

**Periódico:** El Economista.

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

**Tema:** Alimentación.

**Referencia:** Martínez Lomelí, L. (Junio,24,2021). Nuestras rutinas y la alimentación posCovid-19. [Editorial]. El Economista. Recuperado de: <https://bit.ly/3mI3zNh>

**Resumen:**

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

Poco a poco alrededor del mundo, a raíz de la vacunación, se reanudan actividades.

Los cambios en nuestra alimentación cotidiana obligados a raíz de la pandemia, son un llamado a replantear las prioridades que tenemos con nuestro bienestar emocional y físico. Para muchas personas, la pandemia significó un giro radical en las vidas que conocían hasta ese momento, 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. La pandemia resultó transformadora de nuestra relación con la alimentación. 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.

**Responsable:** Berenice Verde Hernández.