LITORALPRESS

Fecha: 08-06-2025
Medio: La Discusión
Supl. : La Discusión
Tipo: Noticia general
Título: SUSANA NÚÑEZ diariooladiscusion.cl FOTOS: CRISTIAN CÁCERES

Pág. : 4
Cm2: 722,7

Tiraje: 3.500
Lectoría: Sin Datos
Favorabilidad: No Definida

SUSANA NÚÑEZ
diario@ladiscusion.cl
FOTOS: CRISTIAN CÁCERES

Un estudio, que midió el estado nutricional de los escolares, revela una realidad preocupante en el país y en la región de Ñuble.

Se trata del mapa nutricional de la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (Junaeb), realizado durante 2024 a alumnos de pre kínder, kínder, 1° y 5° básico, y 1° medio, cuya clasificación se ejecutó de acuerdo a los estándares de la Organización Mundial de la Salud.

Sus resultados fueron difundidos este 2025 y mostraron cifras desfavorables sin variaciones significativas respecto al estudio anterior. En el ámbito nacional los estudiantes con malnutrición por exceso-que abarca sobrepeso y obesidad- aumentaron de 50% a 50,9%, la prevalencia de menores con peso normal disminuye en 0,4 puntos % (de 43,8% a 43,4%).

Al analizar los niveles, quinto básico sigue siendo el curso con peores resultados donde tres de cada cinco escolares presentan estos problemas de salud. Sin embargo, el curso donde más aumentó la malnutrición por exceso es en prekinder pasando de un 46.9% a 47.5%.

Aquellos con menores ingresos, que pertenecen al 40% más vulnerable, según el Registro Social de Hogares (RSH), presentan más del 50% de los casos de condición. Este porcentaje alcanza un 51,6% en todos los cursos evaluados a nivel país.

Las regiones que anotan mayor índice de sobrepeso, obesidad y obesidad severa se concentran en la zona sur. Estas son las siguientes: Los Lagos (56.5%), La Araucanía (55.8%) y Ñuble (55.5%).

Entre las comunas del territorio, con mayor porcentaje de malnutrición por exceso: San Fabián, Quirihue, Quillón, Ránquil y Cobquecura.

Además, la región está entre las con mayor proporción de riesgo de desnutrición (3,1%), entre aquellas con más sobrepeso (28,3%) y obesidad (20,3%).

Desde la mirada de la académica del Departamento Nutrición y Salud Pública de la Universidad del Bío Bío y Dr. (c) en Epidemiología, Gladys Quezada, Ñuble sigue teniendo una de las tasas más altas de malnutrición por exceso en el país.

"Si bien se observa una leve tendencia a la baja respecto a años anteriores, seguimos superando el promedio nacional, lo que nos debe llamar a la acción. Es especialmente preocupante el caso de comunas como San Fabián, que alcanza una de las prevalencias más altas de la región, con un 43,3% de obesidad escolar (según datos reportados previamente), evidenciando que el problema no es homogéneo y que existen territorios donde la situación es aún más crítica", sostiene.

Una de las principales barreras que impide cambiar este escenario y avanzar en indicadores más favorables, es el acceso desigual a los alimentos saludables. "Esto se relaciona con la mayor disponibilidad y consumo de alimentos ultraprocesados, ricos en azúcares, grasas y sodio, que suelen ser más accesibles económicamente y están presentes incluso en zonas rurales", añade.

Tabla 6: variación estado nutricional de estudiantes por región (2023-2024)

