

Editorial

Malnutrición infantil

Hace unos días se dio a conocer un estudio sobre alimentación infantil realizado por Nestlé y la Universidad Finis Terrae, que ha revelado que el 60% de los padres y madres reconoce que improvisa en la alimentación de sus hijos. La encuesta aplicada durante los meses mayo y junio del presente año, consultó a 600 madres y padres de niños y niñas entre 2 y 15 años.

Entre los hallazgos más relevantes se identificó que hay una tendencia creciente en cuanto a la improvisación al momento de cocinar con lo disponible en el refrigerador, un indicador que ha ido en aumento en los últimos años. Se observó que en promedio dos comidas a la semana corresponden a platos preparados, comida rápida o delivery, lo que podría explicarse por la falta de tiempo o planificación a la hora de cocinar. Esto contrasta con la buena evaluación que recibe la comida casera, que es la que tiene la mayor calificación como una alimentación saludable. En general los padres creen que la alimentación de sus hijos es saludable y se mantienen los malos hábitos. Esto indica que pese a todas las alertas, las familias no logran internalizar este problema de alimentación y de salud.

La Política de Alimentación y Nutrición 2023-2030 considera que la obesidad es una enfermedad crónica y progresiva, que influye en la aparición precoz de distintas patologías. Se considera en Chile fallecen anualmente 14.780 personas producto de obesidad y al año 2030 se proyecta un 13% de aumento de muertes asociadas a esta condición.

Pero es especialmente preocupante el sobrepeso y la obesidad en los niños y adolescentes. De acuerdo con el Mapa Nutricional de la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas, el porcentaje de niños que vive con obesidad sigue en aumento desde el año 2017 hasta la fecha, llegando al 65,8%, es decir, 3 de cada 5 niños de quinto básico presentan sobrepeso, obesidad u obesidad severa. Mientras que

en kínder, primero básico y primero medio esta cifra supera el 50%.

La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) ha señalado que Chile presenta una de las mayores tasas de sobrepeso infantil en América Latina y el Caribe. Y que la malnutrición por exceso en todas las edades sigue siendo una gran preocupación para el país. La obesidad infantil no solo es un desafío presente, sino también un problema que impactará en el futuro de nuestra sociedad. De ahí la necesidad de actuar de manera urgente y coordinada. Más allá de las intervenciones médicas, se requiere un enfoque que incluya la promoción de la actividad física, una alimentación balanceada y la participación de la comunidad en la creación de entornos saludables para los más jóvenes.

El énfasis en la prevención cobra una relevancia particular en el contexto de la obesidad infantil. Mientras se desarrollan tratamientos farmacológicos para la obesidad en adultos, la atención preventiva es crucial para los niños, quienes son más susceptibles a los efectos adversos de la enfermedad. Y la responsabilidad recae tanto en el hogar como en los establecimientos educacionales, para promover estilos de vida saludables des-

de la infancia, ya que la prevención eficaz es fundamental para revertir esta preocupante tendencia.

A juicio de los expertos, la obesidad y el sobrepeso en niños y adultos se han transformado en un problema de salud, -incluso hay quienes hablan de la "nueva pandemia", que se acentúa cada año como resultado de hábitos sedentarios, con poca actividad física y dietas alimenticias sobrecargadas en calorías, como es el caso de las llamadas comidas chatarra y las bebidas azucaradas, por lo que Chile lidera este consumo en Latinoamérica. Como consecuencia de ello, cada vez aparecen a más temprana edad enfermedades de adultos como la diabetes, hipertensión y problemas cardíacos. Por eso, se ha llamado a reforzar la alimentación sana, en la escuela y en el hogar.

El 60% de los padres y madres reconoce que improvisa en la alimentación de sus hijos. En promedio, dos comidas a la semana corresponden a comida rápida o delivery, lo que incide en la malnutrición.