



Chile aparece entre los 12 países del mundo con más niños obesos

Estudio internacional de la Universidad de Sichuan muestra el gran aumento de la prevalencia de obesidad en niños, niñas y adolescentes del planeta.

► Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), en 2022 más de 390 millones de niños y adolescentes del mundo, de 5 a 19 años, tenían sobrepeso.

Cristina Pérez

Actualmente hay 158 millones de niños obesos en todo el mundo, según el Primer Atlas de Obesidad Infantil publicado en 2019 por la Federación Mundial de Obesidad. Este informe calculó un puntaje de riesgo de obesidad para 191 países en la próxima década, donde mostró que los niños en países en desarrollo de África, Asia y América Latina están especialmente en riesgo debido a los rápidos cambios en los estilos de vida y la agresiva comercialización de la comida.

Además, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), en 2022, más de 390 millones de niños y adolescentes de 5 a 19 años tenían sobrepeso. Mientras que en 1990 solo el 2% de los niños y adolescentes de 5 a 19 años eran obesos, en 2022 esta cifra aumentó al 8%, lo que representa 160 millones de jóvenes.

Y ahora, una revisión científica internacional de la Universidad de Sichuan, publica-

da el pasado 10 de junio en Jama Pediatrics, destaca el aumento significativo de la obesidad infantil y juvenil a nivel global desde 2000 a 2023. Entre 2012 y 2023, los casos de obesidad aumentaron 60% en comparación con la primera década del siglo XXI.

Hoy día, uno de cada cinco menores en el mundo tiene sobrepeso u obesidad. La investigación identificó una gran diversidad de prevalencia entre países y varios factores de riesgo, como saltarse el desayuno, la exposición excesiva a las pantallas y el tabaquismo durante el embarazo, que incrementan la probabilidad de obesidad en la infancia.

Los científicos analizaron más de 2.000 estudios de 154 países. La prevalencia global de obesidad en niños y adolescentes se estima en 8,5%, con grandes diferencias regionales. Por ejemplo, en Vanuatu (Oceanía) es del 0,4%, mientras que en Puerto Rico alcanza el 28,4%, en España, un 9,28%. Los países de altos ingresos suelen tener mayores cifras de obesidad, pero también presentan variaciones significativas, como Es-

tados Unidos con un 18,6% y Japón con casi el 4%.

Laura Quezada, académica de Nutrición y Dietética de la Universidad San Sebastián, explica que en el caso de Chile, también incluido en el listado de países, se analizaron 13 investigaciones, y la prevalencia de obesidad en el país se estimó en 15,94% promedio, con un intervalo del 10% y 22,9%.

Quezada resalta la alta confiabilidad de los resultados, pero también señala la alta heterogeneidad entre los estudios (99,7%), lo que dificulta la comparación directa. "Esta heterogeneidad es comprensible dado que los estudios se realizaron en distintos momentos y por diferentes autores durante dos décadas", añade.

Los datos del Mapa Nutricional Junaeb (2023), mostraron que aproximadamente el 50% de los niños y adolescentes en Chile tienen sobrepeso, el 23% de ellos con obesidad. Dentro de este último grupo, un 17,3% sufre de obesidad general y un 6% de obesidad severa. Quezada enfatiza que, aunque la

prevalencia de obesidad es un promedio, refleja una realidad creciente y alarmante para la salud de los niños y adolescentes chilenos.

Otro reporte de Junaeb en 2019, mostró la evolución de la nutrición y la obesidad en Chile desde la década de 1960. El informe reveló que la obesidad en la década del 2000 estaba en torno al 13%, mientras que en 2023 aumentó a más del 20%. "Aunque el gráfico se centra en estudiantes de primer básico, refleja una tendencia general con la obesidad manteniéndose por encima del 15% en los últimos cinco o seis años" añade Quezada. Entre 2017 y 2023, la prevalencia de obesidad ha fluctuado alrededor del 25%, con ligeras variaciones durante la pandemia.

