

## Estrategia global contra la obesidad en Chile

Lorena Rodríguez

Pediatra

Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos, Universidad de Chile  
lrodriguez@minsal.cl

### RESUMEN

**E**n Chile, el exceso de peso presenta una prevalencia alta y creciente desde los primeros años de vida. Entre los factores que inciden en su desarrollo confluyen variables genéticas, ambientales, culturales y sociales que deben ser consideradas al momento de planificar intervenciones. La Organización Mundial de la Salud ha propuesto una estrategia global sobre regímenes alimentarios y actividad física, instando a los estados participantes a implementarla. El desafío para los gobiernos es conseguir el cambio conductual de la sociedad y de los individuos, que permita disminuir la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles. Estas acciones deberán además tener un criterio que corrija las inequidades relacionadas con la pobreza y el género.

En esta perspectiva el Ministerio de Salud ha centrado su esfuerzo en la "Estrategia Global contra la Obesidad (EGO-CHILE)" y en la "Estrategia de intervención nutricional a través del ciclo vital para la prevención de la malnutrición por exceso" (EIN-CV), para incluir e impulsar todas las iniciativas de carácter estructurales e individuales, que contribuyan a controlar uno de los mayores problemas de salud pública actual.

Es importante tener presente que el carácter multidimensional de los factores socioculturales involucrados en el problema de la obesidad, requiere del diseño de políticas y acciones multisectoriales e intersectoriales.

La aplicación de estas estrategias se formaliza mediante actividades, acciones, recomendaciones, acuerdos, regulaciones, compromisos voluntarios, autorregulación y alianzas. Las instituciones del Estado, el sector privado, el parlamento y otros, deben trabajar conjuntamente para fomentar políticas, legislaciones y programas destinados a mejorar los hábitos alimentarios y aumentar la actividad física en la población, tomando en consideración los determinantes sociales y culturales, de manera que integren los principios de sustentabilidad, participación social y equidad.

### ANTECEDENTES

En Chile, y en otros países, el exceso de peso presenta una prevalencia alta y creciente desde los primeros años de vida (1). Entre los factores que inciden en su desarrollo confluyen variables genéticas, ambientales, culturales y sociales que deben ser consideradas al momento de planificar intervenciones (1,2,3,4).

Según datos de encuestas representativas de la población chilena, la obesidad afecta al 7,4% de los niños(as) menores de seis años, aumenta a un 19% en escolares de primer año básico y es cercana al 25% en adultos y adultos mayores. Si se considera además el sobrepeso, más de la mitad de la población nacional se encuentra en esta condición (1). Se estima que actualmente existen 3,4 millones de personas obesas en el país, las que superarán los cuatro millones al año 2010, de continuar la tendencia actual (1,2). Por otro lado sólo el 10% de la población adulta en Chile, realiza actividad física regularmente, lo que constituye otro factor de riesgo importante para el desarrollo de enfermedades cardiovasculares (1,2).

Diversos estudios nacionales e internacionales indican que es posible evitar o retardar la aparición de la diabetes mellitus, a través de intervenciones dirigidas a modificar los hábitos de alimentación y actividad física; un descenso de peso discreto (5-10%) está asociado con una mejoría significativa en los niveles de presión arterial en individuos con o sin hipertensión arterial y además, una mejoría del perfil lipídico, de la tolerancia a la glucosa y de la sensibilidad insulínica (8,1,2,3).

### ¿QUÉ ES EGO- CHILE?

La estrategia global contra la obesidad, EGO Chile, es el nombre que hemos dado en nuestro país a la iniciativa que adhiere a la Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud, de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS) como plataforma para incluir e impulsar todas las iniciativas que contribuyan a la promoción de un estilo de vida saludable en la población, fomentando una alimentación saludable y promoviendo la actividad física, a lo largo de toda la vida (1,2,3,4).

La palabra EGO nos habla de nosotros, de nuestra identidad, nuestra conciencia, nos invita a mirarnos, observar qué estamos haciendo con nuestras vidas, a preguntarnos cómo podemos vivirla mejor y qué podemos hacer para que otros vivan mejor.

