LITORALPRESS

Fecha: 15-03-2026
Medio: La Discusión
Supl. : La Discusión
Tipo: Noticia general
Título: Ñuble mantiene malnutrición por exceso: el 55% de los estudiantes tiene sobrepeso y obesidad

Pág. : 3
Cm2: 679,7

Tiraje: 3.500
Lectoría: Sin Datos
Favorabilidad: No Definida

MAPA NUTRICIONAL DE JUNAEB 2025

Ñuble mantiene malnutrición por exceso: el 55% de los estudiantes tiene sobrepeso y obesidad

Al comparar las últimas mediciones, la región bajó del tercer al séptimo lugar entre las regiones con mayor prevalencia. Sin embargo, Ñuble no mejora sus propios índices entre 2024 y 2025. Los expertos coinciden que se requiere aplicar políticas integrales que incluyan acceso a alimentos saludables, regulación de precios, mejora en la infraestructura educativa y fiscalización efectiva de la normativa alimentaria en establecimientos.

En la Región de Ñuble 7,9% tiene sobrepeso, un 19,9% obesidad y 7,2% tiene obesidad severa a la fecha.

LITORALPRESS

Fecha: 15-03-2026
Medio: La Discusión
Supl. : La Discusión
Tipo: Noticia general
Título: Ñuble mantiene malnutrición por exceso: el 55% de los estudiantes tiene sobrepeso y obesidad

Pág. : 4
Cm2: 739,4

Tiraje: 3.500
Lectoría: Sin Datos
Favorabilidad: No Definida

SUSANA NÚÑEZ
diario@ladiscusion.cl
FOTOS: LA DISCUSIÓN

La Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (Junaeb) entregó este mes los resultados del Mapa Nutricional 2025, que abarcó al 72,9% de los establecimientos educacionales con financiamiento público, lo que equivale casi 730 mil estudiantes cursos de prekínder, kínder, 1° básico, 5° básico y 1° medio.

En comparación a 2024, la Región de Ñuble mantuvo estable su indicador de malnutrición por exceso (sobrepeso, obesidad y obesidad severa) anotando un 55,0% de los escolares con esta condición en 2025, es decir registró una baja marginal de -0,5%, respecto al año anterior, cuando registró 55,5% de población con este problema de salud. En términos prácticos, más de uno de cada dos estudiantes tiene malnutrición por exceso en el presente.

En el país, pasó de 50,9% a 51,7%, lo que representa un aumento de 0,8 puntos porcentuales. La malnutrición por déficit disminuyó de 5,7% a 5,6%, consolidando la baja progresiva en este indicador, desde 2023.

Regiones con mayores índices

Ñuble, con un 55%, ocupa el séptimo lugar entre las regiones con mayor malnutrición por exceso en 2025, el año anterior ocupó el tercer lugar en la medición. Aysén (59%), Los Ríos (57,2%) y La Araucanía (56,6%) encabezan la lista. Arica y Parinacota 49,4% Tarapacá 48,7% Antofagasta 48,3% Metropolitana 48,2% presentan mejores índices en este ítem.

