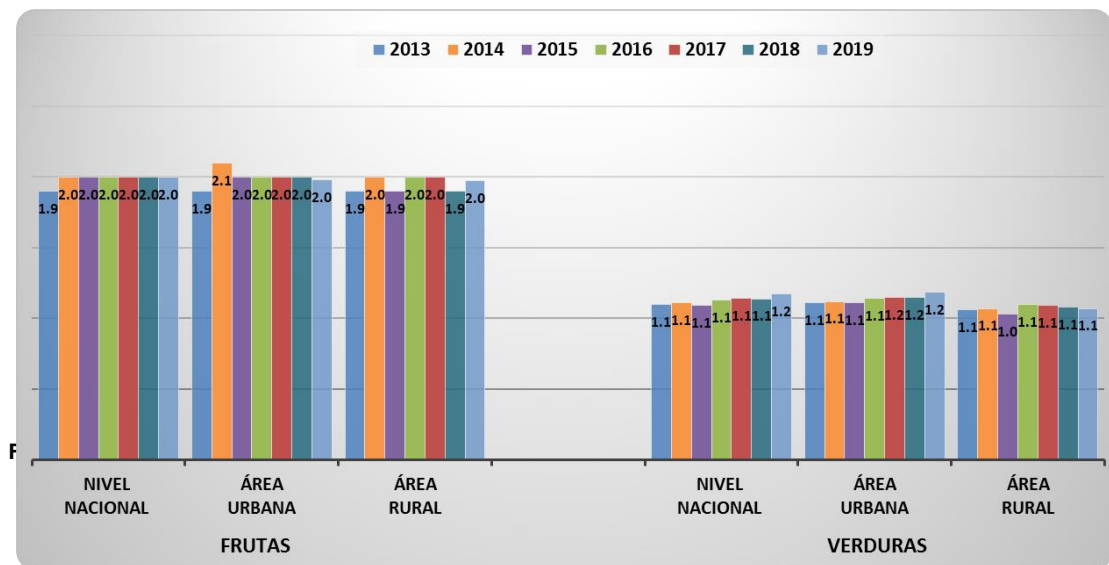


1.3 Consumo de frutas y verduras por día

Según el Informe “Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles”, en el año 2019, las personas de 15 años a más consumieron en promedio dos frutas y una verdura al día, cifras que se mantiene constante al compararlo con el consumo de los años anteriores.

Según área de residencia, se puede observar que, entre los años 2013 y 2019, el consumo de frutas y verduras al día se mantuvo constante.

Consumo promedio diario de frutas y verduras en personas de 15 a más años a nivel nacional y según área de residencia. Perú, 2013-2019.

