Diarioaustral
REGIÓN DE LOS RÍOS

Fecha: 31/08/2025 Audiencia: 14.400 Sección: OPINION
Vpe: $98.889 Tirada: 4.800 Frecuencia: DIARIO
Vpe pág: $696.000 Difusión: 4.800
Vpe portada: $696.000 Ocupación: 14,21%

Salud Escolar, la deuda

● En Chile, la obesidad infantil ha pasado de ser una estadística preocupante a una dolorosa realidad. En cada recreo y sala de clases se observan niños con hábitos poco saludables y rutinas marcadas por el sedentarismo, potenciado esto último, con el uso prolongado de pantallas.

El exceso de peso, es más que un problema estético, ya que les roba el bienestar físico, el desarrollo emocional y social a los niños de nuestro país. Este fenómeno refleja un entorno escolar que, lejos de promover un estilo de vida saludable, termina muchas veces reforzando hábitos sedentarios y una alimentación poco equilibrada.

Sin embargo, la obesidad infantil es sólo la punta de iceberg, ya que la salud escolar es un concepto más amplio, que incluye alimentación, actividad física, salud mental y afectividad. La escuela no sólo es un espacio de transmisión de conocimiento, sino también un escenario clave en la formación de hábitos para la vida.

La ausencia de programas robustos de promoción de la salud convierte a las comunidades educativas en lugares vulnerables, donde se normalizan conductas que, a largo plazo, generan enfermedades crónicas prevenibles.

La infancia requiere un entorno protector que impulse hábitos positivos desde una temprana edad. Una escuela saludable no es un lujo, es una necesidad impostergable: niños que comen bien, se mueven y reciben acompañamiento emocional, son niños que aprenden mejor, construyen resiliencia y tienen más oportunidades de un futuro pleno.

Nuestro país tiene la posibilidad de transformar su sistema educativo en un verdadero motor de salud. No se trata sólo de enseñar contenidos, sino de cuidar la vida en su sentido más profundo.

La Universidad Santo Tomás, con su compromiso permanente con la niñez y su desarrollo integral, nos recuerda que la educación y la salud no pueden caminar por senderos separados, sino que son la base de un mismo sueño, el de un país más sano y justo.

Daniela Salas-Adasme
EnfermeraRed Investigadores, UST Valdivia