



Con 60 minutos diarios de actividad física se busca reducir obesidad en los escolares

PROYECTO. *Malnutrición por exceso supera el 60% en niños, niñas y adolescentes.*

Carolina Torres Moraga
carolina.torres@australtemuco.cl

Incorporar 60 minutos diarios de actividad física en los establecimientos educacionales, independiente de las clases habituales del currículum escolar, es el aspecto central de un proyecto en el que están involucrados distintos organismos de Gobierno, con el fin de reducir los altos índices de obesidad en los niños, niñas y adolescentes.

Precisamente para reflexionar, discutir e identificar barreras locales e iniciativas que permitan generar espacios educativos y comunitarios que faciliten la práctica de actividad física, recientemente se realizó el Diálogo Regional denominado Enfrentando Desafíos para una Niñez y Adolescencia más activa”, que contó con la participación de las autoridades regionales de la Seremi de Salud, Seremi del

“Queremos estimular la incorporación de al menos 60 minutos de actividad física diaria en el contexto escolar”.

Andrés Cuyul,
seremi de Salud

Deporte, IND y educación.

El encuentro también convocó a directores de establecimientos educacionales, directores de carreras de Educación Física, académicos, encargados de promoción de salud y deportes, representantes de organizaciones sociales, entre otros.

“Estamos desarrollando un diálogo intersectorial, lo más plural posible con distintos actores regionales que tienen que ver con la educación, la salud y la actividad física, porque lo que queremos es recoger insumos para el proyecto de ley de fomento de la actividad física en el contexto



AGENCIA UNO

LA MOTIVACIÓN DE LA INICIATIVA ES REDUCIR LOS ÍNDICES DE MALNUTRICIÓN POR EXCESO EN LOS ESCOLARES.

escolar”, explicó el seremi de Salud, Andrés Cuyul, quien detalló que actualmente las cifras de obesidad y sobrepeso en la población escolar son alarmantes, por lo que es necesario impulsar iniciativas que beneficien la

práctica deportiva.

“Nuestra Región tiene una prevalencia de obesidad del 17% en la enseñanza básica y primer medio, y lo que queremos es estimular la incorporación de al menos 60 minutos de actividad física diaria en el contexto escolar en educación básica y media.

Esto es independientemente de las clases de educación física y por ello el diálogo pretende recoger aspectos que tienen que ver con el entorno, tales como juntas de vecinos, el barrio, para que faciliten la realización de actividad física en niños, niñas y adolescentes”, aseguró. 

Preocupan niveles de obesidad en niños

● La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la malnutrición por exceso como una condición fisiológica anormal causada por el consumo excesivo de macronutrientes, (hidratos de carbono, proteínas y grasas) y micronutrientes (vitaminas y minerales). Los informes de los últimos años del Mapa Nutricional Junaeb, han revelado que en nuestra Región existe más de un 60% de malnutrición por exceso (sobrepeso y obesidad) en niños, niñas y adolescentes, siendo cercano a un 17% el nivel de obesidad en escolares de 6 años, lo que es motivo de preocupación debido a que la obesidad no sólo aumenta las posibilidades de desarrollar enfermedades cardiovasculares, sino también, del aparato locomotor (dolor articular), enfermedades respiratorias (apneas obstructivas del sueño), diabetes mellitus tipo 2, algunos cánceres, entre otras.