La Dra. Paulina Bravo, nutrióloga infantil de Clínica Universidad de los Andes, explica que la obesidad infantil se mantiene en niveles altos debido a varios factores, como el aumento del consumo de alimen-



PRINCIPALES CONSECUENCIAS DEL SOBREPESO INFANTIL

- Infartos y riesgo cardiovascular
- Accidentes cerebrovasculares
- Aumento de la presión arterial
- Dislipidemia
- Estado crónico inflamatorio
- Fallas renales
- Diabetes tipo 2
- Hígado graso
- Desarrollo puberal adelantado en niñas
- Apneas del sueño
- Empeoramiento del asma
- Problemas de salud mental

► Prevenir y tratar la obesidad infantil requiere de un enfoque integral, explican los especialistas.

valencia de la obesidad en niñas alcanzó un alarmante 20%, posicionando al país como único en la región con cifras sobre el 20%. Igualmente preocupante, los niños chilenos experimentan una tasa de obesidad del 30%, también situándose como la más alta en Latinoamérica.

Samuel Durán, doctor en Nutrición y Alimentación y, director del Magister en Salud Pública de la U. San Sebastián, señaló en otra nota de Qué Pasa que estas cifras se conciden con los datos más actuales que existen de la población chilena en el Mapa Nutricional JunaeB 2021, donde la obesidad en niños y adolescentes es de 25,4% y el bajo peso sólo representa un 1,3%. "Los datos muestran un alto nivel de obesidad en este rango de la población", agrega el también miembro del Comité Científico de Lácteos del Consorcio Lechero.

¿Cómo será la vida de esos niños y adolescentes a largo plazo?

La revisión publicada en JAMA, muestra que ciertos factores como: saltarse el desayuno, la exposición excesiva a las pantallas o el tabaquismo durante el embarazo elevan la probabilidad de desarrollar obesidad en la infancia.

Los científicos advirtieron, además, de que la acumulación excesiva de grasa en los primeros años de vida se puede perpetuar en la edad adulta y es la puerta de entrada a otras enfermedades, como la depresión y la hipertensión.

La Dra. Bravo, indica que un niño con obesidad probablemente continuará con esta condición en la adolescencia y la adultez, perpetuando una patología crónica. ●

PAÍSES CON MAYOR PREVALENCIA DE OBESIDAD

PAÍS	Prevalencia
1. Puerto Rico	28,35%
2. Polinesia Francesa	22,08%
3. Bahamas	21,33%
4. Kuwait	20,49%
5. Arabia Saudita	19,93%
6. Guatemala	19,56%
7. Samoa	19,31%
8. Estados Unidos	18,57%
9. Brunel	17,49%
10. México	16,56%
11. Chile	15,94%

Fuente: Análisis científico internacional de la Universidad de Sichuan

SIGUE ►►

tos procesados y la exposición a pantallas, lo que reduce las actividades físicas.

"La pandemia agravó esta situación al aumentar el sedentarismo", enfatiza la nutrióloga. Además, la inseguridad y la falta de espacios seguros para el ejercicio complican

el problema. La falta de coordinación entre el sistema educativo y de salud para implementar políticas públicas efectivas también contribuye a esta crisis.

Prevenir y tratar la obesidad infantil requiere un enfoque integral, añade la especialista. Es esencial promover la salud desde antes del embarazo, fomentar la lactan-

cia materna y asegurar una alimentación basada en alimentos naturales. También, es crucial incentivar la actividad física y limitar el uso de pantallas. La coherencia en los hábitos saludables en el hogar, la escuela y otros entornos, junto con el ejemplo de los adultos, es fundamental para combatir la obesidad infantil.

Niños más obesos de Latinoamérica

Según otro estudio internacional liderado por universidades e instituciones de EE.UU., Australia, Irlanda y Francia, que registró el peso y estatura de más de 220 millones de personas de 190 países, y publicado por la revista médica The Lancet, más de 1.000 millones de personas fueron clasificadas como obesas en 2022, y descubrieron que las tasas de obesidad se han cuadruplicado entre los niños y adolescentes.

Según la investigación, y en el contexto latinoamericano, Chile también mostró altos índices de obesidad. Para el año 2022, la pre-