EGO es una invitación a las personas, a las instituciones públicas y privadas y a todos los sectores que quieran contribuir a un país más sano para un mejor desarrollo.

El Ministerio de Salud realiza acciones para la prevención de la malnutrición por exceso, en embarazadas y niños(as) menores de seis años, en todos los centros de atención primaria del país, desde hace varios años, los que se han reforzado desde el año 2004, con la EINC (1).

A partir de 1998 se ha puesto en marcha un Plan Nacional de Promoción de la Salud, mediante un modelo de gestión descentralizado e intersectorial, basado en la participación social y en el fortalecimiento de los gobiernos regionales y locales. Los objetivos de este plan son detener la explosión de los factores de riesgo; desarrollar los factores protectores de la salud de carácter psicosocial y ambiental; fortalecer los procesos de participación ciudadana y consolidación de redes sociales; reforzar el rol regulador del Estado sobre los condicionantes de la salud; aportar a una nueva política pública de salud y calidad de vida (1,2,3).

La aplicación de esta estrategia se formaliza mediante actividades, acciones, recomendaciones, acuerdos y compromisos voluntarios, autorregulación, regulaciones y alianzas. Se busca que las instituciones del Estado, el sector privado, el parlamento y otros, trabajen conjuntamente para fomentar políticas, legislaciones y programas destinados a mejorar los hábitos alimentarios y aumentar la actividad física en la población, tomando en consideración los determinantes sociales y culturales, de manera que integren los principios de sustentabilidad, participación social y equidad.

### AVANCES EGO, EN EL ÁMBITO DE SALUD

- **Reforzamiento EINC en la atención primaria de salud:** el programa de intervención nutricional iniciado el 2004 como programa piloto y ampliado a todo el país el 2005, se ha reforzado en el marco de EGO-Chile (1). Entre sus logros más destacables está el incremento de la lactancia materna exclusiva al sexto mes a un 49% y la estabilización de la curva ascendente de obesidad de menores de 6 años, en torno al 7%. En este contexto se incorporó consejería nutricional para el niño sano, a los cinco meses y a los 3,5 años y para la mujer al tercer y sexto mes postparto.

