

Ciudad

PREDOMINA EL SOBREPESO

Alta obesidad en niños genera alerta en especialistas en nutrición del Biobío

Ximena Valenzuela Cifuentes
 ximena.valenzuela@diarioconcepcion.cl

"Mi hijo tiene 12 años, pero tiene un gran sobrepeso, pesa 112 kilos. Hace rato estamos en nutricionista, cambiamos las comidas, le compramos una piscina para que haga ejercicio, sin que le duelan los tobillos y las rodillas. Ha sido difícil, porque lo molestan en el colegio, pero hemos logrado que baje 18 kilos en año y medio", dijo la madre del niño, Tatiana Montes.

Como el menor, son cientos los que en la zona están afectados por sobrepeso u obesidad. Según datos oficializados por la Seremi de Salud, en la Región del Biobío el 23% de los niños menores de 6 años presenta sobrepeso y 15% obesidad.

La situación se ve claramente en el Cesfam Víctor Manuel Fernández. Mabel Inostroza, nutricionista del lugar y referente del Programa Elige Vida Sana, afirmó que están trabajando con una población de 500 personas, de las que el 40% son adultos (20 a 64 años) y el 60% menores (2 a 19 años), siendo el sobrepeso la patología que más predomina, en un 60% de los casos, y el 40% de obesidad.

"La última Encuesta Nacional de Salud estaba concentrada en más de 30% de los menores con sobrepeso u obesidad. Por eso trabajamos con ellos, sobre todo, en nuestro Cesfam que se ha presentado un número elevado de niños y jóvenes con sobrepeso u obesidad", dijo y agregó que no hay distinción entre hombres y mujeres.

El programa que atiende a 500 personas anualmente, según explicó, trabaja en los hábitos de los afectados, a través del apoyo de nutricionistas, kinesiólogos y psicólogos, labor que consiste en evaluar nutricionalmente a los pacientes, impulsar el ejercicio físico y también dar apoyo en salud mental, para impulsar la motivación.

Los cambios, aseveró, se comienzan a ver en los primeros 2 a 3 meses, para luego, lograr una baja de 5% a los seis meses. "Nuestra meta siempre es sacar de la obesidad y el sobrepeso a más del 40% de las personas que están participando en el programa, tanto en niños como en adultos (...), la idea es ir aumentando el porcentaje 5% anualmente", comentó.

La especialista indicó que lo ideal, dependiendo de la decisión ministerial, sería aumentar el número de

En el Cesfam Víctor Manuel Fernández atienden a 500 personas con problemas de malnutrición de las cuales 300 son niños. Especialistas se refieren a este escenario y al efecto de los sellos de advertencia en los alimentos.



FOTO: RAPHAEL SIERRA P

profesionales del programa, pues eso permitiría tener más disponibilidad de talleres de actividad física, que realizan los kinesiólogos; consultas psicológicas y aumentar el número de nutricionistas para abarcar a una población considerablemente mayor.

Advertió que el sobrepeso y la obesidad pueden traer graves consecuencias en los niños, "metabólicas, diagnóstico temprano de diabetes, hipertensión arterial y resistencia a la insulina que puede llevar a una enfermedad crónica. "Por eso es tan importante que los padres los alimenten bien e impulsen la actividad física, incentivarlos a que sal-

gan, que se muevan y no se queden en las pantallas".

Sellos

La Ley 20.606, sobre la composición nutricional de los alimentos y su publicidad, conocida como "Ley de Etiquetado", que comenzó a regir a fines de junio de 2016 y que tiene como característica más popular la incorporación en los envases de productos procesados sólidos y lácteos de sellos de advertencia "Alto en" azúcares, carbohidratos, sodio y grasas saturadas, estaría siendo efectivos niños.

Así lo afirmó la nutricionista, María José Estrada, quien indicó que,

en clínica donde se desempeña, ha podido constatar que con la educación que les aportan los profesionales del área, los niños adquieren más conciencia sobre la importancia de los sellos nutricionales, no así en los padres que, finalmente, son los que compran.

El otro problema, aseveró, es que hay niños que comen lo que quieren y no lo que necesitan, situación que propician los padres. "Hay muchos niños que tienen selectividad alimentaria en cuanto a que no quieren comer fruta, o que la fruta se les pone negra y no quieren llevarla al colegio, entonces los papás optan por enviarles las típicas galletas con sellos".

Agregó que sería bueno que se hicieran campañas educativas, tanto a los padres como en los colegios. Recordó que en el Gobierno de Sebastián Piñera se hizo prohibió la venta de alimentos con azúcar o grasa en los establecimientos educacionales, situación que, a su juicio, "funcionó muy bien, pero después desapareció y hoy en día los colegios volvieron a vender comida chatarra, alimentos con alto contenido de grasa y azúcar, lo que también ha afectado en que vuelva el aumento de la obesidad".

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
 contacto@diarioconcepcion.cl