



nerales 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*

### 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 ge-

El Diario de Atacama invita a sus lectores a escribir sus cartas a esta sección. Los textos deben tener una extensión máxima de 1.000 caracteres e ir acompañados del nombre completo, cédula de identidad y número telefónico del remitente. La dirección se reserva el derecho de seleccionar, extraer, resumir y titular las misivas. Las cartas deben ser dirigidas a [director@diariotacama.cl](mailto:director@diariotacama.cl). o a la dirección Atacama 725-A, Copiapó.