



Obesidad

Chile enfrenta un problema de salud pública que ya no admite eufemismos: la obesidad. No es solo una cifra en encuestas; es una condición que tensiona al sistema entero, desde la atención primaria hasta la urgencia, y que amplifica riesgos cardiovasculares, metabólicos y de discapacidad. Sin embargo, seguimos tratándola como un asunto de voluntad individual, con campañas intermitentes y soluciones que dependen de que cada persona pueda cambiar en entornos que empujan exactamente en la dirección contraria. La evidencia muestra que la obesidad es heterogénea y sus trayectorias son distintas. No basta con

mensajes generales ni con metas rígidas para todos. Se requiere prevención temprana, seguimiento continuo y apoyo real para cambios sostenibles. Y, sobre todo, políticas que modifiquen el contexto: acceso efectivo a actividad física segura, entornos escolares saludables, regulación coherente de la oferta alimentaria y una red de atención con equipos entrenados y tiempo para acompañar. También hay un punto ético. Cuando el discurso se vuelve moralizante, el daño es doble: se estigmatiza y se aleja a las personas del sistema. La obesidad no se reduce con culpa. Se reduce con intervención oportuna, estrategias costo-efectivas y un

compromiso político que la trate como lo que es: una enfermedad crónica influida por determinantes sociales. Si Chile quiere tomarse en serio su futuro sanitario, debe dejar de administrar consecuencias y empezar a intervenir causas. La obesidad ya está definiendo la carga de enfermedad del país. La pregunta es si vamos a seguir mirándola de lejos o si vamos a actuar con la escala y la seriedad que exige.

Nicolás Fernández
Médico