

Editorial

Obesidad: la nueva pandemia

La Organización Mundial de la Salud ha declarado el 4 de marzo, como Día Mundial de la Obesidad, con el fin de que la población de todas las naciones tome conciencia respecto de esta enfermedad que afecta a millones de personas, y que ha sido considerada como la nueva pandemia de nuestros tiempos.

Las cifras cada vez son más alarmantes, ya que de acuerdo con las proyecciones, en el año 2035 una de cada cuatro personas la padecerán. A la vez, la obesidad infantil aumentará en un 100% entre 2020 y 2035 en todo el mundo. Diversos estudios posicionan a nuestro país en lo más alto de los rankings. Según datos de la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económicos (Ocde), el 67,7% de nuestra población mayor de 15 años sufre sobrepeso u obesidad, lo que sitúa a Chile en el tercer lugar, después de México (74,1%) y Estados Unidos (73,1%). A la vez, un estudio de la Universidad de Oxford señala que Chile alcanza la posición 34 de los países con mayor obesidad y sobrepeso del mundo, llegando casi a doblar el porcentaje de promedio en todo el planeta (38,9%).

Es necesario recordar que el Mapa Nutricional que elabora la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (Junaeb) reveló que uno de cada cuatro escolares chilenos presenta obesidad, y de ellos el 7,5% padece obesidad severa. Si a eso se suma que el 28,7% tiene sobrepeso, los niños y adolescentes que están sobre su peso normal son más de la mitad (54,1%). El Mapa Nutricional es una herramienta que se creó para detectar situaciones de riesgo en condición de malnutrición, tanto por exceso como por déficit, en estudiantes del sistema público, con el fin de analizar cómo influye en el rendimiento escolar. Se utiliza, asimismo, para el diseño y gestión de programas institucionales y la focalización de intervenciones.

La obesidad y el sobrepeso se han transformado en un problema de salud en Chile, que se acentúa cada año como resultado, en par-

te, de los hábitos de vida sedentarios, que incluyen poca actividad física y dietas alimenticias sobrecargadas en calorías. Tal vez está ligado a la conducta y al crecimiento que vivió el país a partir de la década de los 90, la que abrió una nueva forma de vida a las familias, un estilo en que el sedentarismo y el consumo de la llamada comida chatarra han sido detonantes de estas peligrosas cifras. Son alarmantes las cifras de obesidad. Pero uno de los temas preocupantes es el aumento de la obesidad en niños, niñas y adolescentes, porque las cifras dan cuenta de una situación que debemos revertir a la brevedad.

Chile ocupa el primer lugar en América Latina en obesidad infantil y un sexto lugar en el mundo. En consecuencia, cada vez aparecen a más temprana edad enfermedades que eran de adultos, como la diabetes, la hipertensión y los problemas cardíacos. La obesidad infantil puede ocasionar disminución de la autoestima, apnea del sueño, aumento de lesiones articulares, problemas cardíacos y respiratorios, además de problemas al hígado.

Ciertamente, las familias han cambiado sus hábitos de alimentación y en algunos casos se ha aumentado el consumo de alimentos muy procesados o que no son tan saludables.

El tema ha sido abordado desde hace años por el Ministerio de Salud, que ha aplicado políticas para que los alimentos sanos sean los que se vendan en las escuelas, en vez de aquellos ricos en azúcares, sodio y otros elementos dañinos en exceso. También se puso en vigencia hace años el rotulado de los alimentos en los que se advierte con hexágonos negros aquellos que son peligrosos para la salud.

El ataque a lo que se considera la otra pandemia de estos tiempos debe realizarse de manera multidisciplinaria para que cumpla con su objetivo y ayude a los chilenos a comer en forma saludable para tener mejor calidad de vida.

El 67,7% de los chilenos mayores de 15 años sufre sobrepeso u obesidad, lo que sitúa a Chile en el tercer lugar, después de México (74,1%) y EEUU. (73,1%). Es el país con más niños obesos en Latinoamérica.