



# Nutrición Hospitalaria

DOI: <http://dx.doi.org/10.20960/nh.05170>

## SOBREPESO Y OBESIDAD EN CHILE

*Sr. Editor:*

En la publicación de Morales y colaboradores (1) sobre "Sobrepeso y obesidad en mujeres participantes en programas de alimentación social en México: datos de grupos poblacionales vulnerables en la encuesta nacional de nutrición y salud de México 2018", publicada en esta misma revista, concluyen que es fundamental que el diseño de políticas públicas y programas de alimentación social consideren la evidencia científica generada a través de ricas experiencias en México, como el programa de TMC Prospera. Esto permitirá a los tomadores de decisiones abordar los problemas epidemiológicos de salud y nutrición que afectan hoy a la población mexicana.

Para complementar, en Chile, 3 de cada 4 personas tienen sobrepeso u obesidad, con el índice de masa corporal (IMC) más alto del continente. Aunque se considera un país de altos ingresos, lo que sobresale es una alta desigualdad, con una población muy vulnerable que se apoya en los recursos que aporta el Gobierno, lo que la imposibilita para tener un estilo de vida saludable. Aunque se imparta educación sobre nutrición, no va a actuarse sobre el sedentarismo ni el consumo excesivo de calorías. Lo que debe visualizarse son las causas sociales, como las características socioeconómicas del país (una nación de ingresos altos, pero con una marcada desigualdad), que son las que se necesitan para tomar en cuenta cuándo es necesario realizar intervenciones en salud (2).

Es primordial enfocarse en la promoción de la salud para que sea equitativa y continua, con un enfoque en las causas de los problemas de salud para llegar a tener un estilo de vida saludable (2).

Para realizar intervenciones sanitarias se debe ver la realidad, que Chile es un país en desarrollo, para que así no afecte a la salud y la educación, y se debe tratar la desigualdad (2).

La obesidad se puede desarrollar a lo largo del ciclo vital, pero se debe prevenir en la primera infancia (0-8 años), debido a que el 30 % de esta población presenta malnutrición por exceso y se debe actuar en la prevención con la educación (3).

Chile tiene programas y políticas encargadas de bajar el índice de obesidad con campañas de alimentación y promoción de entornos saludables; programas nutricionales, de actividad física y psicológica en la APS (desde los 6 años); ley sobre etiquetados y composición nutricional y regulación de la publicidad (Ley N.º 20.606); programas orientados hacia los escolares a cargo de la Junta Nacional de Auxilio Escolar y becas (JUNAEB); ampliación del programa de alimentación; y la implementación de kioscos saludables que han demostrado que se puede combatir la obesidad y el sobrepeso con alimentación saludable, teniendo en cuenta que un 73 % de los estudiantes lleva dinero para comprar *snack* (4).

Finalmente es evidente y primordial el asesoramiento del profesional de Nutrición que debe incidir en mejorar la calidad de vida de los trabajadores, y, por tanto, el rendimiento físico e intelectual, educando sobre incorporar hábitos saludables en el hogar y familia, enseñando a planificar las comidas principales de la semana y a evitar alimentos industrializados, así como dar a conocer los alimentos y su composición (4).

Cada persona debe ser consciente de su alimentación, que es voluntaria, y cómo va a influir en la salud evitando enfermedades crónicas no transmisibles.

Mónica Zúñiga González

*Escuela de Enfermería y Técnicos de Nivel Superior en Enfermería.  
Facultad de Salud y Ciencias Sociales. Universidad de las Américas.  
Santiago, Chile*

*Conflicto de interés: la autora declara no tener conflicto de interés.*

*Inteligencia artificial: la autora declara no haber usado inteligencia artificial (IA) ni ninguna herramienta que use IA para la redacción del artículo.*

©Copyright 2024 SENPE y ©Arán Ediciones S.L. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-SA (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).

[Nutr Hosp 2024;41(3):728-729]

**BIBLIOGRAFÍA**

---

1. Morales M, Galindo C, Valenzuela D, Mundo V, García A, Méndez I, et al. Overweight and obesity in women participating in social feeding programs in Mexico: data from vulnerable population groups in the Mexican national nutrition and health survey 2018. *Nutr Hosp* 2023;40(6):1219-28. DOI: 10.20960/nh.04603
2. Thomas-Lange J. Sobrepeso y obesidad en Chile: Consideraciones para su abordaje en un contexto de inequidad social. *Revista Chilena de Nutrición* 2023;50(4):457-63. DOI: 10.4067/s0717-75182023000400457
3. Anabalón B. Policy brief: opciones de políticas para la prevención de la obesidad en la primera infancia, en Chile; 2023. Disponible en: <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/192099>
4. Viglione L. Estado nutricional, preferencias de compra y grado de aceptación de kiosco escolar saludable; 2024. Disponible en: <http://redi.ufasta.edu.ar:8082/jspui/handle/123456789/1760>