

Editorial

Malnutrición infantil y rol de los padres

Hace unos días se dio a conocer un estudio sobre alimentación infantil realizado por Nestlé y la Universidad Finis Terrae, el que volvió a revelar en su edición 2025 una importante disonancia entre la percepción de los padres y madres versus la realidad, ya que se mantiene la marcada desconexión en cuanto a condiciones nutricionales.

Sólo un 14% de los padres declaran que sus hijos tienen sobrepeso u obesidad, mientras que los últimos datos del Mapa Nutricional de la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (Junaeb) afirman que el 51% de los escolares presenta alguna de estas condiciones médicas. Esa brecha de 37 puntos sugiere que el exceso de peso infantil se ha normalizado en el entorno familiar y que existe una tendencia de negación del exceso de peso en los niños. En efecto, el 81% de los cuidadores declaró percibir a sus hijos con un peso normal.

El estudio consultó por primera vez sobre el vínculo entre salud mental y percepción corporal en niños y los resultados revelaron una baja conciencia de los padres respecto al impacto emocional del peso en sus hijos, cifra que solo alcanzó el 27%. Entre los que consideran que su hijo tiene sobrepeso u obesidad, un 46% declaró que el niño/a se compara con personas que tienen un peso diferente al suyo, 44% que se ha sentido avergonzado o criticado por su cuerpo, 30% se siente aislado por este tema, 26% se siente presionado a perder peso o comer saludable, y un 11% ha empeorado su rendimiento escolar.

La Política de Alimentación y Nutrición 2023-2030 del Estado considera que la obesidad es una enfermedad crónica y progresiva, que influye en la aparición precoz de distintas patologías. Se considera en Chile fallecen anualmente 14.780 personas producto de obesidad y para el 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 informe reveló que entre las principales dificultades que men-

cionan los padres para dar una alimentación saludable a sus hijos están la poca oferta, los altos precios o bien que al niño no le gusta la comida sana. Se identificó que hay una tendencia creciente a la 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, aunque 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 Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) ha señalado que Chile presenta una de las mayores tasas de sobrepeso infantil en América Latina y el Caribe. Y que la malnutrición por exceso en todas las edades sigue siendo una gran preocupación para el país. La obesidad

infantil no solo es un desafío presente, sino también un problema que impactará en el futuro de nuestra sociedad. De ahí la necesidad de actuar de manera urgente y coordinada. Más allá de las intervenciones médicas, se requiere un enfoque que incluya la promoción de la actividad física, una alimentación balanceada y la participación de la comunidad en la creación de entornos saludables para los más jóvenes.

A juicio de los expertos, 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 cada año como resultado de hábitos sedentarios, con poca actividad física y dietas alimenticias sobrecargadas en calorías.

Sólo un 14% de los padres declaran que sus hijos tienen sobrepeso u obesidad, mientras que el Mapa Nutricional de la Junaeb revela que el 51% de los escolares presenta alguna de estas condiciones.