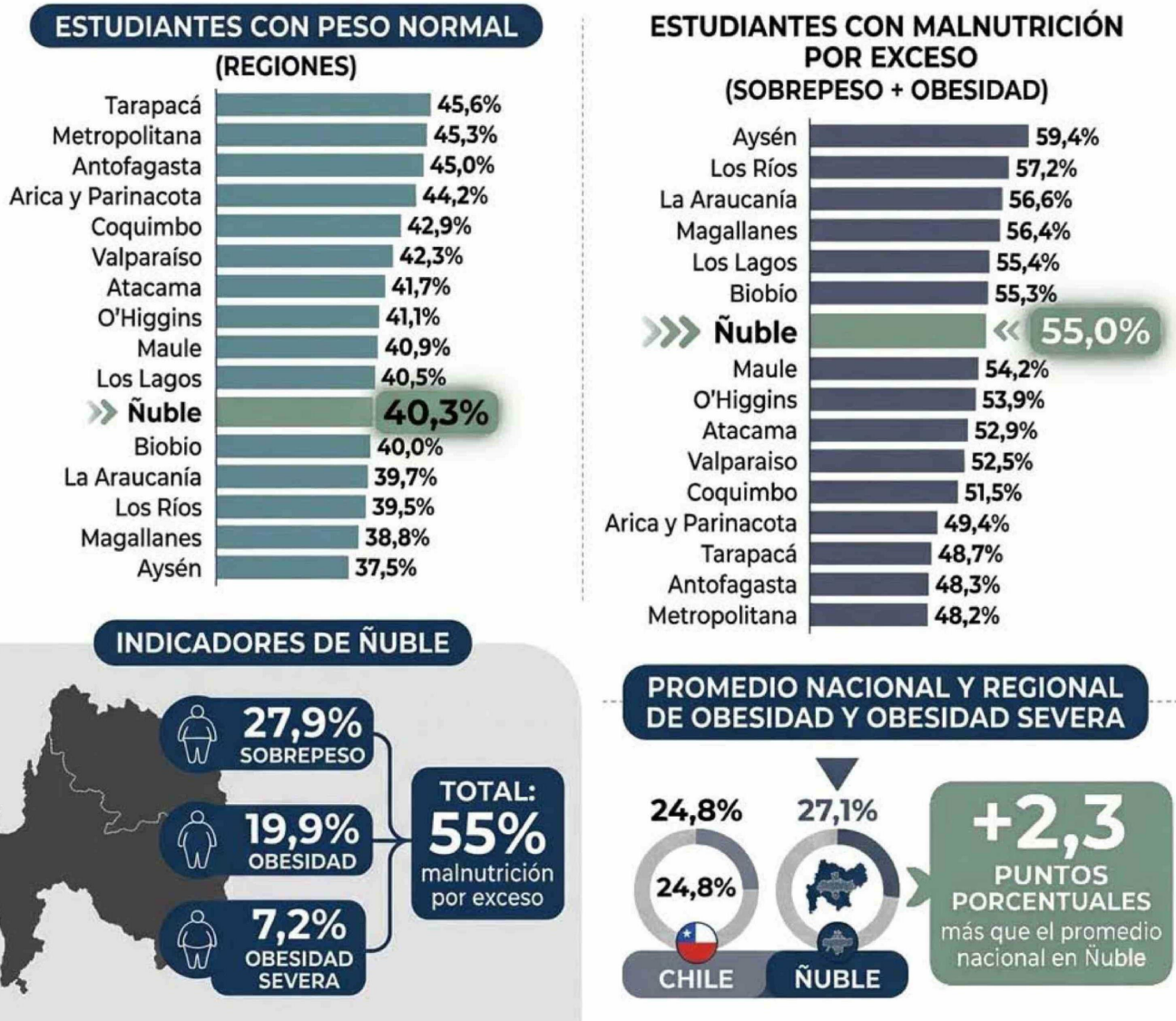
En detalle, 27,9% tiene sobrepeso, un 19,9% obesidad y 7,2% tiene obesidad severa en Ñuble a la fecha.

A nivel nacional, el promedio nacional de obesidad y obesidad severa es 24,8%, mientras que Ñuble este llega al 27,1%. Es decir, 2,3 puntos porcentuales más que el promedio general.

En 2025, solo el 40,3% de los estudiantes de Ñuble presentó un estado nutricional normal, cifra que sitúa a la región ocupando el 11° de 16 regiones del país. En general, las regiones del norte y zona central presentan los mejores indicadores nutricionales, en contraposición del centro sur y sur, con mayor prevalencia de obesidad infantil. Ñuble se ubica justamente dentro de este corredor crítico del centro-sur, junto con Maule, Biobío y Araucanía.

Entre otros hallazgo, los alumnos con bajo peso en Ñuble (4,8%) aumentaron un 0,8 puntos porcentuales respecto a la medición de 2024. El territorio se ubicó en el décimo lugar de la tabla en el ámbito nacional.

SITUACIÓN NUTRICIONAL ESTUDIANTES EN ÑUBLE



Fuente: Mapa nutricional de Junaeb 2025

LITORALPRESS

Fecha: 15-03-2026
Medio: La Discusión
Supl. : La Discusión
Tipo: Noticia general
Título: Ñuble mantiene malnutrición por exceso: el 55% de los estudiantes tiene sobrepeso y obesidad

Pág. : 5
Cm2: 668,0

Tiraje: 3.500
Lectoría: Sin Datos
Favorabilidad: No Definida

El informe mostró que en el sector rural en Chile la obesidad y sobrepeso es mayor con un 55,8%, en comparación al urbano, que arrojó un 50,4% de estudiantes en esa situación. Dato que alcanza relevancia, por ser Ñuble es una de las regiones con mayor proporción de población rural del país, lo que podría explicar parte de la diferencia con el promedio nacional.

Asimismo, reveló que los alumnos de quinto básico son los que presentan peores indicadores nutricionales alcanzando un 61,5% en el país. Es decir tres de cada cinco estudiantes presentan malnutrición por exceso. Sin embargo, el nivel donde más aumentó la malnutrición por exceso fue kínder, pasando de 47,5% a 49,2%.

En tanto, en 2025, el 40% más vulnerable según el Registro Social de Hogares presenta un 53,2% de malnutrición por exceso, mientras que el 20% de mayores ingresos registra un 50,8%, con una brecha de 3 puntos porcentuales.

