



**DRA. SUSANA LOAIZA MIRANDA,**  
**ENFERMERA, DOCTORA EN SALUD PÚBLICA**  
**DEPARTAMENTO DE ENFERMERÍA, FACULTAD**  
**DE CIENCIAS DE LA SALUD, UMAG**

**D**esde el punto de vista de la Salud Pública, Chile se encuentra en una etapa de transición demográfica avanzada, este fenómeno se caracteriza por el envejecimiento de la población debido a una mayor esperanza de vida. La Organización Panamericana de la Salud (OPS) reportó que entre el año 2000 y 2023 se produjo un incremento de la población chilena cercano al 28%, la población mayor de 65 años representaba el 13,5% del total. Según el Instituto Nacional de Estadísticas (Ine), el promedio de esperanza de vida al nacer en Chile es, 81,8 años (83 para mujeres y 78 para hombres), en el año 2024 la población mayor de 65 años alcanzó el 14,1%. Entre las primeras causas generales de enfermedad y muerte reportadas en población adulta, están las enfermedades cardiovasculares (Enfermedad isquémica del corazón, Accidente cerebrovascular), cáncer (pulmón, estómago y colorrectal) y enfermedades crónicas no transmisibles (Hipertensión arterial y Diabetes Mellitus), cabe mencionar que estas enfermedades también causan discapacidad y dependencia. A medida que aumenta la edad también crece la probabilidad de desarrollar una enfermedad crónica, sobre todo cuando están presentes varios factores de riesgo. Paralelamente, coexisten otros problemas de difícil solución, como por ejemplo, la alta prevalencia de discapacidad y muertes causadas por accidentes de tránsito, y también asociadas al consumo y abuso de sustancias, adicciones al tabaco, alcohol y drogas, problemas de salud mental, violencia en todas sus formas, enfermedades emergentes, y el

## Envejecimiento, malnutrición por exceso y enfermedades crónicas en la vida adulta (Parte II)

flagelo de la delincuencia, que afecta a toda la población de manera transversal.

Existen diferencias importantes entre las distintas regiones del territorio chileno, dadas por las condiciones de vida, características geográficas, clima, condición de aislamiento, densidad poblacional, disponibilidad de recursos sanitarios, nivel educacional y económico, entre otras, dichas condiciones también influyen en la presentación de la enfermedad y muerte de la población.

Se sabe que la carga genética y los antecedentes familiares corresponden a menos del 20% de las causas, el 80% restante se asocia a la presencia de factores externos que dañan la salud de las personas. En consecuencia, la mayoría de los problemas de salud que hoy afectan a la población chilena, tienen su origen y relación con el estilo de vida, hábitos, costumbres y comportamientos aprendidos desde la infancia. Uno de los factores de riesgo relacionado con una mayor probabilidad de desarrollar una enfermedad crónica, es el sobrepeso y la obesidad, sobre todo cuando se presenta desde la niñez, se mantiene en la adolescencia y permanece en la vida adulta. Lo anterior, sumado al actual escenario de envejecimiento poblacional, nos obliga al autocuidado y gestión de nuestra salud.

La inversión en acciones de fomento y protección de la salud son más costo efectivas que las acciones curativas o de tratamiento de enfermedades. El beneficio en calidad de vida, también es mayor si educamos a los niños y sus familias en estilos de vida saludables, potenciando los factores protectores (aspectos positivos y beneficiosos para la salud) y disminuyendo al máximo los comportamientos que generan enfermedades prevenibles.