

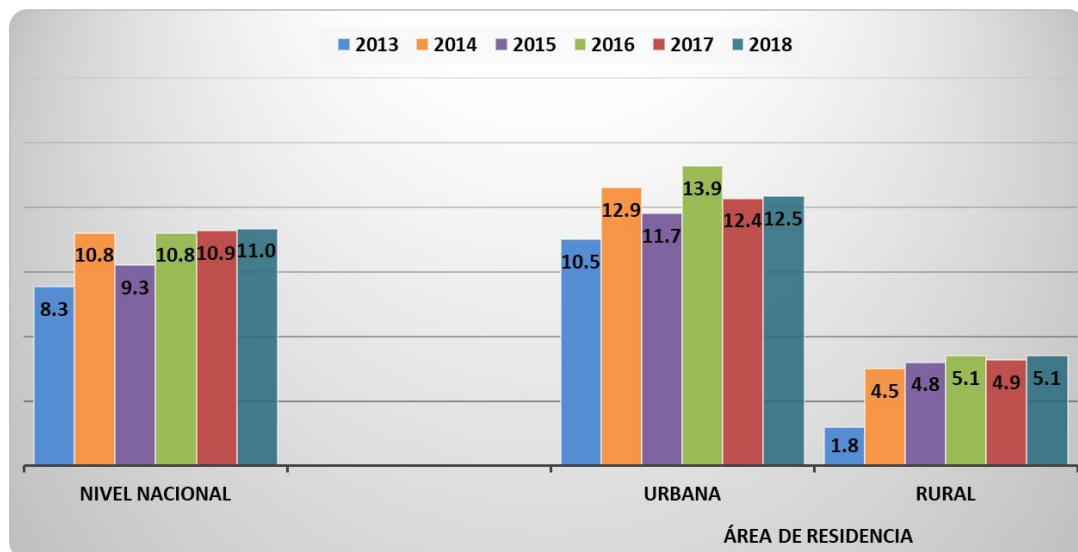
1.1 Consumo de al menos cinco porciones de fruta y/o verduras al día

Según el Informe “Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles”, a nivel nacional, entre los años 2013 y 2018, el consumo de cinco porciones de frutas o verduras aumentó de 8.3% (IC95% 6.7:9.9) a 11.0% (IC95% 10.5:11.6); evidenciándose que, una de cada 10 personas consumió cinco porciones de frutas o verduras al día.

Al analizar la información según área de residencia, se puede observar que, según área de residencia, existe un mayor consumo de frutas y/o verduras en el área urbana, presentando cifras que casi triplican a lo observado en el área rural.

Así mismo, se puede observar que, en el área rural, el consumo de cinco porciones de frutas o verduras aumentó de 1.8%(IC95% 1.0:2.5) a 5.1%(IC95% 4.5:5.7) entre los años 2013 y 2018. En el área urbana, las cifras se mantuvieron en el rango de 10% a 14%.

