

## 6. SOBREPESO Y OBESIDAD EN LAS Y LOS JÓVENES DE 20 A 29 AÑOS

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, como: enfermedades cardiovasculares (principalmente cardiopatía y accidente cerebrovascular), diabetes mellitus; trastornos del aparato locomotor, entre otros. El riesgo de contraer estas enfermedades no transmisibles crece con el aumento del IMC.

En el presente análisis, se utiliza como fuente primaria de información la Encuesta Nacional de Hogares (ENAH0)<sup>1</sup>, donde se evaluó el estado nutricional de las y los jóvenes mediante el índice de Quetelet o Índice de Masa Corporal, expresado en la siguiente fórmula:

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

Así mismo, se utilizó como referencia el artículo “Tendencia del Sobrepeso, obesidad y exceso de peso en el Perú<sup>2</sup>”, el cual analiza información del año 2007 al 2011, en base a la muestra de la Encuesta Nacional de Hogares.

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

### **Clasificación e indicadores**

- 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

Así mismo, se analiza 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, empleando los puntos de corte adaptados de la guía Organización Mundial de la Salud 2000, Obesity: Preventing and Managing the Global Epidemic. Report of a WHO Consultation on Obesity 2000. Geneva<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> 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 (ENAH0). Lima- Perú.

<sup>2</sup> 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>

<sup>3</sup> Instituto Nacional de Salud. Guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adulta. Lima: INS; 2012.

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

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

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