

Editorial

Malnutrición por exceso en escolares

La Política de Alimentación y Nutrición 2023-2030 considera que la obesidad es una enfermedad crónica y progresiva, que influye en la aparición precoz de distintas patologías. En Chile fallecen anualmente casi 15 mil personas por obesidad y al año 2030 se proyecta un 13% de aumento de muertes asociadas a esta condición.

Pero es especialmente preocupante el sobrepeso y la obesidad en los niños y adolescentes. El Mapa Nutricional 2025, elaborado por la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas y dado a conocer en marzo recién pasado, confirma la alta carga de malnutrición por exceso en la población escolar chilena, consolidando a la obesidad infantil como uno de los principales problemas de salud pública del país. Este sistema de vigilancia, basado en la evaluación antropométrica de aproximadamente 730 mil estudiantes de establecimientos con financiamiento público, permite caracterizar con precisión la magnitud y distribución del estado nutricional a nivel nacional.

Los resultados muestran que 26,9% de los escolares presenta sobrepeso, mientras que 24,8% se encuentra en condición de obesidad u obesidad severa. Dentro de este último grupo, 6,4% corresponde a obesidad severa, lo que refleja una proporción significativa de niños con mayor riesgo cardiometabólico. En general, la malnutrición por exceso alcanza 51,7%, evidenciando que más de la mitad de los estudiantes evaluados presenta exceso de peso. En contraste, solo 42,8% mantiene un estado nutricional normal, mientras que la malnutrición por déficit es considerablemente menor (4,3% de desnutrición y 1,3% en riesgo de desnutrición), confirmando el predominio del exceso por sobre el déficit en el perfil nutricional infantil.

Los resultados revelan la necesidad de promover hábitos alimenticios más saludables y que la malnutrición por exceso es uno de los principales desafíos en la salud escolar. Es especialmente preocupante el incremento en prekínder, lo que revela que los niños llegan con

malnutrición por exceso de calorías desde sus hogares, de manera que es imprescindible que las familias se involucren en el tema.

Un estudio anterior sobre alimentación infantil realizado por Nestlé y la Universidad Finis Terrae, reveló que el 60% de los padres y madres reconoce que improvisa en la alimentación de sus hijos. Entre los hallazgos más relevantes se identificó que hay una tendencia creciente en improvisación al momento de cocinar con lo disponible en el refrigerador, un indicador que ha ido en aumento en los últimos años. Se observó que, en promedio, dos comidas a la semana corresponden a platos preparados, comida rápida o delivery, lo que podría explicarse por la falta de tiempo o planificación a la hora de cocinar. Esto contrasta con la buena evaluación que recibe

la comida casera, que es la que tiene la mayor calificación como una alimentación saludable. En general, los padres creen que la alimentación de sus hijos es saludable y se mantienen los malos hábitos. Esto indica que pese a todas las alertas, las familias no logran internalizar este problema de alimentación y de salud.

La FAO señala que Chile presenta una de las mayores tasas de sobrepeso infantil en América y que la malnutrición por exceso en todas las edades sigue siendo una gran preocupación. La obesidad infantil no solo es un desafío presente, sino también un problema que impactará en el futuro de nuestra sociedad.

La obesidad y el sobrepeso en niños y adultos se han transformado en un problema de salud, -incluso hay quienes hablan de la "nueva pandemia", que se acentúa por los hábitos sedentarios, con poca actividad física y dietas alimenticias sobrecargadas en calorías, como las comidas chatarra y las bebidas azucaradas, por lo que Chile lidera este consumo en Latinoamérica. Como consecuencia de ello, cada vez aparecen a más temprana edad enfermedades de adultos como la diabetes, hipertensión y problemas cardíacos.

El 26,9% de los escolares presenta sobrepeso, mientras que 24,8% está en condición de obesidad u obesidad severa, lo que refleja una proporción significativa de niños con riesgo cardiometabólico.