



## Editorial

# Sobrepeso y obesidad

**Casi la mitad de los menores enfrenta un problema grave de salud, como es la malnutrición. Una situación que nos impactará en los próximos años.**

**E**n Chile, casi la mitad de los estudiantes enfrenta un problema grave de salud, como es la malnutrición por exceso, que incluye sobrepeso y obesidad. La última medición del Mapa Nutricional 2024 de la JUNAEB indica que alrededor del 50,9 % de los escolares presenta sobrepeso u obesidad, una cifra alarmante que obliga a revisar nuestras políticas educativas y de salud pública.

Ante este panorama, la Ley 21.778, que obligará a los establecimientos educacionales del país a incorporar 60 minutos diarios de actividad física adicional a Educación Física desde 2027, representa una política pública con visión de futuro.

Esta normativa no solo responde a cifras que dan cuenta de un problema epidemiológico creciente, sino que se alinea con recomendaciones internacionales de salud que sostie-

**La Ley 21.778, que obligará a los establecimientos educacionales del país a incorporar 60 minutos diarios de actividad física adicional.**

nen que niños y adolescentes de entre 5 y 17 años deberían acumular al menos 60 minutos diarios de actividad física de intensidad moderada a vigorosa para mantener y mejorar su salud física y mental. Las implicancias de este enfoque van más allá del simple movi-

miento. Al promover rutinas diarias de actividad física, se combate el sedentarismo, que es un factor clave en el desarrollo de exceso de peso, cardiometabolismo adverso y problemas de bienestar emocional. Si realmente queremos una generación más saludable, más activa y con mayores herramientas para enfrentar desafíos físicos y emocionales, esta ley es un paso en la dirección correcta. No se trata solo de deporte, sino de una transformación cultural en cómo concebimos la educación, la salud y la vida cotidiana de nuestros niños y niñas. Su éxito dependerá del compromiso de toda la comunidad y de una implementación que priorice la inclusión, la creatividad y la participación de cada estudiante.