

# El problema del sobrepeso

**Si bien, el problema no es generalizado en la región, hay segmentos con dificultades. Por ejemplo, el 35% de los niños de quinto básico presentan problemas de obesidad.**

**L**a prevalencia de la obesidad en la región de Antofagasta es de un 29,97%, la menor tasa del país en contraposición a la Región de Aysén que registra el mayor porcentaje de población con obesidad con un 44,3%, de acuerdo a un trabajo desarrollado gracias al trabajo bioestadístico de LENZ Consultores, auspiciado por el Instituto de Salud Pública de la Universidad Andrés Bello y apoyado por el Laboratorio Novo Nordisk, quienes trabajaron con datos de libre acceso de la reciente Encuesta Nacional de Salud 2016 - 2017.

No obstante, una de cada tres personas vive con obesidad en Chile, de acuerdo al mismo análisis. A ma-

**En nuestra región la obesidad se relaciona principalmente a hipertensión arterial 28,52% y la diabetes Mellitus tipo 2. Los daños son más severos a temprana edad.**

yor abundamiento, 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), destaca que el 63% de la población adulta en Chile tiene sobrepeso u obesi-

dad, por factores de sedentarismo y alimentación poco sana, con excesos de grasas y azúcares, lo que se ha agravado durante esta pandemia.

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.

Es absolutamente urgente que las familias y el sistema sanitario tomen medidas especiales para frenar esta nueva pandemia que es el sobrepeso, lo que se modificará con una cultura de vida sana y deporte.