Región	Variación malnutrición por déficit	Variación peso Normal	Variación malnutrición por exceso
Arica y Parinacota	-1,8 p.p.	+1,2 p.p.	+0,6 p.p.
Tarapacá	-0,4 p.p.	-1,1 p.p.	+1,5 p.p.
Antofagasta	-0,4 p.p.	+0,4 p.p.	-0,1 p.p.
Atacama	-2,2 p.p.	-0,8 p.p.	+3,0 p.p.
Coquimbo	-0,7 p.p.	-0,8 p.p.	+1,5 p.p.
Valparaíso	-0,2 p.p.	0,0 p.p.	+0,2 p.p.
Metropolitana	-0,4 p.p.	-0,1 p.p.	+0,6 p.p.
O'Higgins	-0,1 p.p.	-0,5 p.p.	+0,6 p.p.
Maule	-0,2 p.p.	-0,4 p.p.	+0,6 p.p.
Ñuble	-1,4 p.p.	0,0 p.p.	+1,5 p.p.
Biobío	-0,3 p.p.	-0,9 p.p.	+1,2 p.p.
Araucanía	-0,1 p.p.	-0,9 p.p.	+1,0 p.p.
Los Ríos	-0,3 p.p.	-0,3 p.p.	+0,7 p.p.
Los Lagos	-0,4 p.p.	-0,2 p.p.	+0,6 p.p.
Aysén	+0,9 p.p.	+1,5 p.p.	-2,5 p.p.
Magallanes	+1,0 p.p.	-0,2 p.p.	-0,7 p.p.

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos del Mapa Nutricional 2024, Junaeb (2025)

Fuente: Elaboración Subdepto. Estudios y Análisis de Datos, DN-JUNAEB

LITORALPRESS

Fecha: 08-06-2025
Medio: La Discusión
Supl. : La Discusión
Tipo: Noticia general
Título: SUSANA NÚÑEZ diariooladiscusion.cl FOTOS: CRISTIAN CÁCERES

Pág. : 5
Cm2: 736,1

Tiraje: 3.500
Lectoría: Sin Datos
Favorabilidad: No Definida

Los entornos que rodean a las personas determinan su conducta alimentaria y la práctica de actividad física. En ese sentido, los ambientes que facilitan y promueven comportamientos poco saludables, dificultan la adopción de estilos de vida activos y equilibrados.

"Los llamados entornos obesogénicos, especialmente en comunas rurales como San Fabián, dificultan el acceso a alimentos frescos y a espacios recreativos seguros. En Ñuble, la prevalencia de malnutrición por exceso en zonas rurales (55,9%) supera a la urbana (50,4%), lo que limita las oportunidades para adoptar estilos de vida saludables y evidencia una inequidad territorial", precisa la docente.

En la misma línea, la directora de la Escuela de Salud Pública de la Universidad de Chile y médico en Pediatría y Nutrición, Lorena Rodríguez, recalca que, además del ambiente, incide la condición socioeconómica y el nivel educacional de las personas.

"Lo más probable es que los lugares que tienen más obesidad sean los lugares que tienen peores condiciones de entorno, es decir, los alimentos saludables son menos disponibles, menos accesibles y de más alto costo. También las personas pueden tener un menor nivel educacional y un menor nivel socioeconómico que además les hace más difícil acceder a este tipo de alimentos saludables", aclara.

La nutricionista Gladys Quezada admite que la educación no logró contrarrestar la irrupción de la comida con escaso valor nutricional luego que el territorio dejaba atrás los índices de déficit alimentario.

"La transición nutricional acelerada que ha vivido el país, donde pasamos de enfrentar la desnutrición a una alta disponibilidad de alimentos calóricos y poco nutritivos, sin que la educación alimentaria haya avanzado al mismo ritmo. Esto se agrava en contextos de menor acceso a información y recursos, como ocurre en varias comunas rurales de Ñuble", complementa.

Consecuencias trasciende lo estético

Los impactos del sobrepeso y la obesidad no se limitan al ámbito sanitario, también golpean el gasto público.

"El 20,7% de los preescolares en Ñuble ya presenta obesidad severa, lo que los expone a un mayor riesgo de desarrollar enfermedades crónicas como diabetes tipo 2 e hipertensión en la adultez. Además, la obesidad infantil es un predictor muy fuerte de obesidad en la vida adulta, perpetuando el círculo de la enfermedad y la inequidad en salud. Desde el punto de vista económico, la malnutrición por exceso genera un gasto significativo para el sistema de salud, equivalente al 2,4% del PIB chileno, principalmente por la atención de enfermedades crónicas derivadas de la obesidad", expone la docente UBB.

