

E

Editorial

Sedentarismo y mala alimentación

El Mapa Nutricional que elabora la Junaeb, ha alertado sobre los hábitos de alimentación de los niños.

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), señaló que el 63% de la población adulta en Chile tiene sobrepeso u obesidad, por sedentarismo y alimentación poco sana, con excesos de grasas y azúcares. Y en el segmento de niños y jóvenes la situación es más alarmante.

En Chile, 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. Tal vez está ligado a la conducta y al crecimiento que vive el país a partir de la década de los 90, que abrió una nueva forma de vida a las familias. Un estilo en que el sedentarismo y el consumo de comida chatarra han sido detonantes de estas peligrosas cifras, porque Chile ocupa el primer lugar en América

En Chile, probablemente el acceso a la comida esté resuelto en cantidad, pero no en calidad.

Latina en obesidad infantil y un sexto lugar en el mundo.

El Mapa Nutricional que elabora la Junaeb, ha alertado sobre los hábitos de alimentación de los niños. El tema ha sido abordado desde hace

años por el Ministerio de Salud, que ha aplicado políticas para que los alimentos sanos sean los que se vendan en las escuelas, en vez de aquellos ricos en azúcares, sodio y otros elementos dañinos en exceso.

La gran oferta de alimentos ricos en sodio, azúcares y grasas, así como el avance alcanzado por la comida chatarra han influido en los malos hábitos alimenticios de la población, pero especialmente en los niños. Es momento de que las familias también tomen medidas al respecto.