

SEGÚN EL SERVICIO DE SALUD COQUIMBO

Región de Coquimbo lidera obesidad infantil en Chile y alerta por cifras en adultos

ROMINA ONEL
Región de Coquimbo

La obesidad continúa consolidándose como uno de los principales problemas de salud pública en Chile. De acuerdo con datos de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), más del 30% de la población adulta del país vive con esta condición.

La situación también genera preocupación en la Región de Coquimbo. Según la Encuesta Nacional de Salud 2016-2017 del Ministerio de Salud, un 76,7% de la población presenta circunferencia de cintura elevada.

En este contexto, el encargado de Enfermedades Cardiovasculares del Servicio de Salud Coquimbo, Dr. Andrés Cifuentes, alertó a Diario El Día que "somos la primera región en romper el récord de obesidad infantil y la segunda a nivel latinoamericano de obesidad en el adulto".

El médico advirtió que "en los niños de 0 a 6 años la obesidad alcanza alrededor del 30%, mientras que en los adolescentes de 10 a 19 años la cifra supera el 50% de la población".

"En el caso de los adultos de la región, contamos con cerca de 120 mil pacientes en el Programa de Salud Cardiovascular y alrededor del 60% presenta obesidad. La situación es aún más alarmante en personas de 15 a 64 años, donde la malnutrición por exceso afecta al 74% de la población", agregó.

Asimismo, detalló que "de nuestros 120 mil pacientes, solo un 5% declara realizar actividad física. Por eso es importante incentivarla, ya que contribuye a la baja de peso, fortalece la salud general y ayuda a prevenir enfermedades cardiovasculares y problemas de salud mental".

NO SOLO UN TEMA ESTÉTICO

Por su parte, el presidente del Colegio Médico de la Región de Coquimbo,

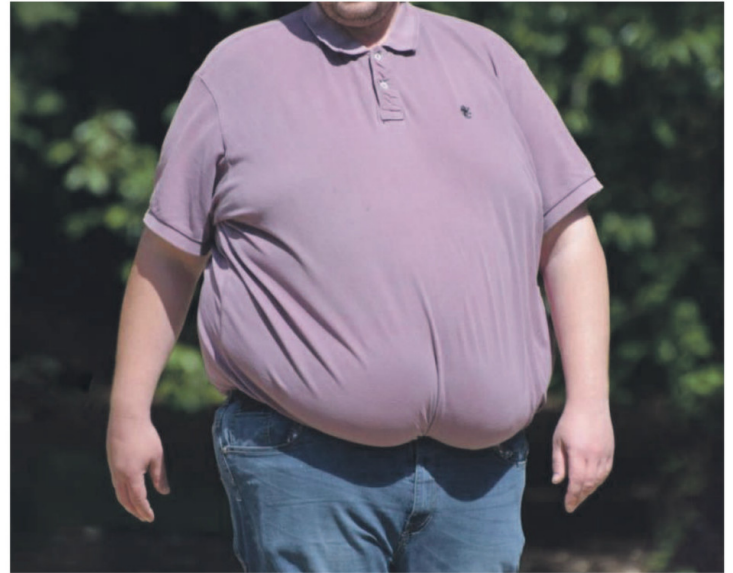
El encargado de Enfermedades Cardiovasculares del Servicio de Salud Coquimbo alertó que la Región de Coquimbo ocupa el primer lugar nacional en obesidad infantil y en obesidad en adultos. Además, señaló que Chile lidera las cifras de obesidad infantil en Latinoamérica y ocupa el segundo lugar en obesidad adulta a nivel regional.

Fernando Carvajal, remarcó que "la obesidad no es solo un tema estético, sino un factor predisponente para múltiples patologías en la adultez".

"Su asociación con enfermedades cardiovasculares, diabetes, problemas osteomusculares y varios tipos de cáncer no siempre es percibida por la comunidad. Por eso, el principal desafío es la prevención desde la infancia, mediante alimentación saludable y actividad física", sostuvo.

La doctora en Medicina General y concejala de Coquimbo, Sonia Elgueta, también manifestó preocupación por el fenómeno, advirtiendo que "estamos diagnosticando resistencia a la insulina e hipertensión en niños".

La profesional agregó que "la obesidad infantil refleja precariedad económica y falta de tiempo, pero no es culpa de las familias. En Chile, comer sano muchas veces es un privilegio, porque predominan los alimentos ultraprocesados y las calorías baratas".



CEDIDA

De los cerca de 120 mil pacientes del Programa de Salud Cardiovascular en la Región de Coquimbo, solo un 5% declara realizar actividad física.

FACTORES SOCIALES Y PSICOLÓGICOS

Consultado por las causas de este fenómeno, el sociólogo y académico de la Universidad de La Serena, Cristian Blanco, explicó que "las dietas saludables suelen tener un costo más alto que los alimentos ultraprocesados, por lo que la obesidad también es una manifestación de vulnerabilidad social e inseguridad alimentaria".

El académico añadió que "las largas jornadas laborales y los tiempos de traslado empujan a las familias a optar por soluciones alimentarias rápidas".

En la misma línea, el académico y psicólogo de la Universidad de La Serena, Néstor González, señaló que "muchas personas comen porque están ansiosas, estresadas o tristes, ya que los alimentos ultraprocesados generan un alivio momentáneo del

malestar".

Asimismo, explicó que el estrés crónico favorece la acumulación de grasa visceral y aumenta el riesgo de obesidad.

RECOMENDACIONES

Respecto a la prevención, el profesor de pilates Raúl Vásquez destacó que "la proporción entre la cintura y la estatura debe ser menor a 0,5, porque sobre ese nivel aumentan los riesgos de obesidad, hipertensión y diabetes".

Asimismo, enfatizó que "el ejercicio es clave, combinando actividades aeróbicas con entrenamientos de fuerza".

"También es importante reducir el consumo de azúcares y alimentos ultraprocesados, cenar más temprano y mantener hábitos saludables", recomendó.