

Aumento de la obesidad: «Por cuestiones socioeconómicas, la gente elige segundas marcas o alimentos que antes no consumía, lo que lleva a hábitos nocivos»

04/03/2026



En el marco del **Día Mundial de la Obesidad**, que se conmemora este 4 de marzo, el **Área Sanitaria de San Rafael** ha desplegado un intenso cronograma de actividades que se extenderá durante toda la semana. **Iván Gómez Parra**, coordinador del área, advirtió sobre un crecimiento preocupante de esta patología en el departamento, impulsado por factores socioeconómicos y un incremento en los niveles de estrés y ansiedad. En diálogo con **FM Vos 94.5**, el funcionario detalló cómo la problemática ha mutado de ser un tema meramente estético a convertirse en una enfermedad crónica que impacta directamente en el sistema de

licencias laborales y la salud pública.

Una semana de concientización en el territorio

La campaña, que inició el 1 de marzo y finalizará el próximo día 7, busca descentralizar la atención y llevar la educación alimentaria a los distritos y establecimientos educativos. **«Estamos trabajando fuerte en colegios, como la escuela N° 4-244 Griselda Guillén en Real del Padre, y hoy estaremos en el centro de salud de Monte Comán. Mañana estaremos en la Villa 25 de Mayo y así recorreremos todos los distritos. La campaña no se limita al cuidado del físico; está destinada a la prevención, educación y participación comunitaria»**, comentó Parra al inicio del diálogo.

«Es fundamental entender que esto tiene mucho que ver con la salud mental y la autoestima del individuo»; destacó.

El mapa de la obesidad en San Rafael: franjas críticas

Según los datos epidemiológicos locales, la problemática muestra dos picos muy marcados en la población, vinculados a los cambios de hábito y al sedentarismo. **«Vemos dos franjas etarias muy complicadas. Primero, los chicos que inician el nivel escolar, entre los 5 y 9 años. Pero también hay una franja que nos preocupa mucho: la persona en edad laboral, entre los 20 y 50 años. El sedentarismo en el trabajo y la falta de programas específicos de actividad física han hecho que hoy encontremos mayores índices de obesidad en gente activa que en los adultos mayores»**, diferenció el coordinador del área que depende del Ministerio de Salud de Mendoza.



El factor económico y la salud mental

La coyuntura económica y el bienestar emocional han emergido como factores determinantes en el aumento de peso de la población local. Según el coordinador del Área Sanitaria, la imposibilidad de sostener dietas equilibradas y el aumento del estrés diario han modificado drásticamente el mapa de la salud en el departamento.