- **Incorporación de un modelo integral de atención de niños y adultos, obesos con factores de riesgo asociados:** programa iniciativa Minsal-Fonasa, para intervención multidisciplinaria de cuatro meses de duración, no farmacológica, con énfasis en cambio de hábitos de alimentación y actividad física. Los resultados demostraron mejoría en el estado nutricional y variables metabólicas, lo que ha justificado su extensión a nuevos centros de atención primaria del país, teniendo como meta alcanzar el 100% al 2010.
- **Etiquetado nutricional obligatorio de alimentos (ENOA):** a partir del seis de noviembre del 2006 entró en vigencia el decreto del Ministerio de Salud que obliga a todos los alimentos que se comercializan envasados, a llevar en la etiqueta, la información nutricional reglamentada. El ENOA es una herramienta más para el auto-cuidado de la salud y un importante avance en el fomento de una alimentación saludable. El objetivo de la aplicación de esta regulación es que los consumidores tengan a su disposición la información sobre el aporte de energía, proteínas, lípidos, hidratos de carbono y sodio. Para iniciar el proceso educativo de esta medida, se distribuyeron alrededor de seis millones de cartillas con información explicativa de cómo leer las etiquetas (1).
- **Nueva curva de crecimiento OMS:** Chile es el primer país de Latinoamérica en implementar la aplicación de la nueva curva de crecimiento de la OMS, como parte de su política nacional de vigilancia alimentario nutricional. De esta manera, el país aplica el mejor estándar disponible para evaluar el estado nutricional de la población infantil menor de seis años, contando así con una gran herramienta para la toma de decisiones respecto a políticas y programas de nutrición regionales y nacionales.
- **Actualización de normativas de evaluación nutricional, manejo de malnutrición y guías alimentarias.**
- **Capacitación:** realizando talleres a los equipos de salud de todo el país con énfasis en las nuevas normativas, etiquetado nutricional, consejería en vida sana individual y grupal y aplicación de la nueva curva de crecimiento OMS.
- **Difusión:** Todos los documentos relativos a nuevas normativas, material educativo e información EGO, están disponibles para los equipos de salud en intranet MINSAL, para población en general, en la página web del Ministerio de Salud [www.minsal.cl](http://www.minsal.cl) sección alimentos y nutrición y para grupos poblacionales específicos en la página web [www.ego-chile.cl](http://www.ego-chile.cl) con portales para padres, profesores y niños (1).
- **Incorporación obligatoria del componente obesidad y sedentarismo en los planes de salud pública regionales:** desde el año 2007 en estos planes se han privilegiado las intervenciones en obesidad y sedentarismo en los escolares de todo el país, lo que corresponde a la versión EGO escuela de la estrategia EGO. Durante el 2007 se intervino a más de 700 establecimientos en todo el país y el 2008 se alcanzarán alrededor de 1000.
- **Programas alimentarios:** el modelo de gestión actual de los programas alimentarios, ha demostrado ser bastante eficaz en su objetivo de entregar alimentos complementarios e impactos nutricionales en la población objetivo, en esta mirada de modernización se han incorporado cambios nutricionales en los productos y nuevos productos para ser concordantes con la estrategia EGO. En ese sentido el año 2004 se modificó la fórmula nutricional del producto Purita Cereal, disminuyendo el contenido de grasas a un 18% y reponiendo el contenido natural de calcio de la leche. Desde el año 2008, además, se inicia la distribución del producto "Purita Mamá", bebida láctea para la embarazada y nodriza, con menor contenido de grasa y de lactosa, además alto en vitaminas y en algunos minerales y con la incorporación de ácidos grasos omega-3, ácido eicosapentaenoico (EPA) y ácido docosahexaenoico (DHA), nutrientes esenciales para el desarrollo cerebral y retiniano del feto y del recién nacido.

## **AVANCES EGO, EN EL ÁMBITO ACADÉMICO**

Se destaca el compromiso del mundo académico con inclusión de la estrategia EGO en congresos, cursos, programas de pregrado y postgrado, de carreras vinculadas a salud.

## **AVANCES EGO, EN EL ÁMBITO EMPRESARIAL**

Empresas y asociaciones empresariales se han comprometido con el desarrollo de productos de mejor calidad que contribuyan a mejorar la salud de la población y con campañas publicitarias que promuevan la vida sana.

Acción RSE, organización líder en la promoción de la responsabilidad social empresarial (RSE) en Chile, asume la urgencia de aportar con estrategias globales para dar solución a problemas sociales y/o medioambientales en la región.

Las asociaciones de publicidad que conforman el Consejo de Autorregulación y Ética Publicitaria (CONAR) se han comprometido con el desarrollo de estrategias de marketing responsable en el ámbito de la publicidad de alimentos y bebidas no alcohólicas y en conjunto con el MINSAL.

## **AVANCES EGO, EN EL ÁMBITO COMUNICACIONAL**

Durante el año 2006 en los meses de noviembre y diciembre se realizó la primera campaña radial y de afichería, de carácter nacional en el tema de obesidad, con el slogan: "ganando kilos de más, perdemos demasiadas cosas que importan".

Durante el 2007, numerosos rostros de televisión liderados por Mario Kreutzberger se comprometieron a contribuir en la estrategia EGO. Así, se filmó un spot con rostros televisivos que fue difundido por los medios de comunicación y que incentivaba la actividad física y al comida sana.

Otros logros importantes son: la campaña de promoción de consumo de leche "Yo Tomo" y la de promoción del consumo de frutas y verduras.

El año 2007 se concretó la campaña "Vivir Sano es Pulento" con la visita del Team Pulentos, de una conocida serie de TV, a las 700 escuelas EGO.

Para el año 2008 la campaña EGO sigue apuntando al público infantil entregando una imagen positiva de la alimentación sana y promoviendo juegos activos, con el slogan "Porque sentirse bien es más rico".

