



Editorial

Comida rápida y obesidad

Tras la pandemia de covid 19 se observó un aumento significativo en los pedidos de comida a través de servicios de entrega, tanto de las conocidas apps como de las plataformas desarrolladas específicamente por cada restaurante.

En efecto, las ventas reales de comida de servicio rápido aumentaron un 10,4% en el último trimestre de 2023, culminando el año con un crecimiento real del 12,1%, de acuerdo con datos de la Asociación Chilena de Gastronomía (Achiga) y la Cámara Nacional de Comercio, Servicios y Turismo (CNC). El informe detalló que el consumo promedio por boleta de los *fast food* llegó a los 7.887 pesos. Las ventas en regiones representaron el 36% del total, mientras que la Región Metropolitana abarcó el 64%, mientras que los productos más pedidos a través de las aplicaciones son las hamburguesas, las pizzas y las papas fritas.

La Organización Mundial de la Salud ha llamado a la población a tomar conciencia respecto de las consecuencias que tiene en abuso en el consumo de la llamada "comida chatarra", así con el exceso en la ingesta de dulces, que influyen directamente en la obesidad, a la cual hoy se le llama "la otra pandemia".

Las cifras cada vez son más alarmantes, ya que de acuerdo con las proyecciones, en el año 2035 una de cada cuatro personas la padecerán. A la vez, la obesidad infantil aumentará en un 100% entre 2020 y 2035 en todo el mundo. Diversos estudios posicionan a nuestro país en lo más alto de los rankings. Según datos de la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económicos (Oede), el 67,7% de nuestra población mayor de 15 años sufre sobrepeso u obesidad, lo que sitúa a Chile en el tercer lugar, después de México (74,1%) y Estados Unidos (73,1%). A la vez, un estudio reciente de la Universidad de Oxford señala que Chile alcanza la posición 34 de los países con mayor obesidad y sobrepeso del mundo, llegando casi a doblar el porcentaje de promedio en todo el planeta (38,9%).

Las ventas reales de comida de servicio rápido aumentaron un 10,4% en el último trimestre de 2023, culminando el año con un crecimiento real del 12,1%. El consumo promedio por boleta fue de 7.887 pesos.

El Mapa Nutricional que elaboró la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (Junaeb) reveló que el porcentaje de niños que vive con obesidad sigue en aumento desde el 2017 hasta la fecha, llegando al 65,8%, o sea, tres de cada cinco niños de quinto básico presentan sobrepeso, obesidad u obesidad severa. Mientras que en kínder, primero básico y primero medio esta cifra supera el 50%.

La obesidad y el sobrepeso se han transformado en un problema de salud en Chile, que se acentúa cada año como resultado, en parte, de los hábitos de vida sedentarios, que incluyen poca actividad física y dietas alimenticias sobrecargadas en calorías. Pero es muy preocupante el aumento de la obesidad en niños, niñas y adolescentes. Chile ocupa el primer lugar en América Latina en obesidad infantil y un sexto lugar en el mundo.

En consecuencia, cada vez aparecen a más temprana edad enfermedades que eran de adultos, como la diabetes, la hipertensión y los problemas cardíacos. La obesidad infantil puede ocasionar disminución de la autoestima, apnea del sueño, aumento de lesiones articulares, problemas cardíacos y respiratorios, además de problemas al hígado.

Ciertamente, las familias han cambiado sus hábitos de alimentación y en algunos casos se ha aumentado el consumo de alimentos muy procesados o que no son tan saludables. 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. También se puso en vigencia hace años el rotulado de los alimentos en los que se advierte con hexágonos negros a los consumidores aquellos que son peligrosos para la salud. El ataque a lo que se considera la otra pandemia de estos tiempos debe realizarse de manera multidisciplinaria para que cumpla con su objetivo y ayude a los chilenos a comer en forma saludable para tener mejor calidad de vida.