Soluciones

Para la doctora Lorena Rodríguez, la malnutrición requiere de un conjunto de medidas que modifiquen los ambientes donde transcurre la vida de las personas, tanto en regiones como en el país, con el objetivo de cambiar conductas alimentarias. Para ello debe existir un trabajo colaborativo entre privados, autoridades y comunidad, para que se favorezcan espacios libres de comida con nulo aporte nutricional.

> Se relaciona a la mayor disponibilidad y consumo de alimentos ultraprocesados, ricos en azúcares, grasas y sodio"
>
> **GLADYS QUEZADA**
> DEPTO NUTRICIÓN Y SALUD PÚBLICA UBB

> Los horarios de alimentación en preescolares principalmente no se adecuan a los horarios de sus casas"
>
> **JEANETTE CONTRERAS**
> DIRECTORA CESFAM DE SAN FABIÁN

20,7%

de los preescolares en Ñuble ya presenta obesidad severa, lo que los expone a un mayor riesgo de desarrollar enfermedades crónicas como diabetes tipo 2 e hipertensión en la adultez.

"Más que pensar en que las personas tengan la culpa de ser más obesas o menos obesas, hay que pensar qué políticas públicas, tanto de nivel nacional como de nivel local, que se pueden llevar adelante para que la gente pueda vivir en un ambiente más saludable que favorezca conductas más saludables. Por ejemplo, la disponibilidad de ferias libres en horarios extendidos, es decir que cuando la gente salga del trabajo la feria libre todavía está abierta. Por ejemplo, espacios gratuitos y seguros para la práctica de actividad física. Por ejemplo, subsidiar algunos alimentos que son de alto costo pero que son saludables, como el pescado", describe.

"Por ejemplo, promover el consumo de legumbres, frutas y verduras a través de campañas que acompañen estas otras acciones. Si vamos a tener más ferias en más horario, puede haber una campaña que le informe a la gente que va a haber más ferias, más horarios y que en esos espacios los alimentos saludables son de más bajo costo" añade.

La existencia de kioscos en establecimientos educacionales que comercialicen productos con sellos no ayudan a enfrentar la malnutrición por exceso, apunta la docente de la U. de Chile, quien enfatiza que la autoridad tiene la responsabilidad de verificar que se cumpla la ley.

"Si queremos que niños y niñas consuman más agua y menos bebidas azucaradas, uno podría disponer de piletas de agua para que los niños tomen el agua fácilmente durante el recreo y mientras juegan y que no se vendan alimentos con sello en las escuelas. Eso hoy día en Chile está prohibido, pero algunos incumplen. Entonces, ahí hay una labor importante también de la autoridad local de cuidar el ambiente en el cual los niños transcurren mucha parte de sus vidas", recalca.

Los lugares de trabajo también pueden ser un escenario para implementar acciones que predispongan a los trabajadores a una vida sana.

"Cuidar los ambientes laborales, por ejemplo, para que la gente tenga acceso a prepararse, a cocinar o a calentar alimentos que trae de la casa y que son preparaciones culinarias más caseras y, por lo tanto, más saludables. Tener gimnasios o disposición para que puedan practicar actividad física. Por ejemplo, en su hora de colación o salir unos minutos antes, y practicar actividad física en su mismo lugar de trabajo", destaca.

Según la doctora Rodríguez, tanto el gobierno central como el comunal, tienen responsabilidad en impulsar medidas que permitan cambiar el sistema alimentario.

"Precios de alimentos saludables, precios de alimentos no saludables, regulación de espacios protegidos en la escuela y en sus alrededores, lugares de trabajo, plazas, comunidades, y estar dispuestos a modificar política pública que contribuya a disminuir la obesidad. Chile tiene una estrategia nacional para disminuir la velocidad con que la malnutrición por exceso ha estado aumentando. Allí hay un conjunto de propuestas que son principalmente de nivel nacional que deberían llevarse adelante, porque están basadas en evidencia y han demostrado efectividad. Pero también hay propuestas de nivel local, como las ordenanzas de municipios saludables, donde un conjunto de acciones van a favorecer que los ambientes en los cuales la gente se mueve sean ambientes saludables", subraya.

