

8. SOBREPESO Y OBESIDAD EN LAS Y LOS ADULTOS MAYORES DE 60 AÑOS

El Perú tiene una tasa de envejecimiento acelerado que se desarrolla en un contexto social particular y con una transición epidemiológica que muestra un incremento de las enfermedades crónicas no transmisibles. Al año 2012 la población peruana proyectada ascendía aproximadamente a 30 millones de habitantes, correspondiendo el 9,2% de ella a los adultos mayores. La velocidad con que crece este grupo poblacional duplica el ritmo de crecimiento de la población total, estimándose que para el año 2025, la población adulta mayor alcanzará casi cuatro millones y medio de habitantes y para el año 2050 serán 9 millones ¹.

El envejecimiento de la población se asocia a una mayor prevalencia de problemas nutricionales. Los adultos mayores tienen mayor riesgo de padecer malnutrición por diferentes factores como la disminución en la ingesta de alimentos, anorexia asociada a factores psicosociales, problemas masticatorios y de deglución, cambios fisiológicos en la función gastrointestinal, enfermedades crónicas oncológicas y no oncológicas, polifarmacia, depresión, entre otros ².

El estado nutricional es el resultado del balance de la ingesta de nutrientes y del gasto calórico proteico para cubrir las necesidades fisiológicas óptimas, las anormalidades de esta condición son consideradas en un extremo como desnutrición y en el otro extremo como sobrepeso y obesidad. La desnutrición, el sobrepeso y la obesidad se asocian a un mayor riesgo de morbimortalidad, mayores tasas de infección, aumento del número de caídas y fracturas, estancias hospitalarias más prolongadas, así como, empeoramiento de las enfermedades agudas o crónicas subyacentes y un deterioro general de la calidad de vida.

En el presente análisis, se utiliza como fuente primaria de información la Encuesta Nacional de Hogares (ENAH)³, donde se evaluó el estado nutricional de las y los adultos mayores mediante el índice de masa corporal, según la clasificación del estado nutricional para el adulto mayor del Ministerio de Salud⁴.

Clasificación e indicadores

- Delgadez: IMC \leq 23.0
- Normal: IMC $>$ 23 a $<$ 28
- Sobrepeso: IMC \geq 28 a $<$ 32.0
- Obesidad: IMC \geq 32

¹ Instituto Nacional de Estadística e Informática. PERU: Estimaciones y Proyecciones de Población- Departamental, por años calendario y Edades simples 1995-2025. Boletín Especial Nro. 22. Lima, Perú: Instituto Nacional de Estadística e Informática; 2010.

² Varela-Pinedo LF. Nutrición en el adulto mayor. Rev Med Hered. 2013; 24:183-185. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rmh/v24n3/v24n3e1.pdf>

³ 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.

⁴ Instituto Nacional de Salud. Guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adulta mayor. Lima: INS; 2013.

Así mismo, se utilizó como referencia el artículo “Tendencia del Sobrepeso, obesidad y exceso de peso en el Perú¹, el cual analiza información del año 2007 al 2011, en base a la muestra de la Encuesta Nacional de Hogares.

Para el periodo 2017-2018 se utilizaron los resultados del Informe Técnico: Estado nutricional de los adolescentes de 12 a 17 años y adultos mayores de 60 años a más-VIANEV².

Riesgo de enfermar según sexo y perímetro abdominal

La evaluación del riesgo de enfermar por enfermedades no transmisibles (Diabetes mellitus tipo 2, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares entre otras), se realizó tomando en cuenta los puntos de corte de la guía de la OMS 2000³.

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

| 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.

¹Tarqui-Mamani C, Sánchez-Abanto J, Alvarez-Dongo D, Gómez-Guizado G, Valdivia-Zapana S. Tendencia del Sobrepeso, obesidad y exceso de peso en el Perú. En Rev. peru. epidemiol. 2013; 17(3): 7 pp. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/2031/203129459004.pdf>

²CENAN-INS. Informe Técnico: Estado Nutricional de Adolescentes de 12 a 17 años y Adultos Mayores de 60 años a más - VIANEV 2017 – 2018. Instituto Nacional de Salud – Centro Nacional de Alimentación y Nutrición – DEVAN. 2019. Disponible en: https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/sala_nutricional/sala_3/informe_estado_nutricional_adolescentes_12_17_adultos_mayores_mayores_60_anos.pdf

³ Instituto Nacional de Salud. Guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adulta mayor. Lima: INS; 2013.