

1. SOBREPESO Y OBESIDAD EN LAS MUJERES EN EDAD FÉRTIL

Para la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) considera como mujer en edad fértil (MEF) a aquella que tiene una edad situada entre la pubertad y la menopausia, que oscila entre los 15 y los 49 años, incluyendo a las gestantes y madres que dan de lactar.

El sobrepeso y la obesidad están asociados a un riesgo mayor de desarrollar enfermedades crónicas como la diabetes, dislipidemias, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares y varios tipos de cáncer. Consecuentemente, el sobrepeso u obesidad están asociados a un mayor riesgo de mortalidad en la vida adulta¹.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el 2016, más de 1900 millones de adultos de 18 o más años tenían sobrepeso, de los cuales, más de 650 millones eran obesos. Según el sexo, menciona que el sobrepeso tuvo una prevalencia de 39%, correspondiendo 39% a los hombres y un 40% de las mujeres y en el caso de la obesidad la prevalencia fue alrededor del 13% siendo un 11% de los hombres y un 15% de las mujeres², como se observa las prevalencias son mayores en las mujeres. Asimismo, la Organización Panamericana de la Salud, indicó que a nivel de América Latina y el Caribe, casi un cuarto de la población adulta en la región sufre de obesidad, con prevalencias más altas entre mujeres (28%) que en hombres (20%)³. A nivel nacional también se observan estadísticas similares en relación a la obesidad y el sexo puesto que a la obesidad en personas de 15 a más años es de 22.3%, siendo en las mujeres 25.8% y en varones de 18.7%¹.

La obesidad y el sobrepeso son problemas de salud pública importantes, antes se consideraban que eran problemas propios de los países de ingresos altos, actualmente ambos trastornos aumentan en los países de ingresos bajos y medianos, en particular en los entornos urbanos², tal como se puede visualizar en el mapa de sobrepeso en mujeres de 18 a más años, elaborado por la OMS con datos del 2016⁴.

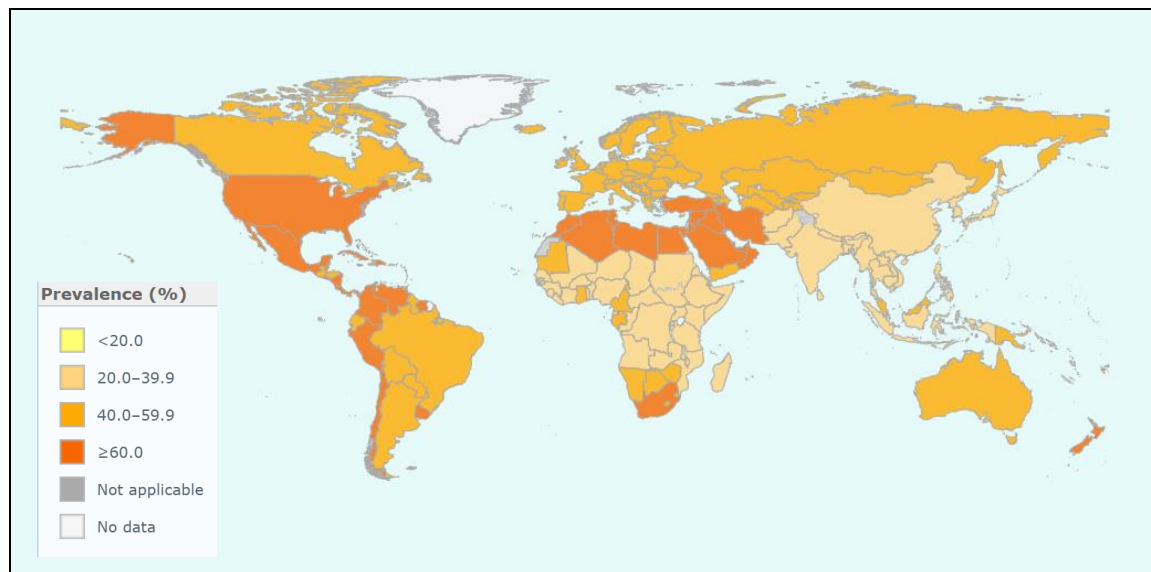
¹ Instituto Nacional de Estadística e Informática - Encuesta Demográfica y de Salud Familiar 2019.

