

15% de los menores de 6 años sufren obesidad en la Región del Biobío

Tres profesionales locales de la nutrición se refieren a las causas y efectos de la llamada “Pandemia del Siglo XXI”. Hay factores económicos entre ellos.

Cristian Aguayo Venegas
cronica@estrellaconce.cl

El 15% de los niños menores de 6 años de edad, en el Biobío, presentan obesidad, el 23% sobrepeso y un 44% una condición de talla calificada como normal. Los datos, proporcionados por la Seremi de Salud, corresponden al último análisis realizado a fines de 2023 y se estima que dichas cifras no variarían mucho este 2024.

“La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera a la obesidad como la pandemia del Siglo XXI, por lo que, efectivamente, tenemos que hacernos cargo de esto. Por lo mismo, hay que identificar que la obesidad se considera una enfermedad multifactorial”, sentenció María Cristina Escobar, directora de la carrera de Nutrición y Dietética de la Unab Concepción.

“Si bien, generalmente lo relacionamos con que hay una ingesta de alimentos de alto contenido calórico, de un bajo valor nutricional, si a eso le acompañamos el sedentarismo, es más complejo”, afirmó. “Además, tenemos que agregarle, por ejemplo, el tema de la tecnología. Los niños cada vez utilizan más las pantallas, los videojuegos, y hasta se comunican por redes sociales. Ya no salen a jugar como antes, a los pasajes o a las calles afuera de sus casas, también por un tema de seguridad”, dijo.

“Por lo tanto, hay muchos elementos ambientales y sociales que complejizan aún más estos factores, que es lo que conocemos como determinantes



AGENCIA UNO

EL 23% DE LOS NIÑO MENORES DE 6 AÑOS PRESENTAN SOBREPESO.



La Organización Mundial de la Salud, considera a la obesidad como la pandemia del Siglo XXI”.

María Cristina Escobar, dir.
Nutrición y Dietética Unab

sociales. Ahí es donde entra la prevalencia de la malnutrición por exceso, la pobreza, el entorno alimentario, y la industria alimentaria”, aseguró.

MULTICAUSAL

“Es muy difícil identificar sólo una causa que pueda existir en estos casos”, sos-



Se debe fomentar mayor actividad física, generar espacios de actividad física en las ciudades”.

Rinat Ratner, directora
Nutrición y Dietética UDD

tiene Claudia Troncoso, nutricionista y académica de la UCSC.

“Ahora, hay un componente de ambientes obesogénicos, que son lugares donde vas a encontrar preparaciones culinarias de alta densidad energética en lugares claves como universidades, colegios,

etc, y eso favorece de cierta manera, en sí, la malnutrición por exceso”, dijo.

“Tiene también un componente genético, pero más bien ambiental. Conductas alimentarias, hábitos que no son saludables y baja actividad física. Hay causas económicas, porque muchas veces los alimentos ultraprocesados de alta densidad energética y que favorecen la obesidad, son más baratos”, argumentó.

“Culturales también, o sea, muchas veces hay alimentos, como por ejemplo las leguminosas, que tienen baja ingesta y es porque las personas también tienen una tipificación más bien negativa de alimentos, entre comillas, que quizás sean muy nutritivos”, cerró.

SOLUCIONES

“Desde la perspectiva del ámbito familiar, lo deseable sería recuperar las tradiciones alimentarias, culinarias de nuestra cultura chilena, donde debemos incluir frutas, verduras, guisos, y tratar de volver a cocinar, comer en familia, no comer frente a una pantalla”, indicó Rinat Ratner, directora de la carrera de Nutrición y Dietética de la UDD.

“A nivel económico, permitir que los alimentos saludables sean alcanzables para la población, quizás motivando a unos precios más accesibles, a que estén más cerca del hogar, aumentando los puntos feria”, afirmó.

“Se debe fomentar mayor actividad física, generar espacios de actividad física en nuestras ciudades que permitan la recreación y la actividad física”, sostuvo. ☺