

**Periódico:** El Economista

**Título:** Nuestras rutinas y la alimentación posCovid-19

**Tema:** Alimentación

**Subtema:** Rutinas alimentación posCovid

**Referencia:** Martínez, L. (24 de junio de 2021). Nuestras rutinas y la alimentación posCovid-19. *El Economista*. Recuperado de <https://bit.ly/3iAyecw>

**Resumen:**

### **Nuestras rutinas y la alimentación posCovid-19**

Desde el año pasado, cuando habían pasado tres meses de pandemia, muchas personas se preguntaban sobre la vuelta a la “normalidad”, que poco a poco se sustituyó con la “nueva normalidad”. Mientras que algunos especialistas vaticinan que los años post pandemia serán marcados por actitudes de consumo desmedido y un hedonismo exaltado, muchos otros intelectuales apuestan por el despertar de una consciencia colectiva que pueda valorar de una mejor manera la salud y los recursos naturales con los que contamos, además de la revalorización de las relaciones humanas.

Algunas de las variables que antes no existían y que ahora inciden directamente en nuestros modos de vida, como las redes sociales, el internet, el acceso a la información y el e-commerce, han influido en la forma en la que nos relacionamos entre nosotros y en la que nos relacionamos con los alimentos en la pandemia. Si comimos de más o de menos por ansiedad o estrés, si reactivamos o desactivamos nuestro cuerpo, si descubrimos o redescubrimos nuestro talento en la cocina, si experimentamos o no el bienestar que nos daban ciertos alimentos a nivel físico o emocional: es claro que en algún aspecto, la pandemia resultó transformadora de nuestra relación con la alimentación.

**Responsable:** Cynthia Guadalupe Hernández Rojas