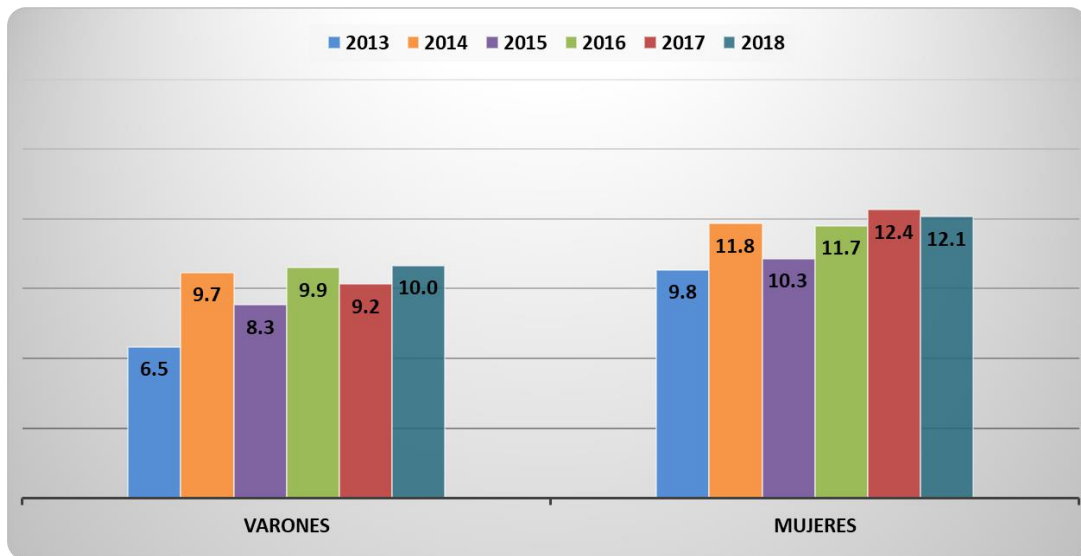
Consumo de al menos cinco porciones de fruta y/o verduras al día en personas de 15 a más años de edad según área de residencia. Perú, 2013-2018.



Fuente: Instituto Nacional de Estadística e Informática - Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES), Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles 2013, 2014, 2015, 2016, 2017 y 2018. Elaborado por el INS/CENAN.

Según el Informe “Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles”, se puede observar que la proporción de consumo de cinco porciones de frutas y/o verduras al día en varones se mantuvo en el rango de 6 a 10% entre los años 2013 y 2018; en el caso de las mujeres, las cifras se mantuvieron en el rango de 9% a 13%.

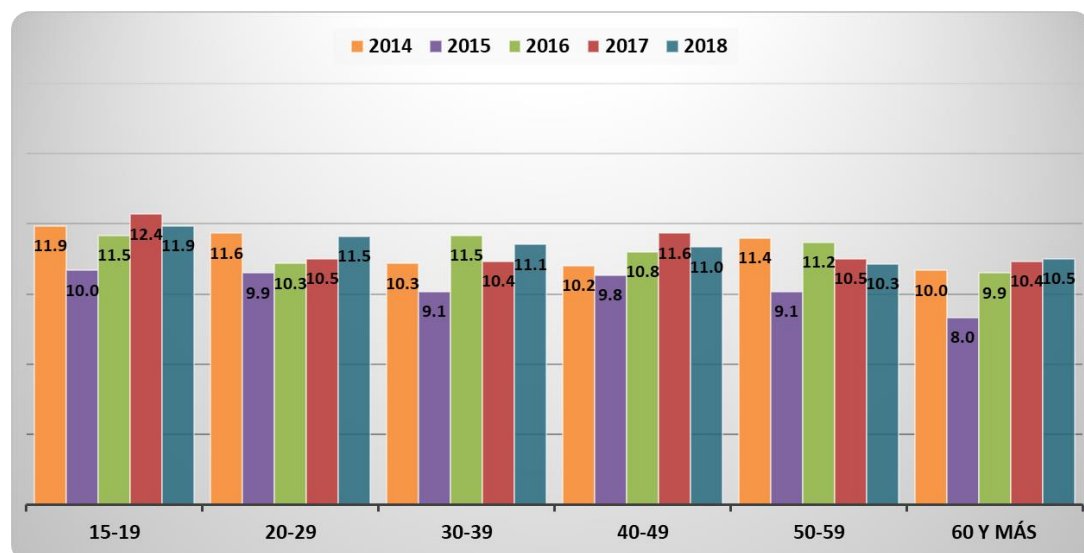
Consumo de al menos cinco porciones de fruta y/o verduras al día en personas de 15 a más años de edad según sexo. Perú, 2013-2018.



Fuente: Instituto Nacional de Estadística e Informática - Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES), Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles 2013, 2014, 2015, 2016, 2017 y 2018. Elaborado por el INS/CENAN.

