



Editorial

Pandemia del sobrepeso

Sin duda que el encierro que significaron las cuarentenas, en medio de la pandemia, incrementó el sedentarismo.

El informe Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional de América Latina, elaborado por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS), señaló que el 63% de la población adulta en Chile tiene sobrepeso u obesidad, por factores de sedentarismo y alimentación poco sana, con excesos de grasas y azúcares, lo que se agravó durante la pandemia del covid-19, que tuvo al mundo de rodillas.

Y en el segmento de niños y jóvenes la situación es más alarmante, ya que la obesidad infantil es uno de los principales problemas de salud pública, que aqueja a uno de cada cuatro niños.

Probablemente el acceso a la comida esté resuelto en cantidad, pero no en calidad y allí también está parte de la explicación con respecto al exceso de peso que tiene la población.

El Gobierno presentó, previo a la pandemia, un plan de medidas, las cuales incluían recreos participativos, ensaladas todos los días y el remplazo de la sal procesada por la sal de mar en las preparaciones distribuidas por la Junaeb.

Es necesario ahora hacer caminatas y ejercicios en los parques y colegios, dar la necesaria importancia a las clases de educación física, lo que es favorable para niños y jóvenes

Es necesario ahora hacer caminatas y ejercicios en los parques y colegios, dar la necesaria importancia a las clases de educación física, lo que es favorable para niños y jóvenes.

Es momento de que las familias también tomen medidas especiales para frenar esta nueva pandemia que es el sobrepeso.