



Columna

Alberto Godoy Tordoya
 Seremi de Salud



Instruir a los niños en su camino

El capítulo 22 del texto de Proverbios, del libro más vendido del mundo, indica: “Instruye al niño en su camino. Y aun cuando fuere viejo, no se apartará de él”. Esta enseñanza, vinculada al ámbito espiritual de la educación de los menores, aplica plenamente respecto de hábitos que deben ser establecidos como conductas permanentes de quienes están comenzando sus vidas.

El tema cobra vital importancia si consideramos que en la región existe una preocupante prevalencia de malnutrición por exceso en niños, niñas y adolescentes. Según el último Informe de Vigilancia nutricional del Ministerio de Salud (2023), en

“Amar a los hijos no significa sólo brindarles una educación”.

menores de 6 años, la obesidad alcanza el 10,2% y el sobrepeso el 19,1%, lo que representa que 3 de cada 10 menores de ese rango etario, están afectados por la problemática.

Este complejo escenario nutricional se agrava con los datos de la Encuesta Nacional de Actividad Física y Deportes 2024, que reporta que sólo el 26,4% de los niños, niñas y adolescentes entre 5 y 17 años cumplen con las recomendaciones mínimas de la actividad física diaria. En el contexto escolar, apenas el 24% son activos o parcialmente activos durante la semana escolar, lo que clasifica a la región como una de las menos activas en este ámbito.

En esta realidad aparece la Estrategia de Establecimientos Promotores de la Salud (EEPS), política pública impulsada por el Ministerio de Salud que busca fortalecer los entornos escolares como espacios saludables, seguros y protectores.

Básicamente se trata de una instancia en que el recinto de educación se compromete a promover la generación de ambientes escolares saludables para una alimentación equilibrada y para el ejercicio físico. Por ejemplo, mediante talleres de alimentación saludables, huertas escolares y pausas activas durante los recreos, acciones que son sometidas a un seguimiento sistemático mediante indicadores de salud, instrumentos de autoevaluación, control y monitoreo.

La Escuela 21 de mayo de Calama, firmó recientemente su manifiesta voluntad de cumplir con todos los requisitos necesarios que le permitan convertirse en un Establecimiento Promotor de la Salud, pero lo más importante, una comunidad escolar que busca implantar el “chip” de la alimentación saludable y la actividad física como una verdadera cultura de la prevención que evitará el sobrepeso, la obesidad.

En el ámbito nutricional es consabido que niños con sobrepeso u obesidad implica adultos que padecen diabetes, hipertensión y enfermedades cardíacas a muy temprana edad. Es por eso que estamos profundamente interesados en que otros recintos de El Loa y de la región generen un compromiso y se acrediten como Establecimientos Promotores de Salud.

Un tercio de la población chilena padece de sobrepeso y obesidad, proporción que no se revertirá si es que no generamos un cambio a partir de los primeros años de nuestra población infantil. ¡Es imprescindible instruir a nuestros niños, niñas y adolescentes en su camino!

Amar a los hijos no significa sólo brindarles una educación de calidad, sino también preocuparse de su estado nutricional, responsabilidad que corresponde principalmente a los padres.