

EN EL PAÍS, 6 DE CADA 10 PERSONAS TIENEN EXCESO DE PESO

Hay 8 regiones con más gorditos

➔ GRECIA LLANOS

grecia.llanos@preSMART.pe

El exceso de peso, que puede ser perjudicial según la Organización Mundial de la Salud (OMS) y se presenta como sobrepeso u obesidad, afecta al 63.1 % de ciudadanos de 15 años a más en el Perú, reveló el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI).

En su informe "Perú: Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles -2022", detalló que este problema de salud es "mayor en mujeres que en hombres", perjudica más a cuarentones y cincuentones (8 de cada 10), y en los últimos cinco años ha incrementado en 5.2 %.

Asimismo, ocho regiones superan el promedio nacional y poseen un importante porcentaje de población con exceso de peso. A la cabeza de esta lista va Tacna, donde el 72.6 % es gordito; le siguen Ica y Moquegua con 72.5 % y 72.4 %, respectivamente.

También figuran con más habitantes gordos Madre de Dios (70.9 %), Lima (Metropolitana 68.6 % y provincias 67.7 %), el Callao (68.5 %), Arequipa (68.4 %), y Tumbes (67.3 %). En el caso de la Libertad y Lambayeque casi se asemejan al indicador nacional con 64.7 % y 63.7 %.

EFFECTOS. Según el documento del INEI, entre los mayores de 15 años que presentan exceso de peso, el 37.5 % tiene sobrepeso; y el 25,6 %, obesidad. Además, el INEI advierte, que estas condiciones aumentan el riesgo de contraer enferme-



■ Sobrepeso y obesidad afecta más a los tacneños, según INEI.

ojo al dato

En adultos mayores, otro factor de aumento de peso es el tema emocional, pues perdieron a sus compañeros, hijos o se han quedado solos.

dades no transmisibles como cardiovasculares, diabetes, y algunos cánceres.

Ante estas cifras, la decana del Colegio de Nutricionistas de Lima, Jessica Huamán, señaló que "se necesita reforzar y ejecutar en su totalidad las políticas alimentarias que posee nuestro país".

El informe también precisó que en los adultos mayores el exceso de peso tuvo un incremento mayor: pasó de 41.6 % en el 2021 a 43.8% en el 2022.

En este grupo etario, dijo la licenciada Claudia Agüero,

57.9%
DE PERSONAS
presentaban exceso de peso el año 2017, ahora llega a 63.1 %.

nutricionista especialista en sobrepeso y obesidad, hay varios factores que han generado a esta tendencia.

Uno, es el efecto rebote de la pandemia pues al subir de peso en la cuarentena, muchos hicieron por su cuenta dietas muy restrictivas y, después, han vuelto a subir.

Asimismo, la inflación y el perjuicio económico los ha llevado a adquirir alimentos baratos y que los llenen. "Algunos no pueden cocinarse y tienen que comer lo que encuentren afuera", anotó.