



Columna



*Estefanía Neumann Fuentealba*, jefa de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Santo Tomás, sede Puerto Montt

## Sobrepeso y obesidad en la niñez y adolescencia

**E**n los últimos años enfrentamos un cambio epidemiológico relacionado con el desarrollo de malnutrición por exceso y por consiguiente, la mayor presencia de enfermedades no transmisibles. Por ello se han generado diferentes iniciativas para atacar los problemas de salud derivados y también disminuir las altas cifras de malnutrición, como la Ley 20.606 sobre etiquetado y publicidad de alimentos.

La malnutrición por exceso tiene un origen multifactorial, que involucra el entorno familiar, escolar, social, económico, etcétera, por ello, las intervenciones deben comprometer diferentes aspectos del desarrollo infantil, siendo necesario desarrollar programas que aborden la mayor cantidad de factores de riesgo alimentario nutricional.

En base a lo anterior se lanzó la nueva “Estrategia para detener la aceleración del sobrepeso y obesidad en la niñez y adolescencia 2023-2030”, que busca disminuir la población que presenta obesidad y sobrepeso en la infancia y adolescencia, mediante una iniciativa realizada por diferentes sectores y construido desde la perspectiva de los determinantes sociales y considerando los ambientes alimentarios.

Esta estrategia incluye y aborda el problema de malnutrición por exceso desde una mirada integral, definiendo 29 líneas estratégicas. Inicia con el área de entorno alimentario temprano, de-

finiendo acciones en pro de la protección de lactancia materna, después incluye aspectos sobre regulación de distribución y venta de alimentos, reforzando la ley de etiquetado y disponibilidad de agua potable en establecimientos de educación, fomentando su consumo. Por otro lado, se trabaja en la reformulación del Programa Nacional de Alimentación Complementaria, adecuando los productos a la realidad de malnutrición actual.

En la salud escolar, se propone la línea estratégica asociada a actividad física dentro de la comunidad educativa, mejorando infraestructura y con ello el fomento de juegos y deportes dentro de los establecimientos y lugares públicos. También se pretende fortalecer la educación respecto de hábitos saludables, de esta manera se compromete el trabajo con estudiantes, familias y educadores para potenciar la adquisición de conocimientos referente a salud y alimentación.

Finalmente, se busca fortalecer la línea estratégica relacionada con la pesquisa, diagnóstico y seguimiento en niños, adolescentes y mujeres en gestación, para de esta manera controlar la ganancia de peso y evitar sus complicaciones.

El desarrollo de esta estrategia muestra la importancia de abordar la obesidad y el sobrepeso desde las etapas más tempranas y con ello, prevenir enfermedades derivadas y promover hábitos y estilos de vida saludables.