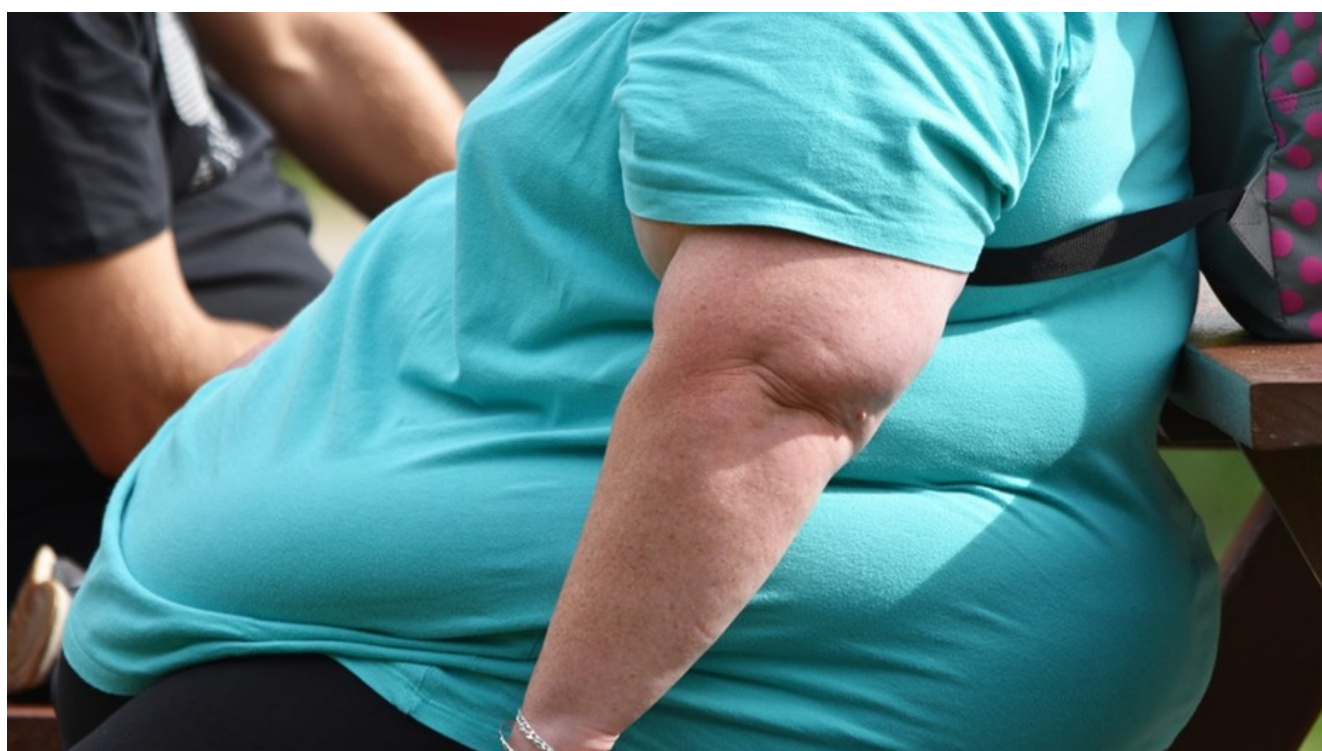
El impacto del bolsillo es una de las causas primarias de los cambios de hábito detectados en la población **«Por cuestiones socioeconómicas, la gente elige segundas marcas o alimentos que antes no consumía, lo que lleva a hábitos nocivos»**, explicó Gómez Parra.

Ante esta realidad, el sistema público busca amortiguar el efecto mediante talleres que enseñan a optimizar los recursos, priorizando productos locales y técnicas de cocina saludable de bajo costo.

Por otro lado, el funcionario destacó el rol de la ansiedad y

el estrés como motores de la enfermedad. **«Antes relegábamos la salud mental. Hoy sabemos que representa un 20% o 25% de todo el tratamiento»**, afirmó.

Asimismo, la incertidumbre laboral y la falta de visión a futuro generan cuadros de ansiedad que derivan en un consumo de alimentos muy por encima de lo habitual. Para Gómez Parra, el abordaje debe ser integral: «No se puede cambiar un hábito sin trabajar la estima del individuo; el estrés y la incertidumbre son los que finalmente empujan a la persona a refugiarse en la comida», remarcó.



Un impacto invisible en el sistema de salud

Más allá de la balanza, la obesidad funciona como el disparador de otras patologías que sobrecargan el sistema público y afectan la productividad laboral mediante licencias médicas. «La obesidad impacta de forma directa pero a veces invisible. Un problema cardíaco muchas veces arranca allí. Hoy tenemos una gran cantidad de licencias psiquiátricas, por depresión o afecciones cardiológicas, cuya base es el problema de obesidad», contó Parra.

«Los indicadores han crecido: estimábamos un 30% o 35% de la población y hoy estamos casi en un 40% o 45%. Es un salto muy amplio que encarece las prestaciones del sector público», agregó.

Hacia una política integral: los cinco objetivos

Para el coordinador del Área Sanitaria, la solución requiere un abordaje multisectorial que involucre a las escuelas, los centros de salud y el municipio en una estrategia coordinada. «Tenemos cinco ejes específicos: fomentar hábitos saludables con actividades educativas y recreativas; facilitar el acceso a controles; sensibilizar sobre que la obesidad es una enfermedad crónica y no algo agudo que se cura con un antibiótico; pero sobre todo reducir el estigma asociado; e involucrar a todas las instituciones educativas, centros de salud, y municipios para trabajar de forma coordinada», enfatizó al cierre de la charla.