Según el Informe “Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles”, entre los años 2014 y 2018, el consumo de cinco frutas o verduras al día, en todos los grupos de edad, se encontró en el rango de 8% a 13%.

Consumo de al menos cinco porciones de fruta y/o verduras al día en personas de 15 a más años de edad según grupos de edad. Perú, 2014-2018.

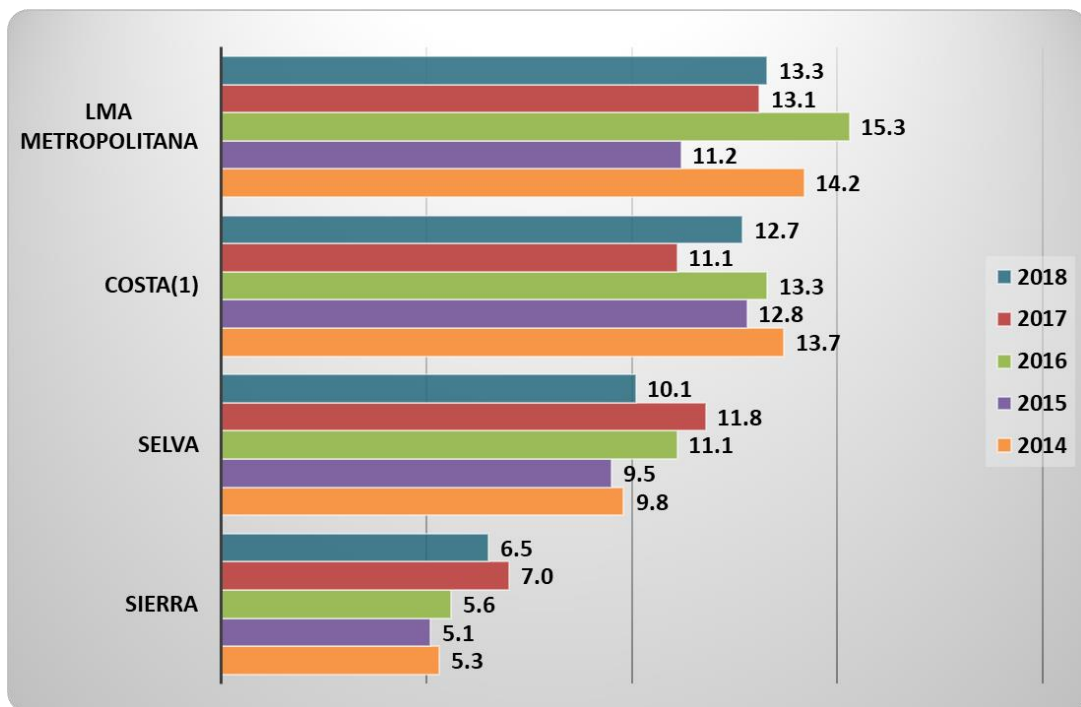


Fuente: Instituto Nacional de Estadística e Informática-Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES), Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles 2014, 2015, 2016, 2017 y 2018. Elaborado por el INS/CENAN.

Según el Informe “Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles”, correspondiente al año 2018, el consumo de cinco porciones de frutas o verduras en Lima Metropolitana presentó cifras que casi duplicaron a lo observado en los residentes en la sierra.

Al analizar y comparar las cifras del Informe “Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles” de los años 2014 y 2018, se puede observar que los dominios Lima Metropolitana y selva mantuvieron el consumo de cinco porciones de frutas y/o verduras en el rango de 9% a 16%. Así mismo, se evidencia que el dominio resto de costa disminuyó el consumo de cinco frutas o verduras de 13.7%(IC95% 12.4:15.1) a 12.7%(IC95% 11.9:13.5) entre los años 2014 y 2018; mientras que, en la sierra, se incrementó de 5.3%(IC95% 4.7:5.9) a 6.5%(IC95% 5.9:7.1), en el mismo periodo de tiempo.

