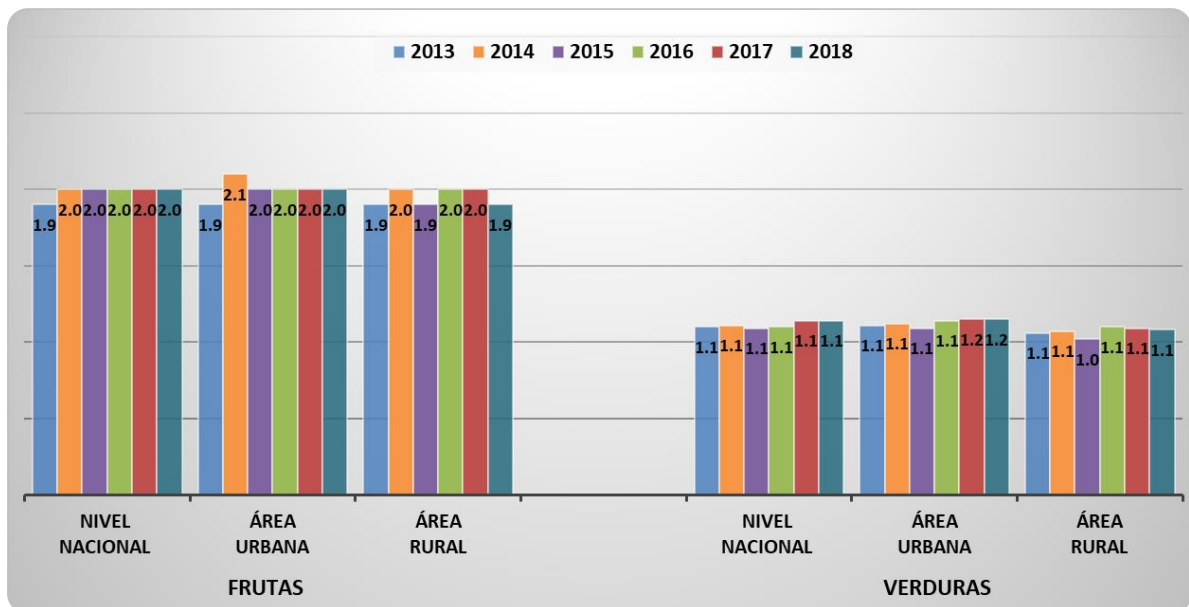


1.3 Consumo de frutas y/o verduras por día

Según el Informe “Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles”, en el año 2018, 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 2018, el consumo de frutas y verduras al día, se mantuvo constante.

Consumo promedio diario de frutas y/o verduras en personas de 15 a más años de edad a nivel nacional y según área de residencia. Perú, 2013-2018.

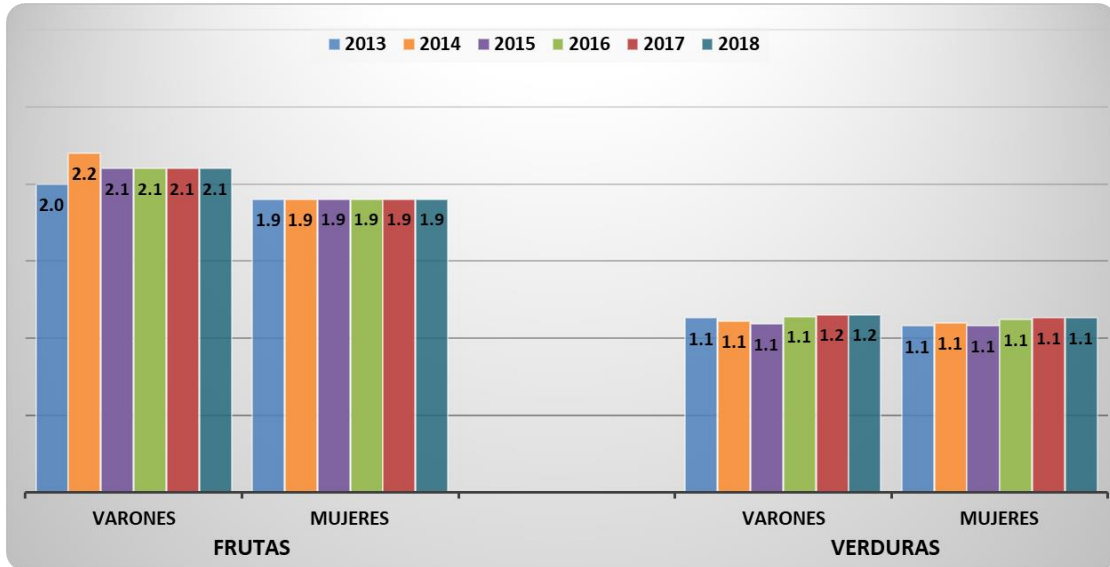


Fuente: Instituto Nacional de Estadística e Informática-Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES), Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles 2013, 2014, 2015, 2016, 2017 y 2018. Elaborado por el INS/CENAN.

Según sexo se puede apreciar que en año 2018, no hubo diferencias en el consumo de frutas y verduras al día, entre varones y mujeres.

Al comparar las cifras observadas entre los años 2013 y 2018, se puede notar que el consumo de frutas y verduras al día, se mantuvo constante en ambos sexos.

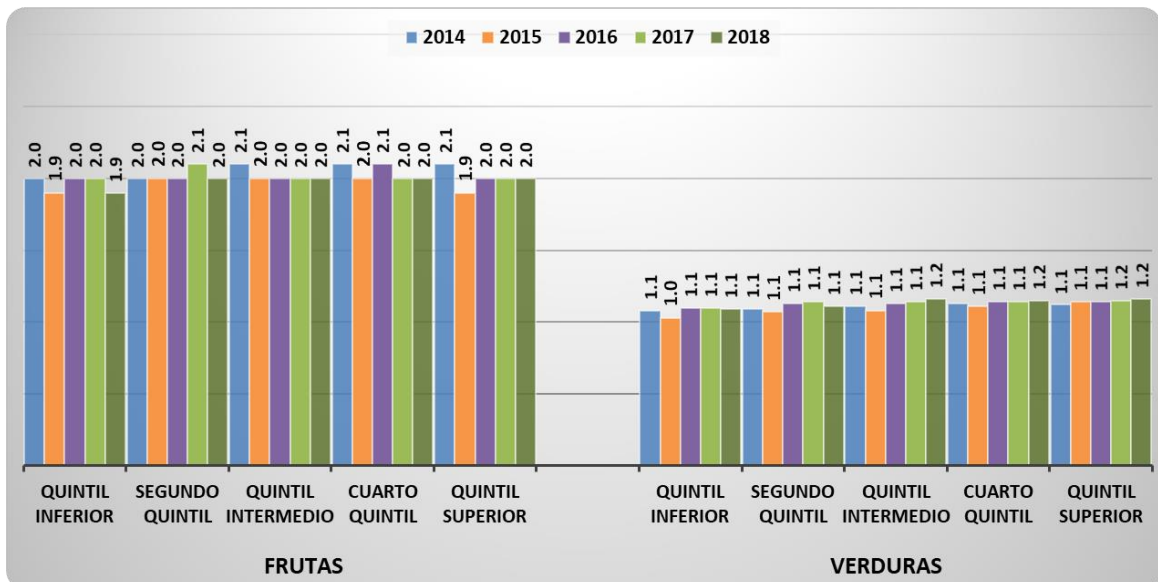
Consumo promedio diario de frutas y/o verduras en personas de 15 a más años de edad según sexo. Perú, 2013-2018.



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.

En el año 2018, la 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 de edad según 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.