia A. Fernández Hernández, explicó que conocer el estado de salud, las necesidades nutricionales, dietas especiales y alergias de cada miembro de la familia o grupo a cargo, puede marcar la diferencia ante cualquier emergencia. “El llamado a la preparación de un plan de alimentación saludable comienza en cada hogar y lugar de cuidado. El nuevo Plan, entendiendo que una emergencia puede ser prolongada, busca aportar con menús y alternativas de alimentos de alta calidad nutricional que contribuyan a proteger la salud de todos”.

El Plan de Alimentación detalla los pasos principales a seguir para la preparación de una emergencia, que incluye planificación de menús, preparación de lista de compras y el almacenamiento de alimentos. Además de recomendaciones específicas para la preparación de grupos vulnerables como lo son: infantes, niños y adultos mayores; así como aquellas para el manejo seguro de alimentos, incluyendo el agua, abastos que durante una situación adversa pueden afectarse.

El Plan de Alimentación, sugiere contar con alimentos almacenados para un mínimo de 10 hasta 15 días. La Guía también contiene recomendaciones para el almacenaje de la reserva y aspectos de seguridad en el manejo de los alimentos. Así como, una lista de los alimentos que fortalecen el sistema inmunológico.

Por su parte el secretario de Salud, Carlos Mellado López, exhortó a la ciudadanía a incluir en sus planes de emergencia familiar el aspecto nutricional. “Es vital estar preparados en esta época ciclónica. Muchas veces nos enfocamos en salvaguardar la propiedad en situaciones de emergencias y nos olvidamos de otros aspectos importantes como lo son la salud y la nutrición. Por eso, hacemos un llamado a la ciudadanía a que se preparen teniendo en cuenta la Guía de Alimentación para Emergencias”, enfatizó el galeno.

Mellado López aprovechó el espacio e instó a los pacientes con condiciones crónicas, particularmente, a que tengan abasto de medicamentos, suplido de oxígeno y un plan establecido y acordado con sus especialistas para dar continuidad a sus tratamientos.

El coordinador en Puerto Rico de la Organización Panamericana de la Salud, Raúl Castellano Bran, dijo, “continuamos este año en colaboración con la Comisión, esta vez desarrollando el plan de alimentación de emergencias y la importancia de esta en la población. La Organización Panamericana de la Salud (OPS) persigue como objetivo el bienestar de la población y en conjunto con la Comisión desarrollamos política pública que guíe a la ciudadanía”.

De igual forma, se inserta a la guía “MiPlato para Emergencias en Puerto Rico”, un recurso valioso el cual resume las recomendaciones alimentarias por grupo de alimentos. La población puede acceder o descargar el Plan de Alimentación Saludable para Emergencias en www.salud.pr.gov/comision_alimentacion o www.alimentacionynutricionpr.org.

###

