

Según estimaciones del informe, para 2030 en Chile vivirán 14 millones de adultos con este diagnóstico. Políticas públicas e iniciativas de empresas privadas han permitido estancar las cifras de obesidad en los últimos años, pero no han conseguido disminuirlas.

MARÍA JOSÉ VÁSQUEZ

Cada 4 de marzo se conmemora el Día Mundial de la Obesidad, efeméride que tiene como objetivo sensibilizar y promover acciones para la prevención y tratamiento de esta enfermedad. Fue en este contexto que la Federación Mundial de la Obesidad presentó el informe World Obesity Atlas, que reveló que el 42% de los chilenos mayores de 20 años es obeso, siendo el índice más alto de América del Sur.

Según datos entregados por la Organización Mundial de la Salud (OMS), desde 1975 la obesidad se ha triplicado en el mundo, siendo una enfermedad crónica que afecta actualmente a más de 800 millones de personas. De cara a 2030, el informe de la Federación Mundial de la Obesidad vislumbra un futuro no muy alentador para nuestro país, señalando que a la llegada de ese año, 14 millones de adultos vivirán con obesidad en Chile.

A pesar de que el estudio no evaluó la situación de los menores de edad, las últimas cifras de 2022 confirman que Chile también ocupa el primer lugar en prevalencia de obesidad en niños menores de 19 años (20%).

### PROBLEMA CULTURAL

Para el doctor Tito Pizarro, médico cirujano con especialidad en pediatría y magíster en Ciencias Médicas con mención en Nutrición, la obesidad es el principal problema que tiene la salud pública chilena. El también vicedecano de Docencia y Extensión de la Facultad de Ciencias Médicas de la U. de Santiago de Chile (Usach) señala que el aumento de la obesidad en el país tiene múltiples explicaciones y fuentes: "Chile, desde 1900 en adelante, era el país en América Latina con las tasas más altas de des-

### ENFERMEDAD CRÓNICA:

# Estudio mundial sitúa a Chile como el país con mayor obesidad de América del Sur



**ESPECIALISTAS COINCIDEN** en que una buena educación y comunicación, y un trabajo que integre a las familias en este proceso, son parte de la fórmula ideal para disminuir los índices de obesidad en el país.

nutrición del mundo. Y hay un conjunto de políticas públicas que funcionan desde el siglo pasado hasta nuestros días que han tenido impacto en disminuir esa realidad".

El académico agrega que Chile derrotó la desnutrición, logrando un cambio de conducta, lo que tiene que ver con una nueva visión cultural sobre los alimentos, del comer hasta la última cucharada del plato y del concepto arraigado de que la comida no se bota.

Sin embargo, explica, también vivimos otro proceso, que es el proceso cultural del consumo, donde existe un estímulo muy potente a través de los medios de comunicación y del marketing para consumir alimentos. Este sería el segundo factor que nos lleva a liderar el ránking de obesidad de Sudamérica.

Pizarro comenta que el tercer factor que incide en los índices de obesidad son los hábitos de sedentarismo: "Culturalmente, hacemos poca actividad física, y eso se ha mantenido en el tiempo".

De acuerdo a datos de la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (Junaeb) y del Ministerio de Salud, la información sobre obesidad en Chile ha mostrado una tendencia a la estabilización. Frente a este escenario, el experto de la Usach le otorga mérito a las políticas públicas existentes y en especial a la Ley 20.606, también conocida como Ley de Etiquetado.

Alejandra Domper, académica de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad del Desarrollo y directora del Colegio de Ingenieros de Alimentos, coincide en que

la Ley 20.606 ha permitido a los consumidores tener un mejor conocimiento de cómo deben alimentarse y qué productos son nocivos para la salud. "Esta ley, como tal, tiene un objetivo y es que el consumidor esté mucho más capacitado, que sepa entender lo que está consumiendo y que cuando vaya al supermercado pueda tener la opción de poder elegir", señala.

La académica de la UDD comenta que, aparentemente, esta política pública, como también otras en torno a hábitos alimenticios saludables, ha tenido mayor efecto en los adolescentes, quienes están siendo un poco más conscientes al momento de elegir qué comer.

Ambos expertos coinciden en que una buena educación y comunicación, y un trabajo que integre a



**A TRAVÉS DE DISTINTAS ACTIVIDADES** en colegios, el programa ComoCambio ha llegado a más de 25 mil beneficiarios directos.

las familias en este proceso, son parte de la fórmula ideal para disminuir los índices de obesidad en nuestro país.

### PROGRAMA ESCOLAR

Fomentar una vida con hábitos saludables ha sido el propósito de diversas iniciativas públicas y privadas que se han implementado en Chile. Una de estas es el programa ComoCambio que los supermercados Cencosud en Chile (Jumbo, Santa Isabel y SPID) desarrollaron en 2021 en escuelas y colegios. Esta iniciativa busca establecer un vínculo directo con los establecimientos educacionales, promoviendo mejores hábitos alimenticios y una cultura saludable en niños de 1° a 4° básico del país.

A través de actividades en colegios, implementadas por la consultora Actitud Lab, el soporte digital del sitio web comocambio.com, y de la plataforma de juegos y aprendizaje Lapptitudes, este programa cerró

en 2024 con un alcance de 25.834 beneficiarios.

"ComoCambio nació como parte de nuestro desafío por impulsar y promover la cultura saludable en niños de etapa escolar básica. Hoy, la obesidad infantil es una realidad y, a través de esta iniciativa, contribuimos desde nuestro rol capacitando a los profesores y escuelas, para mejorar los hábitos alimenticios de las nuevas generaciones y de sus familias", señala Rocío Sancha, líder del programa.

Durante estos cuatro años, la iniciativa ha beneficiado a 34 escuelas en 13 regiones del país. Empresas como Iansa y Manare se sumaron en 2024, y este año también lo hará Mizos, manteniendo el espíritu colaborativo del programa, que busca trabajar junto a proveedores con los cuales los supermercados Cencosud en Chile tienen un propósito común sobre hábitos y alimentación saludable.