

El problema de la obesidad en Chile



La obesidad en Chile se ha duplicado en los últimos 13 años, esto por falta de políticas públicas integrales y multidisciplinarias para combatirla de parte de las autoridades de salud, educación y del ámbito deportivo para abordar y combatir el sedentarismo en la población, que se vio acrecentado durante el periodo de la pandemia.

Todos los estudios indican y señalan fehacientemente que tres de cuatro Chilenos en los distintos niveles etarios presentan rasgos de obesidad en distintos niveles.

Las causas del aumento de la obesidad son multifactoriales, una de ellas es el sedentarismo y la ausencia de políticas públicas que aborden en profundidad el tema, no está presente en un alto porcentaje de la población la cultura de actividades lúdicas a través del deporte y la práctica y promoción de actividades recreativas y en este aspecto no asumen un liderazgo en un cambio de mentalidad los estamentos que deberían jugar un rol preponderante en este tema como son los municipios, MINEDUC, MINSAL o el ministerios de Deportes y Recreación.

Paradójico resulto que frente a esta realidad se haya decidido disminuir las horas de clases de Educación Física del Curriculum Escolar en nuestro país, lo que deja patente la desconexión de la realidad con que a veces se redactan las políticas públicas en nuestro país de parte de personeros que supuestamente están al tanto del acontecer del ámbito de acción en el cual se deposita la confianza pública en que su gestión deparara beneficios para la población.

En los últimos cincuenta años la disponibilidad y acceso a una mayor cantidad y variedad de alimentos no ha implicado un aporte a la calidad de la alimentación que consume la población, al contrario la oferta de nuevos alimentos solo fomento un mayor consumo de ingesta de azúcares, otros endulzantes químicos, grasas saturadas y carnes, lo que altero el promedio de calorías que se consumía hace tres décadas, de 2.500 a 3.000 calorías diarias, lo que unido al alto nivel de sedentarismo detectado en la población contribuyo a las alarmantes cifras que denota, hoy día la obesidad en Chile.

La ausencia de políticas públicas multidisciplinarias que aborden en profundidad este problema nos lleva en el futuro a enfrentar una nueva pandemia en nuestro país. No es barato o económico el abordar un tratamiento contra la obesidad mórbida, los tratamientos naturales son largos y demandan apoyo psicológico, nutricional y una adecuada alimentación, lo que los encarece y que además demanda mucha fuerza de voluntad y disposición del paciente.

Por otro lado los tratamientos que consideran intervenciones quirúrgicas también son de un alto costo económico a los cuales no toda la población está en condiciones de acceder.

Es bueno recalcar que ya se ha detectado en el ámbito escolar, que algunos de los efectos que se han podido identificar producto de la obesidad es que en los altos índices de deserción escolar uno de los factores que tiene mayor incidencia es el bullying que sufren los alumnos que padecen obesidad, lo que los lleva a abandonar sus estudios.

Las primeras consecuencias que empezaremos a visualizar, producto del aumento de las personas afectadas por obesidad serán sin duda alguna el aumento progresivo de personas que saturen los sistemas de salud público y privado que sufren de

Diabetes, Síndrome de la Apnea del Sueño, Hipertensión, Síndromes Metabólicos, Cáncer e incluso, la muerte súbita y otras patologías, lo que demandara la inversión de grandes recursos económicos de parte del estado y de las personas.

Es urgente implementar políticas públicas que promuevan una sana alimentación, es urgente reeducar a la población en sus hábitos alimenticios donde se recomienda reducir el consumo de bebidas azucaradas, alimentos con grasas saturadas y trans, estimular la práctica de actividades deportivas y recreativas, recomendar disminuir el tiempo frente al televisor y las horas de dedicación a los videos juegos.

Todo lo preventivo que podamos implementar para disminuir el riesgo que se desate una nueva pandemia, la obesidad mórbida, serán bienvenidas, de lo contrario habrá que asumir políticas reactivas para abordar el tema que tendrán un alto costo para el erario nacional, por ende, para todos los Chilenos.