

Fiestas Patrias: especialistas U. de Chile entregan consejos para ahorrar y conservar alimentos



Las celebraciones están a la vuelta de la esquina. Precios, presupuestos, compras y comidas típicas son algunas de las preocupaciones. Dos expertos entregan recomendaciones para comprar productos, gastar menos y conservar adecuadamente. Las celebraciones están a la vuelta de la esquina. Precios, presupuestos, compras y comidas típicas son algunas de las preocupaciones. Dos expertos entregan recomendaciones para comprar productos, gastar menos y conservar adecuadamente. Hace un par de semanas, un estudio realizado por XTB Latam reveló que el precio de una canasta estandarizada, con once productos, tiene un valor promedio de \$42.984 en 2026. Esta cifra representa un incremento del 5,4% respecto del año pasado y un aumento del 16,3% respecto de 2022.

Pechuga de pollo, asado carnicero, longaniza parrillera, bebidas, entre otros productos, fueron esta vez incluidos en una medición del Servicio Nacional del Consumidor (Sernac). Con información de 250 mil precios provenientes de 1.300 sucursales de 47 locales en el país, la institución anunció este lunes 7 de septiembre una herramienta para revisar los valores más convenientes de manera virtual.

“Para Fiestas Patrias, lo importante es cotizar , entendiendo que los precios aumentan por una sobredemanda normal ”, recomienda Pablo Barberis , director académico y docente de Unegocios de la Facultad de Economía y Negocios de la Universidad de Chile Explica también que, una vez que se celebren las fiestas, los precios deberían volver al valor previo a las celebraciones.

Un estudio de Kantar Chile , difundido a través de medios de comunicación, anunciaba que el 58% de la población chilena estaría dispuesta a endeudarse para estas fechas. Para solventar los gastos extras, el 45% usaría una tarjeta de crédito y tres de cada diez personas gastarían más que en 2025.

“Los precios van a estar más altos porque se asume que la gente va a consumir más , sobre todo productos asociados a las fiestas: carnes y todas las verduras de un clásico asado”, dice el académico.

En ese sentido, a fines de agosto ya se identificaban los vegetales más demandados , tales como la cebolla, un ingrediente presente en los asados, empanadas, ensalada a la chilena o el pebre. También se encuentran el cilantro, el ají, la papa, la lechuga y los porotos verdes, entre otros.

Entre estos productos, la papa sufrió la mayor alza porcentual, con un 48,1% , de acuerdo con los datos obtenidos por XTB

Latam. El kilo pasó de \$1.114 a \$1.650. El asado carníero ocupó el protagonismo en términos de precio, con un aumento de \$956 por kilo.

Factores que influyen en los precios

Acerca de las razones de la subida de los precios, Barberis plantea que entre ellas se encuentran los cambios que enfrenta el sector agrícola con la crisis climática, como el exceso de calor y agua. También menciona el precio de los combustibles, que afecta la cadena de transporte de estos productos, y el factor estacional.

“Hay estaciones que producen menos de forma natural, por lo tanto, los precios se encarecen. El llamado es a buscar en distintos mercados en ferias, que es bastante más económico, o en grandes mercados de acopio como Lo Valledor o La Vega, que son más baratos todavía”, menciona el economista.

La medición del Sernac establece en \$45.290 el valor promedio de una canasta dieciochera. Los seis productos analizados (asado carníero, costillar de cerdo, pechuga de pollo, longaniza parrillera, bebida gaseosa y cerveza) dan como resultado, en una canasta económica, un precio de \$23.139. La más cara cuesta \$78.197.

No obstante, la entidad precisa que la opción económica de 2026 es más barata que la de 2025. Sin embargo, los productos considerados de alta gama o premium sí registraron una fuerte alza. Por otro lado, la brecha de precios entre la opción más cara y la más barata aumentó un 83,9% respecto de 2025.

Conservación y elección de alimentos

Entre los aspectos considerados en estas fechas están, además, las fiscalizaciones por parte del Servicio Agrícola y Ganadero (SAG), del Ministerio de Agricultura, a distintos recintos comerciales para evaluar el correcto estado de los productos, especialmente de la carne.

En ese marco, esta semana se han llevado a cabo distintas visitas con el fin de revisar el cumplimiento de la normativa sobre origen, rotulación, denominación de cortes, exhibición de productos y tipificación. Claudia Henríquez, ingeniera en alimentos del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA) de la U. de Chile, sugiere comprar en comercios establecidos.

“Al momento de elegir la carne, hay que fijarse en que esté en cadena de frío. En general, la carne se adquiere refrigerada, ya sea fresca o al vacío; en ambos casos debe permanecer a temperatura de refrigeración (4 a 5°C)”, explica la especialista.

En cuanto a la carne fresca, dice que esta debe tener un aspecto de color rojo vivo, húmedo, pero no viscoso, firme al tacto y su grasa, de tono blanco o ligeramente crema. Además, en cuanto al olor, menciona que si presenta un olor ácido, agrio o de descomposición, recomienda directamente no comprarla.

“Una vez que hayamos comprado las carnes, debemos llevarlas rápidamente a nuestro refrigerador para no romper la cadena de frío. Esto es muy importante, ya que, si sube la temperatura, se les dan las condiciones ideales a las bacterias para multiplicarse en el alimento”, sugiere.

Esta técnica de refrigeración sirve también para las comidas que queden para el día después, idealmente dividiéndolas en porciones más pequeñas para acelerar el enfriamiento en el interior de los alimentos. “Esto nos permite detener el crecimiento microbiano y la descomposición de las comidas”, dice Henríquez.

Entradas relacionadas:

Gobierno impulsa plan preventivo de seguridad...

Embajadora de Palestina en Chile ante desplazamiento...

MUDA lanza plataforma gratuita que reúne en un mapa...

13 condenados por delitos de lesa humanidad siguen...

Autor: Patricio López