

E

Editorial

Plan 60 minutos en escuelas

El anuncio dado por el ministro del Deporte Jaime Pizarro va en línea con las urgentes necesidades de revertir las cifras de obesidad en Atacama y Chile.

El ministro del Deporte Jaime Pizarro anunció el proyecto “60 minutos” que busca potenciar la actividad física en los establecimientos educacionales, en el marco de la lucha por revertir los altos índices de obesidad en Atacama y Chile.

Se trata de un programa que se prepara en conjunto con el Ministerio de Educación y el Ministerio de Salud, sin chocar las clases de educación física. Básicamente se va a hacer actividad física al inicio de clases, en los recreos y al término de la jornada.

Sin duda que esta iniciativa cambiaría de plano la cultura de la actividad física de los recintos. Copiaría los horarios de manera armoniosa para no afectar los otros contenidos, pero a la vez siempre estará presente dado que se extenderá desde el comienzo hasta finales de las clases.

La actividad física ha sido mirada como algo sin importancia y este plan precisamente invita a revertir esta situación, lo que debería ser un triunfo en diversos ámbitos. Y es que una buena salud, implica menores costos asociados a enfermedades asociadas al sobrepeso.

En teoría debería ayudar a reducir los índices de obesidad, pero no debería ser todo, sino que ir acompañado de otras pautas como las alimenticias donde los recintos deben poner énfasis en el consumo de productos saludables. Hoy hay cursos que tienen un programa informal de alimentación diario, pero siempre va a depender de la disponibilidad y criterio de los padres y apoderados. No siempre todos van a llevar frutas, por ejemplo.

No olvidemos los números. Un informe del 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), tiene un porcentaje brutal: 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. Chile lidera la obesidad en América Latina...