Cambios en la alimentación y sedentarismo

La académica del Departamento de Nutrición y Dietética de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Concepción, Gabriela Benedetti, explicó que si bien el año pasado Ñuble estuvo entre las tres primeras regiones, ahora están dentro de las siete de este ranking.

"Esto quiere decir que hemos mantenido hábitos, cierto, poco saludables, consumo de alimentos ultraprocesados con alta densidad energética y de la mano también con un sedentarismo que va en aumento aún en la población", afirmó.

Para explicar esta tendencia, la nutricionista mencionó que los territorios con carácter rural, como Ñuble, han experimentado cambios en sus patrones de consumo, debido al mayor acceso a alimentos con escaso valor nutricional, lo que ha incidido negativamente en el peso de los habitantes.

"La ruralidad ha cambiado también sus patrones alimentarios, por lo tanto, de lo que podríamos pensar, también está visto que la población rural tiene un mayor acceso a ultraprocesados. O sea, vemos que tienen una mayor venta y comercialización de productos de este tipo, a lo que podríamos pensar años anteriores", sostuvo.

Asimismo, advirtió que escolares, tanto del sector rural como urbanos, al contar con medios tecnológicos, tienen mayor exposición a la publicidad de productos procesados, lo que a su vez facilita la adopción de conductas sedentarias.

"Los niños tienen también mayor acceso a esta publicidad. Actualmente la población infantil tiene un acceso a pantallas, sea rural y urbana, bastante significativo al día, por lo tanto, buscan esos productos que ven para poder comprarlos. Además, tienen una menor tendencia a hacer actividad física, a salir a jugar, no se mueven, y eso también va de la mano con el tipo de consumo alimentario que están teniendo", comentó.

Comida extranjera

Hoy las mediciones también reflejan el peso corporal de la población extranjera, cuya alimentación, en algunos casos alta en grasas, se ha incorporado en la dieta tradicional, lo que ha influido en las cifras.

"Ahora el mapa nutricional, ya hace dos años o más o menos, incluye lo que es la población migrante. Por lo tanto, vemos que en las zonas rurales no solamente tenemos población chilena, sino que también tenemos población que va llevando su tendencia alimentaria, por lo tanto, los patrones alimentarios van cambiando y se van modificando o se van adaptando. En algunos casos, los principales son, por ejemplo, alimentos que son altos en grasas porque se utilizan muchos alimentos fritos o altos en carbohidratos. Entonces, la cantidad energética es mayor", describió.

Las diferencias de precios entre productos han repercutiendo negativamente en los hábitos alimenticios.

"El precio también ha hecho más barato aquellos alimentos ultra procesados, en comparación muchas veces con ciertos alimentos que pueden ser más saludables, porque también se encarece el precio dependiendo la zona rural a la cual yo lo lleve, por el traslado", dijo.

Las brechas en infraestructura deportiva en los establecimientos también es otra razón.

"Las escuelas más vulnerables no tienen los mismos espacios ni infraestructura para poder realizar actividad física de la misma manera que los otros, por lo tanto, el sedentarismo sigue siendo favorecido en esos ámbitos, según el nivel socioeducacional y socioeconómico", advirtió.

Comedor educativo

La directora de la Escuela de Salud Pública de la Universidad de Chile y médico en Pediatría y Nutrición, Lorena Rodríguez, sostuvo que se deben fortalecer estrategias que permitan facilitar el acceso a la alimentación saludable, mediante la intervención de los entornos.

"Por ejemplo, en manos de la educación, y ahí la Junaeb tiene un gran rol, de mantener un entorno escolar saludable. Eso significa que haya disponibilidad de espacios para la práctica pedagógica, significa que los kioscos tienen que vender alimentos saludables, que las minutas del programa de alimentación escolar tienen que contener solo alimentos saludables, que el espacio del comedor escolar sea un espacio educativo, donde se aproveche la oportunidad de hacer educación sobre la inconstancia de la alimentación y nutrición", detalló.

En la misma línea, destacó, que la implementación de huertos y sistema de reciclaje en los establecimientos educacionales, ayudan a internalizar no solo conocimiento, sino también hábitos saludables.

"Es una oportunidad no solo de aprender cómo se producen los alimentos, cómo pongo la semilla y después tengo una lechuguita y además después me la como en el plato. También es una oportunidad para reciclar desechos orgánicos, para aprender a cuidar lo que estoy produciendo y después a disfrutarlo. Entonces, hay un conjunto de alternativas que uno puede mirar cómo mejorar un espacio y al mismo tiempo cómo aprovechar eso como una instancia educativa", mencionó la especialista.

Apostar por la implementación de ferias en barrios, con horario extendido, también ayuda a mejorar el acceso a productos de alto valor nutricional por parte de las familias, subrayó la pediatra.