Para la académica del UBB esta realidad debe ser superada mediante una mantención y evaluación permanente del etiquetado y del impuesto a las bebidas azucaradas. Mientras, que a nivel local, se debe ampliar la cobertura del Programa Nacional de Alimentación Complementaria, incorporando educación nutricional dirigida a las familias desde la gestación y la primera infancia.

"Las escuelas deben ser verdaderos núcleos de salud, promoviendo no solo la alimentación saludable, sino también la actividad física regular y la creación de huertos escolares, especialmente en comunas rurales como San Fabián, donde la brecha es mayor. La educación alimentaria debe ser continua y adaptada a la realidad local, involucrando a las familias y comunidades", dice.

Asimismo, plantea que es "clave monitorear la implementación y el impacto de las 29 líneas estratégicas propuestas por la Seremi de Salud de Ñuble, ajustando las acciones, según los resultados, y priorizando a las comunas con mayores prevalencias de obesidad. Invertir en los primeros 1.000 días de vida y en entornos escolares saludables, es una estrategia costo-efectiva que puede cambiar el futuro de nuestros niños y niñas".

La Discusión consultó días atrás a Junaeb Ñuble sobre el estudio, desde donde se comprometieron a entregar información, sin embargo, pese a la insistencia, no respondieron esta solicitud al cierre de esta edición.

San Fabián

La comuna cordillerana de San Fabián ha sido identificada como una de las zonas con mayores índices de malnutrición por exceso en la región, siendo la obesidad el principal problema de salud pública en la población local, especialmente entre niños, niñas y adolescentes.

Según datos entregados por el Centro de Salud Familiar de San Fabián, el fenómeno obedece a múltiples factores, entre ellos el desinterés de una parte importante de la comunidad por adoptar hábitos de alimentación saludable y actividad física como pilares fundamentales para una buena calidad de vida.

"Muchos de los jóvenes que asisten al establecimiento educacional rechazan la alimentación entregada por el colegio y llevan dinero para comprar sus propias colaciones las cuales generalmente no son saludables principalmente debido al costo de estas", comenta la directora del Cesfam, Jeanette Contreras.

A este panorama se suma la creciente inactividad física, agravada por el uso excesivo de dispositivos digitales como celulares y tabletas. A diferencia de años anteriores, relata la profesional, los estudiantes caminaban hasta el colegio, hoy la mayoría son transportados en furgones escolares, lo que ha reducido aún más su nivel de movimiento diario.

"Los horarios de alimentación en preescolares principalmente no se adecuan a los horarios de sus casas y en su mayoría vuelven a repetir la comida llegando a su hogar. Existe conocimiento de alimentación saludable y de las consecuencias de la obesidad, pero no se asume la responsabilidad a nivel familiar", agrega.

Prohíben comida chatarra cerca de escuelas

Desde el municipio y la atención primaria se han impulsado varias estrategias para revertir esta situación. Entre ellas destacan la implementación de kioscos saludables en los colegios, recreos activos, actividades deportivas al aire libre como caminatas y escaladas, y un decreto municipal que prohíbe la venta de comida chatarra en las cercanías de los establecimientos educacionales.

Asimismo, a nivel de atención primaria, se establecieron convenios con SSÑ como espacios amigables donde existe un equipo que trabaja directamente en el establecimiento educacional.

El Programa Vida Sana y la Promoción de la Salud trabajan de manera activa en los establecimientos y con las familias, promoviendo estilos de vida más equilibrados.

"A pesar de todos los esfuerzos es un tema difícil de abordar, modificar hábitos de las familias cordilleranas quienes aún, por su historia cultural, mantienen elevado consumo de alimentos o porciones mayores a lo recomendado. El concepto aún persiste en algunos, "gordito más sanito", el consumo de pan, tortillas, carne y últimamente la suma de comida chatarra de locales que hace años no existían en nuestra comuna, sumado a la tecnología en esta era digital, está siendo un gran aporte a estas elevadas tasas de malnutrición por exceso", finaliza la profesional.