Consumo de al menos cinco porciones de fruta y/o verduras al día en personas de 15 a más años de edad según región natural. Perú, 2014-2018.



(1) No incluye Lima Metropolitana

Fuente: Instituto Nacional de Estadística e Informática-Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES), Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles 2014, 2015, 2016, 2017 y 2018. Elaborado por el INS/CENAN.

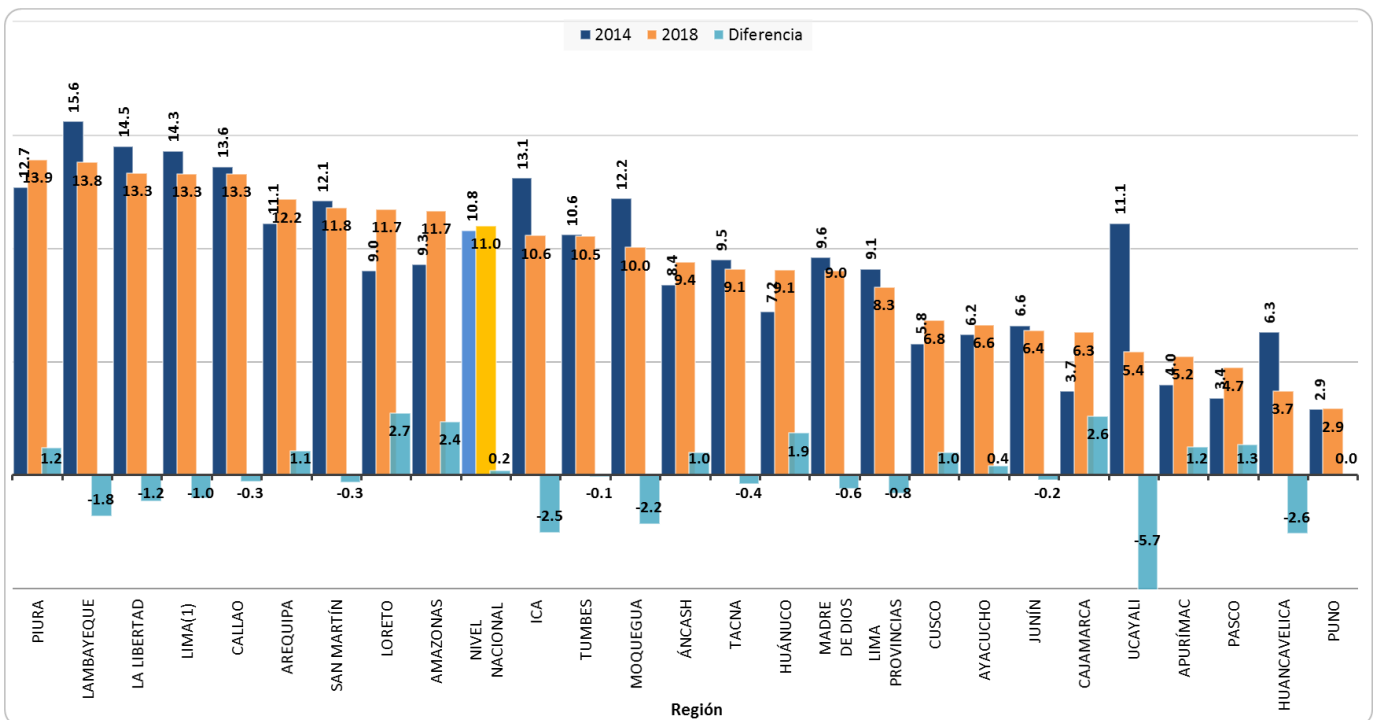
Según el Informe “Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles”, en el año 2018, el mayor consumo cinco porciones de fruta y/o verduras al día en personas de 15 años a más, se encontraron en las Regiones de Piura,

Lambayeque, La Libertad, Lima³, Callao, Arequipa, San Martín, Loreto y Amazonas con cifras superiores al promedio nacional (11.0%).

