

AL AÑO 2024

Un 46.32% de los adultos es obeso en la Región de Coquimbo

De acuerdo a las cifras de las personas que se atienden al alero del Servicio de Salud Coquimbo, también se tiene que para el año 2024, un 40% de las personas gestantes presentaba obesidad.

ROMINA ONEL

La Serena

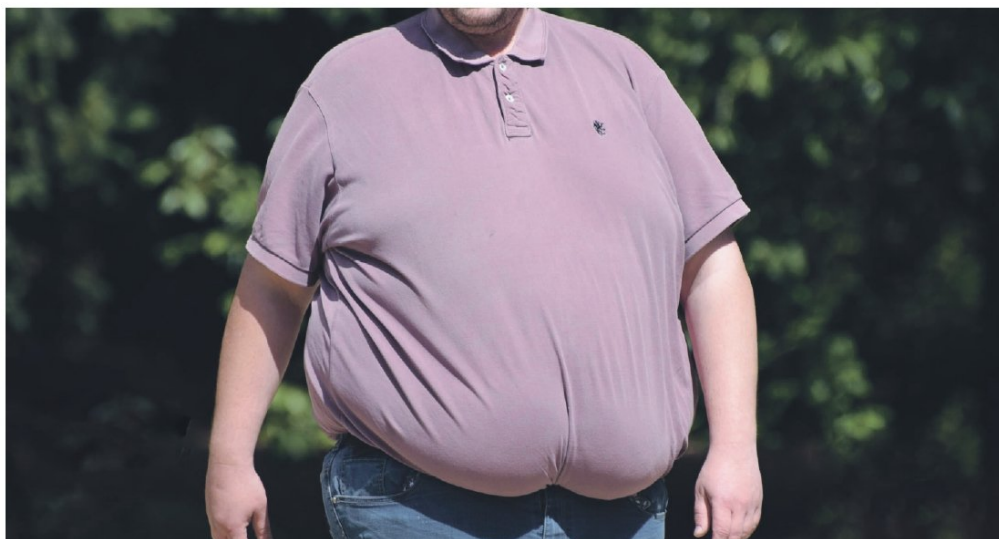
Recientemente, el estudio publicado de la Federación Mundial de la Obesidad, dio a conocer que un 42% de la población chilena tiene problemas de este tipo, coronándolo como el país más obeso de Sudamérica.

De acuerdo a este informe, también se tiene que Chile encabeza el listado de los adultos con mayor índice de masa corporal (83%), adelantando que el número de adultos con peso inadecuado, se duplicará al 2030.

Al ser consultada por el escenario regional, la nutricionista y Asesora programas nutricionales de la Subdirección de Atención Primaria de Salud del Servicio Salud Coquimbo, Marcela González, especificó que de acuerdo a las cifras que manejan de los niños, niñas y adolescentes que se atienden en los establecimientos de Atención Primaria de Salud (APS), "en la región, el año 2024, la obesidad en niños menores de 6 años alcanzó un 13,3%, mientras que en los niños y niñas de 6 a 9 años se incrementó a un 15,4%, en el caso de los adolescentes la cifra se sitúa en el 19,75%".

Para González, esto "es especialmente alarmante ya que la evidencia muestra que alrededor de la 3/4 partes de los niños y niñas con obesidad, mantienen esta condición en la edad adulta, lo que acrecienta el riesgo de desarrollar patologías graves como enfermedades cardiovasculares, diabetes, cáncer y trastornos musculares esqueléticos, lo que a su vez puede provocar discapacidad y problemas de salud mental, los que se están presentando a edades cada vez más tempranas".

"En la población adulta, de acuerdo a datos del programa cardiovascular de



EL DÍA

Chile encabeza el listado de los adultos con mayor índice de masa corporal (83%), adelantando que el número de adultos con peso inadecuado, se duplicará al 2030.

APS, la obesidad alcanza un 46.32%. Y en gestantes este número alcanza al 40%", añadió.

En cuanto a la forma de abordar esto, la especialista aseguró que "se recomienda que las madres inicien el embarazo con un peso saludable y lo mantengan durante la gestación, y si no, soliciten una consulta nutricional en su establecimiento de salud. La lactancia materna es un factor protector contra la obesidad, tendrá influencia sobre las preferencias alimentarias posteriores, contribuye a una mejor autorregulación de los mecanismos de hambre/saciedad y favorece una microbiota saludable".

"En el caso de que el niño/a presente sobrepeso u obesidad, y asista a los controles de malnutrición por exceso, el tratamiento requiere que toda la familia esté involucrada. Si cumple con los criterios de inclusión pueden participar en el Programa Elige Vida Sana, que está dirigido a personas con malnutrición por exceso, desde los 2 hasta los 64 años, y se desarrolla en los establecimientos educacionales, sedes vecinales y CESFAM, y contempla consultas nutricionales, psicológica/o, círculos y talleres de actividad física", indicó.

GRUPOS MÁS AFECTADOS

Por su parte, la nutricionista y Mg

en Dirección y Gestión estratégica en Salud, del Departamento de clínicas Universidad Católica del Norte, Valeska Guzmán advirtió que "la Encuesta Nacional de Salud 2016-2017 en Chile, reveló que la mayor prevalencia de obesidad se encuentra en: mujeres; en estratos socioeconómicos más bajos; en mayores de 45 años; en personas sedentarias; y quienes consumen dietas bajas en frutas y verduras".

Guzmán también recaló que existen distintas estrategias nacionales para enfrentar lo que describió como una "verdadera epidemia", como la Ley de Etiquetado de Alimentos, el programa "Elige Vivir Sano", y la implementación por parte de los municipios de parques de juegos con máquinas de ejercicios.

"La pregunta es por qué no ha mejorado este escenario epidemiológico en nuestro país, por el contrario, ha empeorado década tras década, y quizás sea que las políticas públicas apuntan a planificar y ejecutar, pero no a realizar monitoreo y mejoras continuas, además que las estrategias deben ser apuntadas también a los pre-escolares y escolares, etapa donde se crean los hábitos alimentarios para la vida adulta", añadió.

El presidente del Colegio Médico (Colmed) de la Región de Coquimbo, Fernando Carvajal, también se refirió a

este tema, señalando que la obesidad "es uno de los principales problemas de salud pública que enfrenta nuestro país y que sin embargo es totalmente evitable".

"Al tratarse de una condición ligada al estilo de vida, el principal responsable es cada uno de nosotros y aunque desde hace varios años se ha intentado con programas de prevención, la lucha contra la cultura imperante, requiere una modificación desde la primera infancia", alertó.

MÁS DEPORTE

En el marco de este escenario, uno de los primeros profesores de pilates en La Serena, Raúl Vásquez, explicó que "el asunto es complejo y las causas son evidentes, la ignorancia de los padres, la falta de actividad física, el exceso de cortisol, hormona del estrés, además de la publicidad engañosa y la mala alimentación, lo que se ve agravado porque los alimentos ricos en grasa son más baratos".

Vásquez también insistió en que "tener clases de educación física 2 veces a la semana es muy poco, mínimo debiese ser media hora diarias, por lo que necesitamos monitores deportivos en cada población, fomentar el deporte y una dieta alcalina, privilegiando frutas, verduras, legumbres y frutos secos".