



Nestlé y Universidad Finis Terrae presentan resultados del tercer Observatorio Nutricional

Los resultados arrojan que el segmento de padres que dicen improvisar las comidas de sus hijos creció de un 51% en 2022 a un 60% en 2024. A la vez, disminuyó la influencia que tienen los niños sobre las compras de alimentos.

En agosto se dieron a conocer los resultados del III Observatorio Nutricional Nestlé por Niños Saludables y la Universidad Finis Terrae, estudio que recoge la percepción de padres, madres y cuidadores para profundizar sobre los hábitos alimenticios de niñas y niños del país.

El sondeo fue aplicado por Ipsos durante los meses de mayo y junio de este año, consultando a 600 madres y padres de niños y niñas entre 2 y 15 años. Entre los hallazgos más relevantes, se identificó que hay una tendencia creciente en cuanto a la improvisación al momento de cocinar con lo disponible en el refrigerador (60%), un indicador que ha ido en aumento en los últimos años (+9%).

En esa línea, se observó que en promedio dos comidas a la semana corresponden a platos preparados, comida rápida o delivery, lo que podría explicarse por la falta de tiempo o planificación a la hora de cocinar. Esto contrasta con la buena evaluación que recibe la comida casera, que es la que tiene la mayor calificación como una alimentación saludable.

"Pese a que vemos un aumento en conductas que no son positivas para la alimentación de niños y niñas, la responsabilidad no es solo de los padres o cuidadores. Aportar a esta situación requiere un esfuerzo multisectorial para enfocarnos en cómo mejorar estas prácticas de manera progresiva, promoviendo soluciones que faciliten la



Dr. Ernesto Vega, decano Facultad de Medicina Universidad Finis Terrae; Rodrigo Camacho, presidente Ejecutivo Nestlé Chile; María Fernanda Torres, directora de Comunicaciones y Márketing Nestlé Chile, y Cristian Nazer, rector Universidad Finis Terrae.

85% de los padres y madres considera que sus hijos tienen un peso normal, lo que no se correlaciona con las altas cifras de sobrepeso y obesidad infantil que presenta nuestro país.



preparación de comidas saludables y la superación de barreras de acceso que hoy persisten", explicó Ignacia Larraechea, gerente de Nutrición, Salud y Bienestar de Nestlé Chile.

En otras temáticas, este 2024 el informe volvió a revelar una importante disonancia entre la percepción de los padres y madres versus la realidad. Más de un 85% de ellos percibe a sus hijos en un peso normal, mientras las cifras oficiales indican una situación diferente. De acuerdo con el Mapa

Nutricional Junaeb 2023, el 50% de este segmento presenta malnutrición.

EL IMPACTO DE LAS PANTALLAS Y EL DEPORTE EN LA NUTRICIÓN

El estudio reveló, además, que un 38% de los niños consume alimentos frente a pantallas durante la semana y un 40% el fin de semana. Este comportamiento es particularmente alto en niños de 2 a 5 años, alcanzando un 47%. Aquello se explica porque, en promedio, cada niño tiene acceso a dos dispositivos electrónicos y pasa 3 horas al día frente a una pantalla. De hecho, el informe también señala que solo un 12% de los niños entre 2 y 5 años no tiene acceso a uno.

En cuanto a la actividad física, el estudio actual muestra que un 54% de los padres cree que sus hijos hacen más ejercicio que sus pares, frente al 60% del año anterior, indicando una creciente preocupación. "En promedio, los niños realizan solo 3,5 horas de actividad física a la semana, muy por debajo de las tres horas diarias recomendadas por Unicef. Gran parte de su ejercicio proviene de las clases de educación física en el colegio, pero solo el 50% del tiempo previsto para estas clases se utiliza realmente en actividad física efectiva", señaló Edson Bustos, académico de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Finis Terrae.

Los resultados del estudio están disponibles en www.nestle.cl