

---

## Caso Polvorín

● Uno de los considerandos de la sentencia del ministro Mesa, a la que se refiere Miguel Á. Vengara Villalobos en su carta del 8 de julio, dice: "No importa la función que cumpliera, en este caso en el Regimiento Tucapel, el acusado era partidario de una dictadura militar, de un régimen donde se detenía, apremiaba y ejecutaba a las personas, luego entonces corresponde imputarle penalmente su responsabilidad".

Es decir, para dicho investigador, acusador y sentenciador no importa si los imputados participaron o no en el delito: para condenarlos bastaba el hecho que eran militares.

*Adolfo Paúl Latorre*

---

## Entre la moda y el riesgo

● En tiempos donde las redes sociales influyen incluso en decisiones de salud, urge advertir sobre el uso indiscriminado de suplementos como la creatina y la berberina. Ambos han ganado popula-

ridad por sus supuestos beneficios, pero su consumo sin supervisión puede ser perjudicial.

La creatina, común entre quienes practican deportes, puede mejorar la fuerza y el rendimiento. Sin embargo, mal utilizada puede provocar molestias estomacales, deshidratación o calambres. Además, algunos productos del comercio informal o que no estén certificado pueden estar contaminados con sustancias peligrosas.

La berberina, por su parte, ha sido erróneamente promovida como el "Ozempic natural" para bajar de peso. Aunque tiene propiedades antiinflamatorias, no existe evidencia sólida en humanos que respalde su uso para adelgazar. Su consumo sin control puede causar náuseas, vómitos o somnolencia.

Frente a esto, es necesario advertir que la creatina y la berberina han caído en una moda que no siempre tiene los beneficios que se buscan. La salud no debe guiarse por tendencias virales. Siempre es mejor consultar a un profesional capacitado antes de iniciar cualquier tratamiento.

*Francisco Álvarez  
Académico Química y Farmacia,  
U. Andrés Bello, sede Viña del Mar*