## **CUMBRE NUTRICIÓN Y SALUD 2008**

Con mucho éxito y gran participación, se realizó la "Cumbre Nutrición y Salud" (1), los días 24 y 25 de marzo de 2008, en la sede del Congreso Nacional en Valparaíso, Chile. Este evento fue organizado por el Ministerio de Salud y la Comisión de Salud del Senado, y auspiciado por la Organización Panamericana de la Salud (OPS), la Unión Internacional de Ciencias de la Nutrición (IUNS), y la Sociedad Latinoamericana de Nutrición (SLAN).

Durante estas jornadas se examinó, con la participación de expertos mundiales, la experiencia nacional e internacional en el tema "Rol y compromiso de la sociedad en el abordaje de la obesidad, el sedentarismo y la prevención de las enfermedades crónicas", haciendo un crítico examen de la responsabilidad tanto social como individual.

Esta cumbre concluyó con un documento (declaración de Valparaíso) que entre sus puntos principales señala medidas para mejorar la información de nutrientes a los consumidores, promover la práctica de la actividad física y alimentación saludable sobre todo en la población infantil, y la implementación de marcos normativos que apoyen estas iniciativas.

## **DESAFÍOS EGO-CHILE**

- Regular y controlar información nutricional obligatoria para los alimentos y definir nuevos mensajes o símbolos que destaquen sus características y ayuden a comprender mejor el etiquetado.
- Capacitación a los equipos de salud y educación y a toda la comunidad escolar.
- Mantener y mejorar intervención en escuelas.
- Ampliar y evaluar programas de atención para la población con obesidad y sobrepeso, especialmente dirigidos a la población infantil.
- Reforzar programas de promoción de la lactancia materna y proponer medidas legislativas que favorezcan esta práctica.

- Campañas de comunicación social y educativas en relación a vida saludable.
- Llevar a cabo la vigilancia epidemiológica y el seguimiento de la tendencia de la malnutrición por exceso y de las conductas alimentarias en la población.
- Desarrollar mecanismos de coordinación permanente para el desarrollo e implementación de proyectos y programas con el intersector.
- Realizar el seguimiento y evaluación de la estrategia.
- Establecer relaciones con organismos internacionales que permitan el intercambio de conocimientos y experiencias sobre la prevención de la obesidad.
- Intencionar líneas de investigación, financiar proyectos que promuevan alimentación sana y actividad física.
- Adecuar línea productiva a un perfil más saludable de los alimentos en cuanto a sodio, energía, grasas y perfil de grasas, azúcares y fibra.
- Colaborar en autorregulación en publicidad y avanzar a la regulación de estrategias de marketing y comercialización, especialmente en alimentos y bebidas dirigidas a la población infantil.
- Desarrollar un compromiso de los medios de comunicación para divulgar la estrategia EGO y los mensajes de vida sana.
- Desarrollar el marco legal para la implementación de medidas que regulen los ámbitos más relevantes para favorecer el cambio de conducta en relación a alimentación y actividad física, tales como prolongación del postnatal para favorecer lactancia materna exclusiva los primeros 6 meses; optimización del etiquetado nutricional; horas de educación física en las escuelas; alimentación al interior de los establecimientos educacionales y publicidad dirigida a los niños, entre otros.

## CONCLUSIONES

La posibilidad real de que Chile avance hacia la meta de ser un país saludable requiere de una definición política de todo el Estado. Demos plantear que el sistema de salud y educación chileno nos ofrece una oportunidad histórica de intervenir en forma exitosa en un problema de salud pública; la posibilidad de generar cambios en las conductas alimentarias y de actividad física desde etapas muy precoces del ciclo vital, desde el consultorio y la escuela. Indudablemente estas acciones deben ser complementadas con programas y políticas que abarquen a toda la familia y en todos los ámbitos necesarios para la construcción de una sociedad más saludable.

