LITORALPRESS

Fecha: 15-06-2023
Medio: El Austral de Osorno
Supl. : El Austral de Osorno
Tipo: Opinión - Cartas
Título: **Prevención de la obesidad**

Pág. : 9
Cm2: 58,1

Tiraje: 4.500
Lectoría: 13.500
Favorabilidad: No Definida

Prevención de la obesidad

● La obesidad infantil y adolescente es un problema de salud pública en Chile y el mundo. Según el Mapa Nutricional 2021, el 31% de los niños y adolescentes en el país tiene obesidad, y el 27,3% presenta sobrepeso. Esta situación es compleja y requiere la intervención temprana de los profesionales de la salud para asegurar una adultez saludable, comenzando incluso desde la gestación, donde el estilo de vida de la madre juega un papel fundamental.

Un estudio en el que participé, titulado Chile's 2018 Report Card, reveló que solo 1 de cada 5 niños chilenos cumplía con los niveles de actividad física recomendados por la OMS en 2020, que establece al menos 1 hora de actividad física diaria para los niños y adolescentes. Esto es preocupante y requiere de acciones concretas para revertir esta tendencia.

En respuesta, desde Kinesiología UDP lanzaremos un Diplomado en Actividad Física y Obesidad en el ciclo vital, para capacitar a profesionales en estrategias de intervención que ayuden a disminuir la incidencia de estas enfermedades. Es esencial que como profesionales de la salud contemos con las herramientas y conocimientos para promover estilos de vida saludables desde edades tempranas y así prevenir problemas a largo plazo.

Astrid von Oetinger, Kinesiología UDP