

Chile luce altos índices de obesidad, pese a norma que entró en vigencia en 2016: Escasa actividad física y excesivo uso de pantallas merman impacto de Ley de Etiquetado

Más del 50% de los escolares sufre de malnutrición por exceso. Expertos analizan escenario actual: plantean que ha aumentado el sedentarismo entre los niños y que se requieren nuevas medidas, como incluir educación alimentaria en los colegios.

JUDITH HERRERA C.

“Alto en...”. La advertencia se ha hecho costumbre verla asociada a azúcares, grasas saturadas y sodio, como parte de los sellos en alimentos que se reconocen al momento de comprar una galleta, bebida u otro producto.

La iniciativa se enmarca en la Ley de Etiquetado que entró en vigencia en 2016 y que, junto con añadir el rotulado, también hizo que la industria modificara muchas de las fórmulas, además de prohibir la publicidad dirigida a menores en el caso de contenidos que superaran los límites establecidos.

Y si bien los especialistas coinciden en que la regulación es un avance hacia una alimentación más saludable y valoran que sea replicada por otras naciones, también señalan que es desafiada por el escenario de sobrepeso y obesidad que hay en Chile.

De hecho, tras casi nueve años de vigencia de la norma de etiquetado, la población no ha reducido sus índices de sobrepeso, afectada por el sedentarismo en

todos los grupos etarios.

Los más obesos de Sudamérica

Según un estudio publicado en marzo por la Federación Mundial de la Obesidad, un 42% de los chilenos mayores de 20 años es obeso, la cifra más alta de América del Sur.

La situación también levanta alertas por lo que ocurre con los más pequeños. Esta semana, la Junaeb presentó los resultados del Mapa Nutricional 2024, que muestran que los niños mantienen altas cifras de malnutrición por exceso, que pasó de 50% en 2023 a 50,9% el año pasado.

Los niños pasan más horas con pantallas

¿Funciona, entonces, la Ley de Etiquetado? “Es una norma buena y que se ha copiado en otros países, pero está claro que no ha sido suficiente. Para generar estos cambios necesitas una transformación mayor”, afirma Solana Terraza, investigadora del

Centro de Políticas Públicas e Innovación en Salud de la U. del Desarrollo.

La médico salubrista remarca que “la obesidad es multifactorial y no hay una sola solución para abordarla”.

Para Samuel Durán, expresidente del Colegio de Nutricionistas, “las acciones todavía son insuficientes. Falta dar más impulso para que finalmente los cambios sean más radicales de lo que hemos llevado hasta ahora”.

En ese sentido, plantea que “el etiquetado te ayuda a saber si un producto es saludable o no, pero la decisión de compra es motivada por otros factores”.

El también académico de la U. San Sebastián comenta que el escenario se ha vuelto más complejo porque “los niños hacen menos actividad física, pasan más horas con pantallas y a eso tenemos que sumar que el *delivery* se ha normalizado en muchas casas y, por lo general, no son comidas saludables”.

“La actividad física se ha reducido de forma considerable; los niños no hacen ejercicio fuera

del colegio y la hora de educación física es muy poca. Tenemos hoy niños altamente sedentarios”, dice Marco Kokaly, académico de Kinesiología de la U. de los Andes.

A juicio de Jaime Burrows, quien fue subsecretario de Salud Pública (2014-2018), cuando se implementó la ley, “si no hubiera sido por el etiquetado, probablemente el alza de obesidad hubiera sido mayor, pero (la norma) no es suficiente porque no quiebra la curva del problema”.

El actual académico de la U. Diego Portales dice que el rotulado “es solo una parte de las estrategias para combatir la obesidad. Una de las cosas más importantes es aumentar la actividad física en los colegios”.

Pocas horas en colegios

Para el exsenador Guido Girardi (PPD), uno de los autores de la ley, el etiquetado ha sido útil, pero el problema es la falta de actividad física y el alto uso de pantallas: “La mayor parte de los colegios públicos ni siquiera



NORMATIVA.— En 2016 entró en vigencia la Ley de Etiquetado de alimentos, que incluye sellos en los envases de productos que superan los límites establecidos de calorías, azúcares, sodio y grasas saturadas.

hace dos horas a la semana de actividad física, y eso es algo fundamental para la salud”.

De acuerdo con el exlegislador y médico, también se necesitan más espacios públicos”.

Humberto Soriano, expresidente de la Sociedad Chilena de Pediatría y médico de la Red UC Christus, sostiene que “la obesidad es el problema de salud pública más dramático que tienen Chile y el mundo” y que “se debe dificultar el consumo de estos productos; no basta con el sello, debe pasar como ocurrió con el tabaco: aumentar impuestos”.

La nutricionista Carla Reyes, académica de la U. Central, apunta que “falta educación para concientización a la población. Muchas veces son los mismos niños quienes dicen que los productos con una gran canti-

dad de sellos no deberían consumirlos, pero los padres son los que los compran igual”.

Nelly Bustos, investigadora del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA) de la U. de Chile, plantea “incluir educación alimentaria en los colegios. Debería ser algo obligatorio en los proyectos educativos”. Añade que “no podemos dejar atrás empezar a subsidiar alimentos que son más saludables”.

“Hay que perfeccionar la Ley de Etiquetado, ya que el sistema de calorías por porción es fácilmente hackeable por la industria, en cuanto la porción que ellos publican puede variar en tamaño y no respetar las calorías por peso”, advierte Patricio Lamoza, director metropolitano de la Sociedad Chilena de Cirugía Bariátrica y Metabólica.