## REFERENCIAS

1. Vio F, Albala C. Nutrition policy in the Chilean transition. *Public Health Nutr.* 2000;3:49-55.
2. WHO. Preventing chronic diseases a vital investment. Geneva; 2005.
3. WHO. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases. Geneva; 2003. Technical report Series N°919.
4. Mizon C, Atalah E. Transición epidemiológica. Lecciones aprendidas del proyecto Norte Karellia. *Rev Chil Nutr.* 2004;31:276-82.
5. Dietz W. health consequences of obesity in youth: childhood predictors of adult diseases. *Pediatrics.* 1998;101:518-25.
6. JUNAEB. Situación nutricional de los escolares chilenos de primero básico. [http://sistemas.junaeb.cl/estadosnutricionales\\_2005/index.php](http://sistemas.junaeb.cl/estadosnutricionales_2005/index.php), Fecha de acceso abril de 2008.
7. Chile. Ministerio de Salud. Mapa nutricional. <http://www.minsal.cl/nutricion/nutricion.html>.
8. Pontificia Universidad Católica de Chile, Ministerio de Salud. Encuesta nacional de salud Chile 2003. Informe Final, Santiago; 2004.
9. Barja Y, Hodgson MI, Acosta A. Intolerancia a la glucosa en niños obesos: comunicación preliminar. *Rev Méd Chile.* 2003;131:419-26.
10. Burrows R. Prevención y tratamiento de la obesidad desde la niñez: la estrategia para disminuir las enfermedades crónicas no transmisibles del adulto. *Rev Med Chile.* 2000;128:105-10.
11. Carrasco F. Evaluación de un programa piloto de intervención en adultos con sobrepeso y obesidad en riesgo de diabetes. *Rev Med Chile.* 2008;136:13-21.
12. Nissinen A, Berríos X, Puska P. Intervenciones comunitarias contra las enfermedades no transmisibles: lecciones de los países desarrollados para los países en desarrollo. *Bull WHO.* 2001;79:963-70.
13. Kain J, Uauy R, Lera L, Taibo M, Espejo F, Albala C. Evolución del estado nutricional de escolares chilenos de seis años (1987-2003). *Rev Med Chile.* 2005;133:1013-20.
14. [www.ego-chile.cl](http://www.ego-chile.cl)
15. España. Ministerio de Sanidad y Consumo, Estrategia para la nutrición, actividad física y prevención de la obesidad (NAOS). Madrid: Agencia Española de Seguridad Alimentaria; 2005.
16. Uauy R, Monteiro CA. The challenge of improving food and nutrition in Latin America. *Food Nutr Bull.* 2004;25:175-82.
17. Drewnowski A, Darmon N. The economics of obesity: dietary energy density and energy cost. *Am J Clin Nutr.* 2005;82: 265S-73S.
18. Chile. Ministerio de Salud. Intervención nutricional a través del ciclo vital. prevención de obesidad y otras enfermedades crónicas no transmisibles. Santiago; 2005.
19. Wilson T, Temple NJ, eds. Nutritional health strategies for disease prevention. New Jersey: Humana Press; 2001.
20. Pratt M. Promoting physical activity in the Americas. *Food Nutr Bull.* 2004;25:183-93.
21. Robles S. A public health framework for chronic disease prevention and control. *Food Nutr Bull.* 2004;25:194-9.
22. Pizarro T, Rodríguez L, Riumalló J, Benavides X. Intervención nutricional a través del ciclo vital. Prevención de obesidad y otras enfermedades crónicas no transmisibles. *Cuad Med Soc.* 2004;44:235-40.
23. Chile. Ministerio de Salud, Universidad de Chile. Guía para implementar el etiquetado nutricional obligatorio en los alimentos envasados en Chile. Santiago; 2005.
24. Chile. Ministerio de Salud. Metas intersectoriales del Plan Estratégico de Promoción de la Salud. Santiago; 2000.
25. Cumbre Nutrición y Salud 2008: estrategia global contra la obesidad. Valparaíso, 2008. [http://www.ego-chile.cl/paginas/documentos\\_cumbre.htm](http://www.ego-chile.cl/paginas/documentos_cumbre.htm).