Las regiones que incrementaron en mayor proporción el consumo de cinco porciones de fruta y/o verduras al día, entre los años 2014 y 2018, fueron Loreto y Cajamarca, quienes aumentaron más de 2.5 puntos porcentuales.

Por otro lado, las cifras más bajas de consumo se observaron en las regiones de Pasco, Huancavelica y Puno, con cifras por debajo del 5%.

Consumo de al menos cinco porciones de fruta y/o verduras al día en personas de 15 a más años de edad según regiones. Perú, 2014 y 2018.



(1) Comprende los 43 distritos que conforman la provincia de Lima.

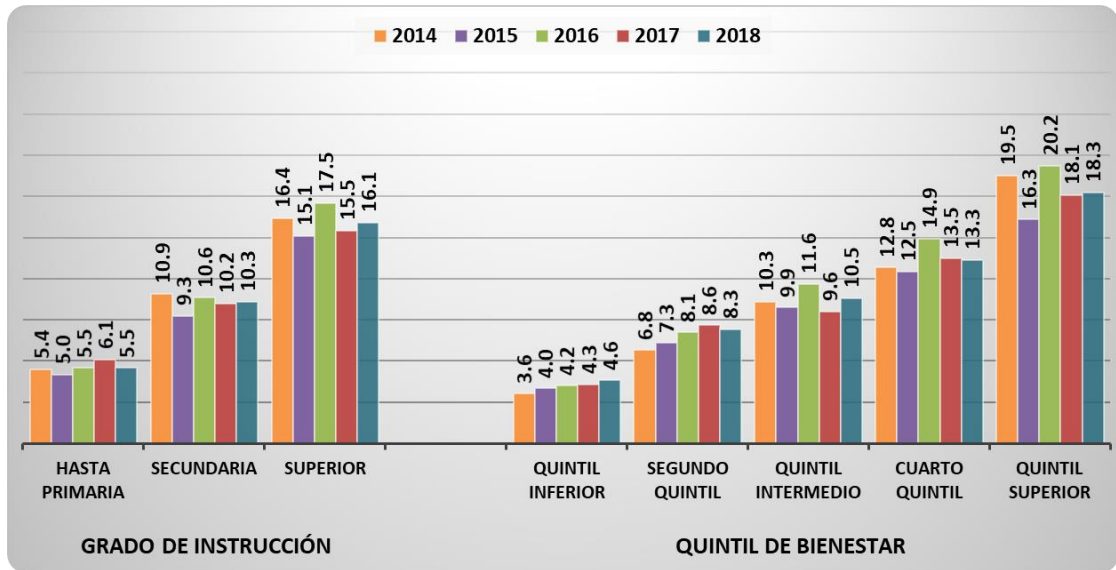
Fuente: Instituto Nacional de Estadística e Informática-Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES), Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles 2014 y 2018. Elaborado por el INS/CENAN.

Según el Informe “Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles”, en el año 2018, se observó que a medida que aumentó el nivel educativo o el quintil de bienestar, también se incrementó la proporción de personas de 15 a más años que consumieron cinco porciones de frutas y/o verduras al día. Es así que, en dicho año, el consumo de cinco frutas y/o verduras en las personas con nivel de educación superior casi triplicó a lo observado en las personas con nivel primario.

³ Comprende los 43 distritos que conforman la provincia de Lima.

Lo mismo se puede apreciar con el nivel de bienestar, donde la proporción de personas pertenecientes al quintil superior, que consumían cinco porciones de frutas y/o verduras, fue casi cuatro veces mayor a lo observado en las personas del quintil inferior.

Consumo de al menos 5 porciones de fruta y/o verduras al día en personas de 15 a más años de edad según grado de instrucción y quintil de bienestar. Perú, 2014 - 2018.



Fuente: Instituto Nacional de Estadística e Informática-Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES), Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles 2014, 2015, 2016, 2017 y 2018. Elaborado por el INS/CENAN.