

# Mujeres encabezan consultas por sobrepeso y obesidad

**EN ÑUBLE.** Red asistencial de la región, registró 26 mil 596 atenciones por aquello, de las cuales, 69% se registraron en ellas, y un 30,9% en hombres.

Redacción

[cronica@cronicachillan.cl](mailto:cronica@cronicachillan.cl)

De acuerdo con datos del Resumen Estadístico Mensual (REM), el 2025 en la red asistencial de Ñuble se registraron 26.596 consultas por malnutrición por exceso, es decir, por sobrepeso y obesidad. De ese total, un 69,1% corresponde a mujeres y un 30,9% a hombres. La mayor concentración de consultas se presenta en personas entre 20 y 64 años, quienes representan el 47,6% del total, seguidas por niños y niñas menores de 9 años, con un 28,2%.

Asimismo, a través del mismo sistema de estadística, se estima que 53.990 personas mayores de 15 años presentan sobrepeso u obesidad en la región, cifra que refleja una brecha significativa entre quienes se encuentran bajo control nutricional y quienes, pese a haber sido pesados y derivados, no ingresan a seguimiento, constituyendo un desafío para aumentar la cobertura y la adherencia a los cambios de hábitos saludables.

La directora del Servicio de Salud Ñuble, Elizabeth Abarca, declaró al respecto que “las cifras nos muestran que debemos reforzar el trabajo en todos los grupos etarios, especialmente en la infancia y en la población adulta. Nuestro llamado constante es a no postergar los controles y a comprender que la prevención es clave



GRUPO DE MAYOR CONCENTRACIÓN ES ENTRE LOS 20 Y LOS 64 AÑOS.

para además evitar enfermedades crónicas como la diabetes o la hipertensión”.

La directiva agregó que “nuestro compromiso es seguir fortaleciendo el control nutricional sistemático en Atención Primaria de Salud (APS), trabajando en coordinación con municipios y establecimientos educacionales. La obesidad se puede prevenir, y eso requiere un esfuerzo conjunto entre el sistema de salud, las familias y la comunidad”.

En tanto, la nutricionista Ximena Osorio, encargada el Programa Elige Vida Sana del SSÑ, explicó que “la obesidad es una condición multifactorial que requiere acompaña-

miento profesional y compromiso personal. Desde la Atención Primaria se realizan controles nutricionales periódicos, exámenes preventivos, consejerías individuales y grupales, además de intervenciones en establecimientos educacionales. Lo más importante es generar cambios pequeños, pero sostenidos en el tiempo”.

La profesional precisó que “la prevención comienza en el hogar y se construye con decisiones cotidianas, como aumentar el consumo de frutas, verduras y alimentos naturales, disminuir azúcares y productos ultraprocesados, así como preferir el agua como bebida principal, mantener hora-

rios regulares de sueño y realizar actividad física de manera regular”.

## ELIGE VIVIR SANO

Durante el año 2025, 3.367 personas ingresaron al Programa Elige Vida Sana implementado en distintos dispositivos APS. Una iniciativa que contempla intervenciones integrales realizadas por equipos multidisciplinares compuestos por nutricionistas, psicólogos, kinesiólogos y profesores de educación física, promoviendo cambios conductuales sostenibles en alimentación, actividad física y salud mental, con el objetivo de prevenir la progresión hacia enfermedades crónicas no transmisibles. 