² OMS. Notas Descriptivas: Obesidad y Sobrepeso. 1 abril del 2020 - Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight#:~:text=Desde%201975%2C%20la%20obesidad%20se,y%20el%2013%25%20eran%20obesas.>

³ FAO, OPS, WFP y UNICEF. Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe 2019. Santiago. 2019. Disponible en: <http://www.fao.org/3/ca6979es/ca6979es.pdf>

⁴ OMS, Global Health Observatory (GHO) data. 2016. Disponible en: https://gamapserver.who.int/gho/interactive_charts/ncd/risk_factors/overweight/atlas.html?geog=0&indicator=i2&date=2016&bbox=-248.0763698630137,-102.27157534246574,306.32363013698625,169.6122602739726&printmode=true

Prevalencia de Sobrepeso, en mujeres de 18 años a más, 2016



Fuente: OMS, Global Health Observatory (GHO) data. 2016. Disponible en:

https://gamapsserver.who.int/gho/interactive_charts/ncd/risk_factors/overweight/atlas.html?geog=0&indicator=i2&date=2016&bbox=-248.0763698630137,-102.27157534246574,306.32363013698625,169.6122602739726&printmode=true

Actualmente los organismos internacionales relacionados a la alimentación y nutrición, han identificado que existe una “triple carga de la mala nutrición”, en la cual coexisten problemas de exceso de peso, desnutrición y déficit de micronutrientes, que se pueden presentar a nivel de país, departamento, de hogar o a nivel individual, la cual está asociada a la transición nutricional, que se caracteriza por dietas con un mayor consumo de azúcares, grasas y/o sal/sodio, ingredientes que por lo general son más abundantes en los alimentos denominados como ultraprocesados e hipercalóricos, problemas que afectan a todos los grupos poblacionales y la mujer en edad fértil no es la excepción⁵.

El estado nutricional de la mujer en edad fértil antes de la concepción es importante, ya que forma parte de los factores determinantes del retraso en el crecimiento intrauterino, asimismo las enfermedades maternas pueden impedir la absorción de nutrientes y la alimentación deficiente dificulta el desarrollo del feto, contribuyendo a un peso inferior al normal. Por ello, los cuidados nutricionales de las mujeres en edad fértil son fundamentales para la vida del recién nacido⁶.

⁵ FAO, OPS, WFP y UNICEF. Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe 2019. Santiago. 2019. Disponible en: <http://www.fao.org/3/ca6979es/ca6979es.pdf>

⁶ FAO, OPS, WFP y UNICEF. Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe 2018. Santiago. 2018. Disponible en: <http://www.fao.org/3/CA2127ES/CA2127ES.pdf>

En el presente análisis, se utiliza como fuente primaria de información la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES)⁷, donde se evaluó el estado nutricional de las mujeres en edad fértil mediante el índice de Quetelet (IMC = (Peso (kg)/ (Talla²)).

La clasificación del estado nutricional se realizó según los estándares de la OMS.

Clasificación e indicadores⁸

CLASIFICACIÓN	PUNTO DE CORTE
Delgadez III	IMC < 16
Delgadez II	IMC ≥ 16 y ≤ 16.9
Delgadez I	IMC ≥ 17 y ≤ 18.4
Normal	IMC ≥ 18.5 y ≤ 24.9
Sobrepeso	IMC ≥ 25 y ≤ 29.9
Obesidad I	IMC ≥ 30 y ≤ 34.9
Obesidad II	IMC ≥ 35 y ≤ 39.9
Obesidad III	IMC ≥ 40

⁷ Instituto Nacional de Estadística e Informática- (2007-2019) Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES). Lima- Perú.
2007- 2008: <https://dhsprogram.com/pubs/pdf/FR234/FR234.pdf>
2009: <https://dhsprogram.com/pubs/pdf/FR242/FR242.pdf>
2010: <http://proyectos.inei.gob.pe/endes/endes2010/resultados/>
2011: <http://proyectos.inei.gob.pe/web/biblioineipub/bancopub/Est/Lib1027/index.html>
2012: <http://proyectos.inei.gob.pe/web/biblioineipub/bancopub/Est/Lib1075/index.html>
2013: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1151/index.html
2014: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1211/index.html
2015: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1356/
2016: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1433/index.html
2017: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1525/index.html
2018: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1656/index1.html
2019: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Endes2019/

⁸ Adaptado de la OMS, 1995. El estado físico: Uso e interpretación de la Antropometría. Informe del Comité de Expertos de la OMS, Serie de Informes técnicos 854, Ginebra, Suiza.