

## **Factores asociados al sobrepeso en estudiantes y el rol de las escuelas**

La promoción de hábitos de vida saludable en la escuela puede hacer y ha hecho enormes cambios en materia de salud pública tanto en Chile como en el mundo. Si alguna vez se trató de implementar hábitos que redujeran la transmisión de enfermedades infecciosas, hoy la epidemiología de la población chilena requiere, principalmente, que las escuelas se hagan cargo de la transmisión de hábitos de vida saludable capaces de prevenir el sobrepeso y la obesidad, para así evitar todas las enfermedades que dichas condiciones conllevan. Esto se vuelve particularmente relevante en niños y adolescentes, debido a que es altamente probable que un niño o niña que desarrolle sobrepeso en su infancia, lo haga también en su vida adulta.

En este contexto, el presente estudio busca dar algunas luces a la incógnita sobre qué pueden hacer las escuelas chilenas para fomentar hábitos de vida saludable con el fin de prevenir el sobrepeso en la edad escolar. Para esto se analizaron datos del Estudio Nacional de Educación Física 2014, realizado por la Agencia de Calidad de Educación, y datos de los Indicadores de desarrollo personal y social obtenidos a partir de los Cuestionarios de Calidad y Contexto respondidos por los estudiantes junto a la aplicación Simce 2014<sup>1</sup>. Además, se documentaron resultados de evaluaciones de impacto de distintas políticas de intervención en escuelas con el fin de disminuir la prevalencia de sobrepeso en distintos contextos.

El Estudio Nacional de Educación Física 2014, midió distintas dimensiones de la condición física de los estudiantes chilenos de 8° básico. A partir de los datos obtenidos se calculó el IMC de los estudiantes y se estimó si es que contaban con peso normal, sobrepeso u obesidad. La variable dependiente de este estudio es la presencia o ausencia de sobrepeso u obesidad.

Para predecir la presencia o ausencia de sobrepeso se utilizaron las siguientes variables, extraídas o calculadas a partir del Cuestionario Estudiantes 2014:

1. Género.
2. Edad (se consideró solo a los estudiantes entre 12 y 16 años).
3. Disposición a comprar comida rápida.
4. Realización de actividad física.
5. Grupo socioeconómico de la escuela.
6. Disponibilidad de comida rápida.
7. Disponibilidad de comida saludable.
8. Promoción de actividad física por parte de la escuela.
9. Índice de Vida Saludable.

Para analizar los datos se realizaron asociaciones bivariadas y análisis de regresión logística para variables binarias.

En primer lugar, y tal como se ha constatado en investigaciones previas, el género se asocia significativamente con la probabilidad de tener sobrepeso, siendo las mujeres quienes tienen una mayor prevalencia de sobrepeso. Por otra parte, los resultados de esta investigación muestran la importancia del nivel socioeconómico. A medida que aumenta el nivel socioeconómico de los estudiantes, disminuye la probabilidad de que estos tengan sobrepeso. Esto sugiere que los GSE más altos son capaces de compensar aquellos determinantes ambientales y contextuales que aumentan la probabilidad de que un niño o niña tenga sobrepeso.

En ese sentido, el nivel socioeconómico no solo aparece como un determinante importante de la probabilidad de tener o no sobrepeso, sino que también como una característica capaz de moderar los efectos o asociaciones de variables tan

<sup>1</sup> Estos cuestionarios son respondidos por varios actores, pero para efectos de este estudio, se utilizaron únicamente las respuestas de los estudiantes.

estructurales como el género: entre los niños y niñas de nivel socioeconómico alto, el género no determina la probabilidad de tener sobrepeso, mientras que en los grupos medios y bajos este determinante se mantiene. Así, las escuelas que pertenecen a los grupos socioeconómicos medios y bajos se constituyen como focos de intervención importantes, con el fin de entregarle a los estudiantes y sus familias, herramientas para sortear los efectos de los ambientes obesogénicos en que se desenvuelven.

La disponibilidad de comida rápida tiene una asociación significativa con el sobrepeso. Sin embargo, la asociación va en la dirección contraria a la esperada: en las escuelas en que hay mayor disponibilidad de comida rápida existe menor proporción de niñas y niños con sobrepeso. Ni la disponibilidad de comida saludable ni la percepción de promoción de la actividad física por parte de la escuela se asocian significativamente con la probabilidad de encontrar estudiantes con sobrepeso.

Por otra parte, los modelos diferenciados por nivel socioeconómico también dan cuenta de la asociación negativa entre sobrepeso y disponibilidad de comida rápida, pero solo es significativa para los estudiantes que estudian en escuelas de GSE bajo o medio bajo.

Debido a resultados contradictorios con la literatura previa, el estudio sugiere que para poder realmente testear la asociación entre la disponibilidad del tipo de comida en las escuelas y la probabilidad de tener sobrepeso en los estudiantes chilenos, es necesario contar con datos sobre la disponibilidad de alimentos en el hogar y en el barrio, ya que los estudiantes no acceden a comida solo en sus escuelas, sino que también en sus hogares y en los alrededores de sus establecimientos educativos.

Además, esta investigación propone distintas formas de intervención a partir de la revisión de estudios de impacto de políticas de intervención internacionales.

Por ejemplo, resultados de otras investigaciones mostraron que una política multidimensional fue efectiva a la hora de prevenir el sobrepeso en niños de 4° a 6° grado, lo cual se hace particularmente relevante al considerar escuelas en donde la mayoría de los niños accede a programas de comida gratis o reducida en precio. A partir de tales resultados, la política se vuelve más importante aún si se considera que la probabilidad de que una persona adulta tenga sobrepeso u obesidad depende de si presentó esa misma condición en su niñez.

Por otra parte, otro ejemplo relevante es el de políticas tan sencillas como la instalación de fuentes de agua en los establecimientos. En este caso, junto a la realización de cuatro clases por parte de los profesores a alumnos de 2° y 3° básico, explicando los beneficios de tomar agua, mostró tener grandes resultados. Además, a los estudiantes se les entregó a una botella de agua de 500 ml y se recomendó a los profesores organizar momentos para llenar las botellas cada mañana. En contextos vulnerables, es posible hacer intervenciones de bajo costo tanto monetario como en términos de tiempo, con resultados extremadamente eficientes.

Por último, una tercera intervención, una política de Educación en Salud y Nutrición, mostró la relevancia de un programa educativo, y no necesariamente de una política sanitaria al interior de la escuela. Esta intervención tuvo un importante efecto sobre la probabilidad de tener sobrepeso para quienes participaron en ella, en relación a quienes no fueron parte del programa.

En definitiva, si bien los datos analizados en el presente estudio no permiten definir con claridad qué rol juegan las escuelas chilenas en la prevención/promoción del sobrepeso entre sus estudiantes, sí podemos establecer la necesidad de focalizar las intervenciones que apunten a la promoción de hábitos de vida saludable al interior de las escuelas. Tomando en consideración la evidencia internacional, es evidente que las escuelas deben estar en el centro de la política pública sanitaria, tomando en cuenta la importancia que, indirectamente, tiene la política educativa en la prevención de enfermedades propias de una población con elevados niveles de obesidad y sobrepeso.