

OBESIDAD INFANTIL EN CHILE: UNA URGENCIA QUE COMIENZA ANTES DE NACER



Por **María Teresa Valenzuela**

Directora del Observatorio
de Salud del IPSUSS.



La obesidad es un problema de salud pública de origen multifactorial, en el que confluyen factores biológicos, conductuales, sociales y ambientales. Su impacto sanitario se relaciona con la asociación al desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles. En la infancia, el exceso de peso tiende a persistir en el tiempo, aumentando el riesgo de enfermedades cardiometabólicas, problemas de salud mental, ciertos tipos de cáncer, estigmatización social y una menor calidad de vida, configurando un problema sanitario, social y económico de gran magnitud.

Chile se sitúa entre los países de América Latina con mayor prevalencia de obesidad infantil, lo que refuerza la urgencia de intervenciones preventivas tempranas. Según el Mapa Nutricional de Junaeb, el 51,5% de los niños y adolescentes presenta malnutrición por exceso. La evidencia muestra que el estado nutricional materno, en particular el sobrepeso y la obesidad durante la gestación, incrementa el riesgo de exceso de peso en la descendencia mediante mecanismos de programación metabólica.

La lactancia materna se asocia a un menor riesgo de obesidad infantil; sin embargo, su duración y exclusividad están fuertemente condicionadas por el nivel socioeconómico y educacional, reproduciendo inequidades desde los primeros años de vida. Posteriormente, en la etapa escolar, el sedentarismo, la baja actividad física y los entornos obesogénicos refuerzan estas trayectorias.

Revertir la obesidad infantil requiere estrategias integrales y sostenidas. Las acciones familiares y comunitarias, como la consejería en alimentación saludable y la promoción de al menos 60 minutos diarios de actividad física, deben ir acompañadas de políticas públicas intersectoriales que transformen los entornos.

Estas políticas públicas integradoras, con participación de los ministerios de Salud, Educación, Agricultura, Transporte, Deportes, Ciencias, la academia, entre otros, permitirán que nuestros niños, adolescentes, adultos y personas mayores gocen de una mejor salud. Solo mediante un enfoque integral será posible mejorar la salud y reducir las inequidades que perpetúan la malnutrición por exceso desde la infancia.

En esta columna colaboraron la nutricionista Bárbara Castillo y la doctora Ayleen Bertini Rojas / Observatorio de Salud de la Universidad San Sebastián (OBSUSS).