

OPINIÓN

Estrategias para disminuir la obesidad ¿Cuál ha sido su impacto?

Gabriela Lizana, Directora de Carrera de Nutrición
y Dietética UDLA Sede Viña del Mar

Hace más de dos décadas que el perfil nutricional de todos los grupos etarios en Chile ha evidenciado un creciente aumento hacia la obesidad, surgiendo la imperante necesidad de tomar medidas que contrarresten este grave problema de salud pública. Si bien se han implementado distintos planes, lejos de disminuir o lograr una estabilización, las cifras de malnutrición por exceso han aumentado de manera desmesurada, exacerbándose con el confinamiento en pandemia.

Dentro de las estrategias de intervención está la Ley del Etiquetado Nutricional N° 20.606, que busca proteger la salud de los niños resguardando la publicidad de alimentos poco saludables, restringiendo su venta en establecimientos educacionales, aplicando los sellos de advertencia en los envases, entre otros. Pero, a siete años de su implementación ¿cuál ha sido su impacto?

La evidencia nacional e internacional muestra que su implementación en su última versión (2019) ha sido todo un éxito, incluso siendo replicada en varios países. Los productos "altos en azúcares" comercializados se redujeron de 80% a un 60%, los alimentos "altos en sodio" de un 74% a un 27%. En 2017 se dio a conocer una encuesta solicitada por el Ministerio de Salud que se aplicó a más de mil 500 personas mayores de 18 años, de las cuales el 93% declaró comprender los cuatro sellos de advertencia, el 58% indicó que prefiere un alimento con menor cantidad de estos y más del 40% que no compra alimentos que los tengan. Con estos datos podemos desprender que la ciudadanía se ha concientizado del problema, sin embargo, las cifras de sobrepeso y obesidad no disminuyen.

Desde el área de la Nutrición podemos decir que pese a lo anterior, no hay conocimiento del por qué se deben evitar alimentos con sellos, no se sabe cuál es el efecto deletéreo en la salud del consumo excesivo de estos, existe un gran vacío en relación con los no envasados como, por ejemplo, la comida rápida y las personas no realizan actividad física como se requiere.

Para que haya una real conciencia del grave problema sanitario que es la obesidad y medidas como las dispuestas en la Ley 20.606 sean realmente efectivas, se necesita de un trabajo coordinado entre todas las áreas involucradas en su prevención, desde los ámbitos legislativo, sanitario, educacional e industrial, teniendo como eje fundamental la psiconutrición, ciencia que estudia nuestra relación con la comida, para obtener resultados significativos para mejorar la calidad de vida de la población en el ámbito alimentario y nutricional, reduciendo los costos sanitarios implicados en las consecuencias en la salud de la malnutrición por exceso.