

Análisis plantea escenario a 2050

# Kilos de más: Proyecciones arrojan que exceso de peso podría alcanzar al 87% de la población a nivel nacional

A nivel mundial, la tendencia para aquel año sería de 59%, por debajo del caso chileno. Expertas llaman a reforzar estrategias.

JUDITH HERRERA C.

Una de las principales preocupaciones relacionadas con la salud pública en distintos países, es la epidemia por exceso de peso, ya sea por sobrepeso u obesidad, que aqueja desde niños hasta adultos. En Chile existe un escenario complejo ya que el país registra altos índices de malnutrición por exceso, en especial en los segmentos infantiles.

Un análisis publicado en la Revista Médica de Chile advierte cómo empeoraría ese escenario en las próximas décadas: si para 2050 se espera que el 59% de la población mundial tenga peso en exceso, el caso chileno es aún más alarmador, ya que se plantea que el 87% de los habitantes del país tendrá algún grado de sobrepeso.

El análisis fue elaborado a par-

tir de las proyecciones globales y nacionales más recientes del Global Burden of Disease, estudio que proporciona información sobre tendencias históricas y proyecciones, y que usó datos de 204 países y un total de más de 2.100 millones de adultos de 25 años.

## “Preocupante panorama”

“Destaca el preocupante panorama para Chile en comparación con la región latinoamericana y el resto del mundo”, dice el estudio chileno.

“Se observó que la prevalencia de exceso de peso —definido como un índice de masa corporal (IMC) igual o superior a 25,0 kg/m<sup>2</sup>— ha aumentado en 55% entre 1990 y 2021, con proyecciones que indican un continuo incre-

mento hasta 2050”, indica la investigación.

Añade que “en 1990 un 60,7% de la población chilena presentaba exceso de peso, esta cifra ascendió a 78,4% en 2021 y se prevé que alcance 86,7% en 2050”.

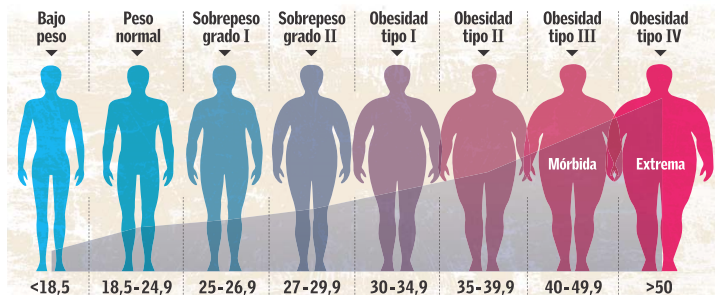
El texto argumenta que “es urgente revisar y fortalecer las políticas de prevención y manejo de la obesidad en Chile, ya que las estrategias actuales no han logrado frenar su avance. Sería pertinente analizar las políticas implementadas en países con un nivel económico similar, pero con una prevalencia de obesidad inferior a la media global, para identificar estrategias exitosas”.

## Aumento de enfermedades crónicas

Claudia Rojas, académica de

## Índice de Masa Corporal\*

El IMC se calcula dividiendo el peso en kilogramos por el cuadrado de la altura en metros.



\*Según especialistas, el IMC si bien sirve como indicador, tiene limitaciones porque no distingue, por ejemplo, entre masa muscular y grasa. Algunos aconsejan otras herramientas como la circunferencia de la cintura.

Fuente: Instituto Valenciano Digestivo

EL MERCURIO

la Escuela de Nutrición y Dietética de la U. Andrés Bello, comenta que se necesitan “intervenciones desde el embarazo y primera infancia como educación alimentaria, un mínimo de 8 horas semanales de actividad física, incorporar nutricionistas en los colegios para educar en alimentación”.

Coincide Carla Reyes, nutricionista y académica de la U. Central, quien afirma que se debe “mejorar la educación y recurrir a profesionales de la salud que puedan orientar en alimentación, sobre todo cuando ya tenemos estados nutricionales por exceso”.

Advierte que es importante controlar esta situación ya que hoy “las personas están viviendo

más tiempo, pero por problemas de este tipo y de enfermedades crónicas, lo hacen, pero con menor calidad de vida y un impacto en su salud mental”.

En línea similar, Rojas detalla que entre las consecuencias a nivel nacional y en la salud de seguir con una alta prevalencia de sobrepeso, se encuentran el “aumento de enfermedades crónicas como la diabetes tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, apnea del sueño, ciertos tipos de cáncer”.

“Además, está la carga económica porque se estima que la obesidad cuesta más de US\$ 3 mil millones al sistema de salud”, lo que se suma a la “saturación del sistema de salud con dificultad para

seguimiento y tratamiento adecuado”, precisa.

Con todo, sobre el IMC, Rojas dice sobre que “tiene limitaciones, como no distinguir entre masa muscular y grasa, por lo que no sería el mejor índice en por ejemplo deportistas, pacientes críticos, entre otros”.

Añade que “existen otros indicadores para medir o evaluar el estado nutricional que hoy en día la evidencia nos recomienda priorizar, para una intervención más personalizada con el paciente. Son indicadores asociados a la medición de la masa muscular y la masa grasa como la circunferencia de cintura, que es útil para detectar obesidad abdominal”.