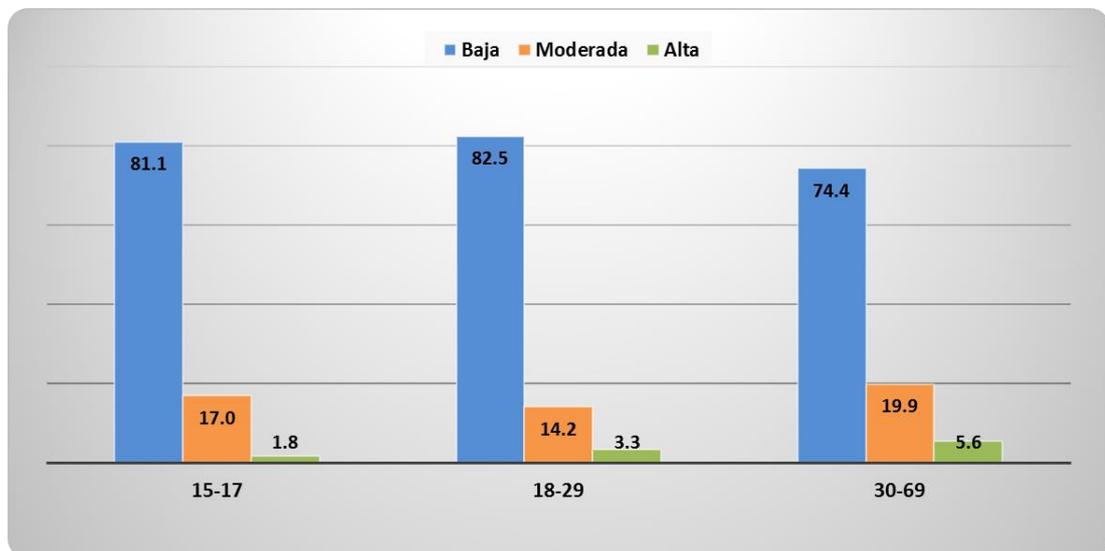


2.2 Actividad física en la población según grupos de edad

Según, el Reporte de Vigilancia de indicadores Nutricionales por etapas de vida 2009-2010, en todos los grupos de edad predomina la realización de actividad física baja o ligera.

Según grupos de edad, se puede observar que **una de cada cinco personas de 15 a 17 años, y de 30 a 69 años, realizaron actividad física de grado moderado**. La actividad física de magnitud alta, fue realizada en mayor proporción en el grupo de 30-69 años, con cifras que triplican a lo realizado en el grupo de 15 a 17 años.

Actividad física en la población de 15 a 69 años según grupos de edad. Perú, periodo 2009-2010

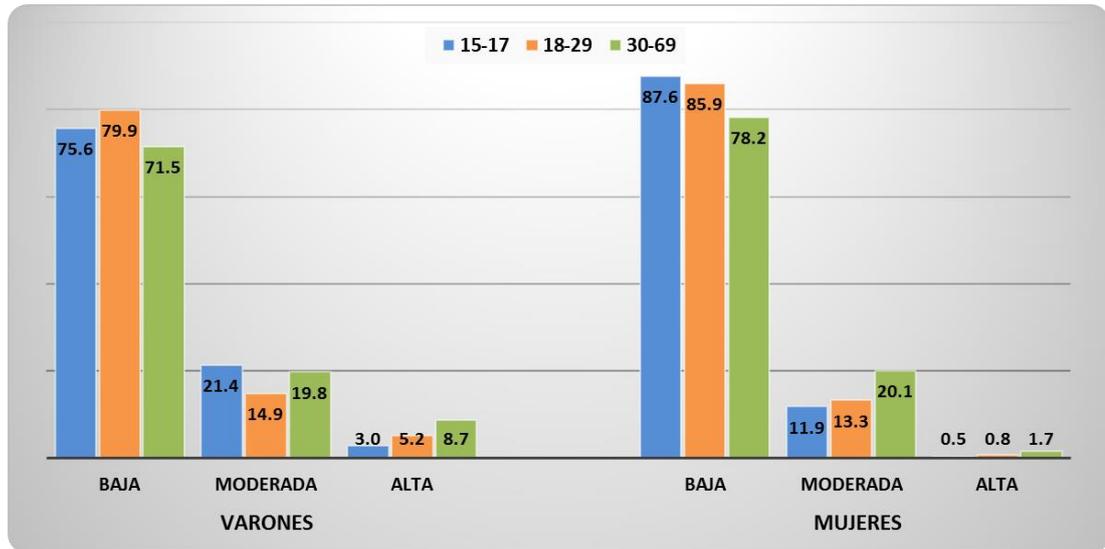


Fuente: Vigilancia de indicadores nutricionales por etapas de vida; 2009-2010. Dirección Ejecutiva de Vigilancia Alimentaria y Nutricional - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición – Instituto Nacional de Salud

Al analizar la información según sexo, se puede observar que **siete de cada diez personas de los tres grupos de edad realizaban actividad física de magnitud baja**.

En varones, se puede observar que los grupos de 15-17 años y 30-69 años realizaban actividad física moderada en mayor proporción; mientras que, la actividad física de intensidad alta fue realizada en mayor proporción en varones de 30 a 69 años. En mujeres de 30-69 años, una de cada cinco realizaba actividad física de intensidad moderada.

Actividad física en la población de 15 a 69 años según grupos de edad y sexo. Perú, periodo 2009-2010



Fuente: Vigilancia de indicadores nutricionales por etapas de vida; 2009-2010. Dirección Ejecutiva de Vigilancia Alimentaria y Nutricional - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición – Instituto Nacional de Salud