

### Obesidad infantil

Señor Director:

Los resultados del Mapa Nutricional 2025 vuelven evidenciar una tendencia preocupante sobre la salud de los niños en Chile. Según datos de la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (Junaeb), un 51,7% de los estudiantes evaluados presenta malnutrición por exceso, mientras que la obesidad y la obesidad severa continúan aumentando en los últimos años.

Estas cifras reflejan un fenómeno de alta complejidad, con implicancias relevantes a corto y largo plazo. Especialistas advierten que la obesidad en la infancia puede tener consecuencias graves en el tiempo, asociándose a un mayor riesgo de enfermedades cardiovasculares y metabólicas desde edades tempranas, puesto que aumenta hasta cinco veces el riesgo de infartos y eleva significativamente el riesgo de desarrollar diabetes desde la adolescencia. Además, un niño con obesidad presenta una mayor probabilidad de convertirse en un adulto con la misma condición.

En este contexto, la promoción de actividad física desde temprana edad no es solo una recomendación, sino una necesidad. El desarrollo de hábitos activos desde la infancia permite construir conductas que se mantienen a lo largo de la vida y que impactan directamente en la salud física y mental.

Abordar este desafío requiere una mirada de largo plazo, que combine la actividad física con educación alimentaria y la presencia de profesionales de nutrición en los establecimientos educacionales, fortaleciendo así las estrategias de prevención, convirtiendo la vida activa en una verdadera inversión en la salud del país y calidad de vida en el futuro.

*Nicolás Calderón*  
Country Manager Smart Fit Cono Sur

### Empleo público

Señor Director:

El último informe sobre empleo público de la Dirección de Presupuestos (Dipres) revela una tendencia preocupante. En una década, la dotación estatal prácticamente se duplicó, con un costo fiscal que pasó de 3,3% del PIB en 1990 a 7% en 2025, lo que equivale a US\$24.000 millones.

Para dimensionar esta cifra, basta compararla con el gasto anual en salud, que alcanza los US\$9.000 millones (excluyendo

el personal), o con el gasto en vivienda, que bordea los US\$4.500 millones.

Cada dólar que gasta el Estado debiera traducirse en valor público medible en bienestar para la población. Sin embargo, en materia de personal, esto es difícil de acreditar, puesto que no existe un sistema robusto de gestión de personas, evaluaciones de desempeño efectivas ni mecanismos de calificación exigentes. Persisten, en cambio, pagos de bonos a todo evento e inamovibilidades propias de un Estado del siglo XIX.

Los resultados son evidentes. Listas de espera No GES que alcanzan los 2,7 millones de personas y estancamiento en las pruebas estandarizadas de educación en los últimos 10 años. Algo estamos haciendo mal y no queremos verlo.

*Éric Latorre*  
Director de Magister U. Autónoma

### Intoxicaciones por paracetamol

Señor Director:

Las intoxicaciones por fármacos son motivo frecuente de consulta en urgencias. Las hay no intencionales—niños pequeños o adultos mayores—e intencionales, que no siempre buscan la muerte, sino expresar un mensaje. El problema es que todas, cualquiera sea su causa, pueden llevar a la muerte.

El paracetamol encabeza estas intoxicaciones en Chile. Su perfil de seguridad en dosis terapéuticas explica que sea de venta libre, pero esa misma disponibilidad lo hace peligroso: con apenas ocho comprimidos de 500 mg puede iniciarse una toxicidad grave. El riesgo concreto es la falla hepática fulminante. Cuando la intoxicación es tardía o masiva, los antidotos no bastan y la única salida puede ser un trasplante hepático de urgencia, algo extremadamente difícil de obtener en nuestro país.

Lo más alarmante de los desafíos virales es que los jóvenes, en su gran mayoría, actúan con espíritu de juego y de desafío, mientras se ponen en riesgo de muerte sin que esto sea, probablemente, su intención.

Los especialistas en medicina de urgencia estamos entrenados para enfrentar estas intoxicaciones, pero no existe mejor tratamiento que la prevención. Es urgente educar sobre los riesgos de la automedicación, evaluar exigir receta para el paracetamol