"Se requiere organización barrial para, por ejemplo, gestionar desde los municipios que haya ferias, donde se vendan alimentos saludables y a precios muy razonables, que esas ferias tengan, a lo mejor, un horario extendido, para que cuando uno sale de trabajo eso esté. Este año ya viene la nueva reducción de las horas laborales, eso significa que los adultos que trabajan fuera del hogar van a poder llegar un poco antes y eventualmente eso abre una oportunidad de cocinar saludable", destacó la doctora Lorena Rodríguez.

La académica sostuvo que la regulación de los precios, mediante la aplicación de impuestos y subsidios, ha demostrado ser eficaz de acuerdo a la evidencia, sin embargo, su puesta en marcha requiere un profundo análisis técnico y económico.

"Impuesto a los alimentos no saludables y subsidios a los saludables. Se requiere un análisis económico, una reforma tributaria, pero hay que pensar en eso porque la evidencia científica muestra que cuando uno modifica los precios, la gente compra más lo barato y si lo que es más barato es saludable, compra más alimentos saludables. Entonces, las políticas de precios del tipo impuesto y subsidio son políticas que tienen muy buenos resultados, pero que son complementarias", dijo.

Más allá del peso corporal

La obesidad tiene consecuencias a nivel individual y colectivo. Este problema de salud eleva el riesgo de contraer enfermedades crónicas como diabetes tipo 2, dolencias cardíacas, hipertensión, ciertos tipos de cáncer y apnea del sueño, lo que a su vez aumenta el gasto público e impactan la productividad en contextos laborales y educativos.

"La obesidad se asocia, por ejemplo, a más riesgo económico, no solo de salud, sino que también menor rendimiento escolar y laboral, ausentismo, licencias médicas por enfermedades y a un gran gasto asociado a todas estas consecuencias. Además, muchas personas duermen mal y ,por lo tanto, al día siguiente obviamente rinden mal. Entonces, esto tiene una repercusión personal, pero también general, por lo tanto, no es un problema solo de las personas que sufren esta condición, sino de la sociedad entera y nosotros somos responsables", advirtió la directora.

A ello se suman, alertó la académica UdeC Gabriela Benedetti, los efectos psicosociales como la estigmatización, baja autoestima y problemas de salud mental.

"Hay alteraciones, por ejemplo, que estamos viendo en los niños, o sea, insulinoresistencia, hígado graso, por ejemplo, síndrome metabólico, son todas alteraciones que vemos, pero hay algo que quizás falta destacar, y es el impacto psicosocial, o sea, la estigmatización. En general, somos una población superpesocentrista, por lo tanto, nuestra población desde temprana edad vive con eso, con el ser aceptado según cómo te ves. Por lo tanto, hemos visto que hay una disminución en la autoestima, hay trastornos de salud mental y de conducta alimentaria que se ven bastante afectados desde temprana edad, por lo tanto, diría que actualmente el impacto psicosocial es tan importante", detalló.

Para revertir los índices negativos, la nutricionista apuntó al seguimiento nutricional dentro de las comunidades educativas en manos de especialistas.

"Se hacen mediciones de peso, talla, pero muchas veces son realizadas por el profesor de educación física que quizás no cuenta con la expertise que tendría un nutricionista en un colegio para poder ver realmente cuál es la situación y qué medidas se pueden tomar", alertó.

Más control de kioscos escolares

Hay algunos establecimientos educacionales en Chillán cuyos kioscos aún venden snack con etiquetados "Altos en", lo que de acuerdo a la ley 20.606, está prohibido.

En ese contexto, las fiscalizaciones de los equipos de salud son cruciales para que las normas aprobadas se apliquen efectivamente y no sean simples documentos sin fuerza real o inoperantes.

"Nosotros tenemos algunas medidas que han sido estrategias que pueden ser efectivas. Por ejemplo, la de etiquetado, porque restringe la publicidad de los alimentos a los niños y también regula la venta en los colegios. Pero si nos falta, por ejemplo, el tema de la fiscalización, de que estos kioscos sean realmente saludables. Hay un factor que es súper importante que todavía vemos carritos cerca de los colegios y eso no se fiscaliza", enfatizó la profesora.

> Hemos mantenido hábitos, cierto, poco saludables, consumo de alimentos ultra-procesados con alta densidad energética "
>
> **GABRIELA BENEDETTI**
> ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN UDEC

> Se deben fortalecer estrategias que permitan facilitar el acceso a la alimentación saludable"
>
> **LORENA RODRÍGUEZ**
> DIRECTORA ESCUELA DE SALUD PÚBLICA UCHILE

7

lugar entre las regiones con mayor malnutrición por exceso en 2025, ocupa Ñuble. El año anterior ocupó el tercer lugar en la medición.