

EDITORIAL

Magallanes frente a la obesidad: un desafío urgente

“Una realidad que golpea fuerte a la región y exige conciencia, prevención y compromiso ciudadano”

La obesidad ha dejado de ser un problema silencioso para transformarse en una crisis visible y persistente. En Chile, los índices son preocupantes, pero en la región de Magallanes la situación adquiere un matiz aún más grave. Las cifras revelan que un porcentaje significativo de la población enfrenta esta condición, con consecuencias que van desde enfermedades cardiovasculares y diabetes hasta limitaciones en la vida cotidiana. No es una estadística más: es un espejo que refleja la urgencia de actuar.

El Día Mundial de la Obesidad nos invita a reflexionar sobre la importancia de cuidarnos, no como un gesto individual aislado, sino como un compromiso colectivo. La alimentación desbalanceada, el sedentarismo y la falta de conciencia sobre los riesgos son factores que se repiten en nuestra sociedad. Cambiar estos hábitos no es sencillo, pero es indispensable. La prevención es la herramienta más poderosa que tenemos, y su impacto puede marcar la diferencia entre una comunidad sana y una que se hunde en problemas crónicos.

En Magallanes, las condiciones climáticas y geográficas imponen desafíos adicionales. El frío y el viento muchas veces desalientan la actividad física al aire libre, y la vida cotidiana se

adapta a rutinas más sedentarias. Sin embargo, esto no puede ser excusa para rendirse. Es necesario fomentar espacios seguros para el deporte, promover programas educativos en las escuelas y abrir un debate público que trascienda las cifras y llegue a las conciencias. La obesidad no distingue edades ni clases sociales: afecta a niños, jóvenes y adultos por igual.

La responsabilidad no recae únicamente en las autoridades. Cada familia, cada persona, tiene un rol que cumplir. La mesa es un lugar donde se define gran parte de nuestra salud, y las decisiones que tomamos sobre lo que comemos tienen un impacto directo en nuestro futuro. La obesidad no es un destino inevitable, es una condición que puede prevenirse y revertirse con voluntad y compromiso.

Ignorar esta realidad sería un error histórico. Magallanes no puede darse el lujo de mirar hacia otro lado mientras las cifras crecen y las consecuencias se multiplican. El llamado es claro y urgente: cuidarnos es una tarea compartida, y el tiempo para actuar es ahora. La región necesita levantar la voz, reconocer el problema y enfrentarlo con decisión. Porque la salud de Magallanes es, en definitiva, la salud de todos nosotros.