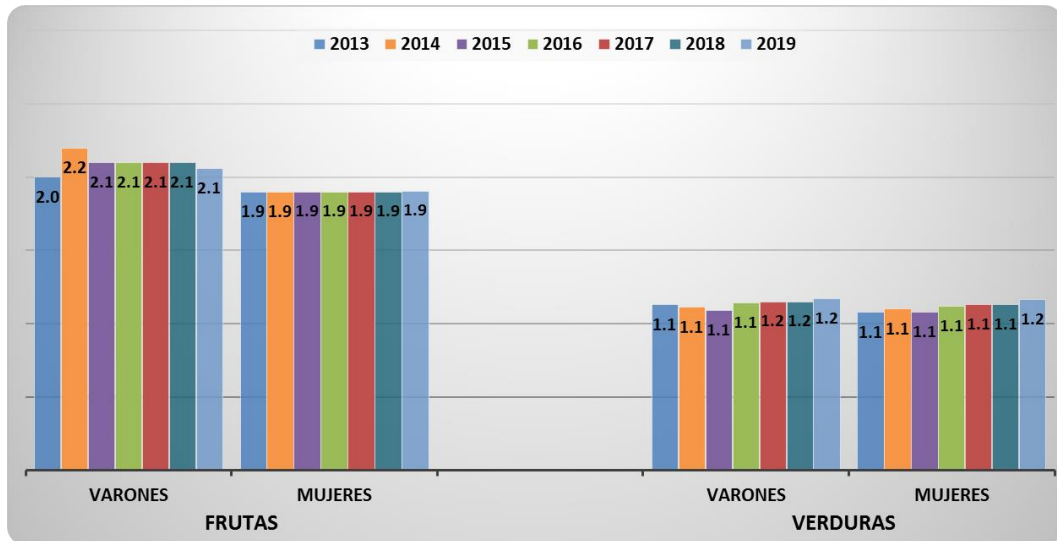


e: Elaboración propia a partir de: Instituto Nacional de Estadística e Informática. Encuesta Demográfica y de Salud Familiar, Perú: Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018 y 2019

Según sexo se puede apreciar que, en el año 2019, no hubo diferencias en el consumo de verduras al día, entre varones y mujeres, en caso de las frutas una ligera diferencia, pero no es significativa.

Al comparar las cifras observadas entre los años 2013 y 2019, se puede notar que el consumo de frutas y verduras al día se mantuvo constante en ambos sexos.

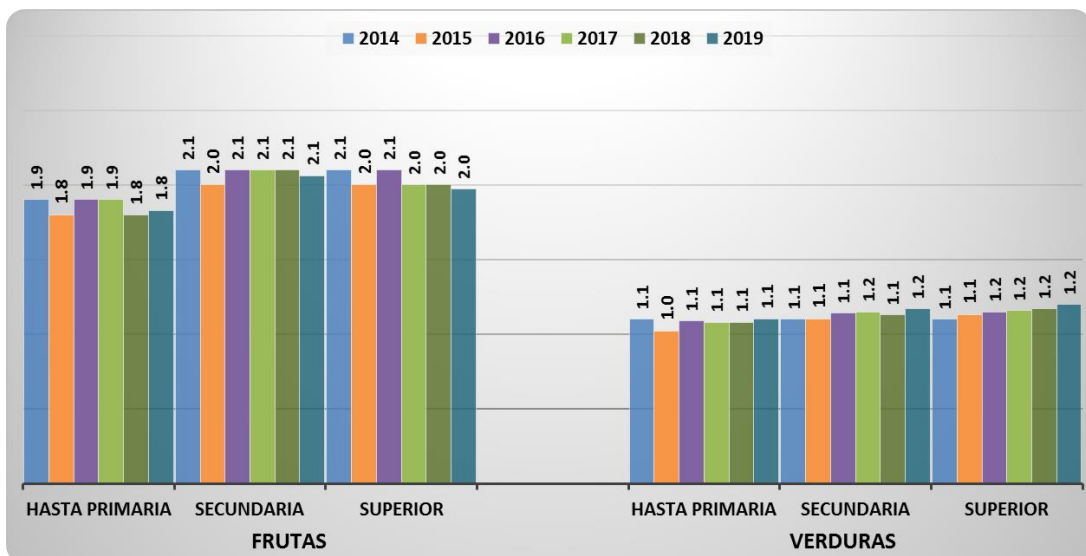
Consumo promedio diario de frutas y/o verduras en personas de 15 a más años según sexo. Perú, 2013-2019.



Fuente: Elaboración propia a partir de: Instituto Nacional de Estadística e Informática. Encuesta Demográfica y de Salud Familia, Perú: Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018 y 2019

En el año 2019, las personas de 15 a más años de todos los quintiles de pobreza consumieron en promedio dos frutas y una porción de verduras en ensaladas al día.

Consumo promedio diario de frutas y/o verduras en personas de 15 y más años según quintil de bienestar. Perú, 2014-2019.



Fuente: Elaboración propia a partir de: Instituto Nacional de Estadística e Informática. Encuesta Demográfica y de Salud Familia, Perú: Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles 2014, 2015, 2016, 2017, 2018 y 2019