

7. SOBREPESO Y OBESIDAD EN LAS Y LOS ADULTOS DE 30 A 59 AÑOS DE EDAD

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha sido muy clara en identificar que los cambios en los patrones alimentarios y en la actitud cada vez más sedentaria, son las modificaciones principales que se están dando en los estilos de vida de las personas, y que esto a su vez ha devenido en la aparición de la obesidad y consecuentemente de enfermedades no transmisibles como la diabetes mellitus, hipertensión arterial, dislipidemias y ciertos tipos de cánceres.

En el plano mundial, el sobrepeso y la obesidad están relacionados con un mayor número de defunciones que la desnutrición. Un índice de masa corporal (IMC) elevado es un importante factor de riesgo de enfermedades no transmisibles, el mismo que se incrementa con el aumento del IMC.

Sin embargo, En 2016, más de 1900 millones de adultos de 18 o más años tenían sobrepeso, de los cuales, más de 650 millones eran obesos¹, evidenciándose que la prevalencia mundial de obesidad se ha multiplicado por más de dos entre 1980 y el 2016.

En el presente análisis, se utiliza como fuente primaria de información la Encuesta Nacional de Hogares (ENAH)², donde se evaluó el estado nutricional de las y los adultos mediante el índice de Quetelet o Índice de Masa Corporal, cuya fórmula se detalla a continuación:

$$\text{IMC} = (\text{Peso (kg)} / (\text{Talla}^2)).$$

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

Clasificación e indicadores

- Delgadez : ≤ 18.4
- Normal : $\text{IMC} \geq 18.5$ y ≤ 24.9
- Sobrepeso : $\text{IMC} \geq 25$ y ≤ 29.9
- Obesidad : $\text{IMC} \geq 30$

Así mismo, de utilizó como referencia el Informe Técnico: Estado nutricional en adultos de 18 a 59 años, PERÚ: 2017-2018³ y el artículo “Tendencia del Sobrepeso, obesidad y exceso de peso en el Perú⁴”, el cual analiza información del año 2007 al 2011, en base a la muestra de la Encuesta Nacional de Hogares.

Para analizar el indicador Perímetro abdominal para la edad, el cual compara el perímetro abdominal de la mujer o varón con el perímetro abdominal de referencia correspondiente a su edad, se emplearon los puntos de corte adaptados de la guía Organización Mundial

¹ <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

² Instituto Nacional de Salud- Centro Nacional de Alimentación y Nutrición-Dirección Ejecutiva de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (2011, 2012-2013 Y 2013-2014) Encuesta Nacional de Hogares (ENAH). Lima- Perú.

³ <https://web.ins.gob.pe/es/alimentacion-y-nutricion/vigilancia-alimentaria-y-nutricional/vigilancia-del-estado-nutricional-en-poblacion>

⁴ Tarqui-Mamani, Carolina; Sánchez-Abanto, José;& otros (2013). Tendencia del Sobrepeso, obesidad y exceso de peso en el Perú. En REV. PERU. EPIDEMIOL. VOL 17 NO 3 DICIEMBRE 2013 <http://www.redalyc.org/pdf/2031/203129459004.pdf>



de la Salud 2000, Obesity: Preventing and Managing the Global Epidemic. Report of a WHO Consultation on Obesity 2000. Geneva⁵.

Riesgo de enfermar según edad, sexo y perímetro abdominal en adultos

SEXO	RIESGO		
	Bajo	Alto	Muy Alto
HOMBRE	<94	≥ 94 cm.	≥ 102 cm.
MUJER	<80	≥ 80 cm.	≥ 88 cm.

Fuente: World Health Organization. Obesity: Preventing and Managing the Global Epidemic. Report of a WHO Consultation on Obesity 2000. Geneva, World Health Organization.

⁵ Instituto Nacional de Salud. Guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adulta. Lima: INS; 2012.