

MALNUTRICION

12 a 17 años

SIEN-HIS PERU

Año 2024

Evaluados: 847022
Evaluados anemia: 263765

DEFICIT DE PESO

1,2 %



SOBREPESO

24 %

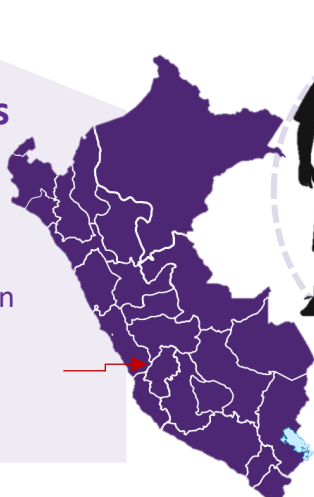
8,2 %

OBESIDAD

Todas las regiones superan el 15 %

Tacna 30 %, Ica , Callao, Moquegua y Tumbes con 29 %.

Huancavelica (menor proporción) 16,3 %.

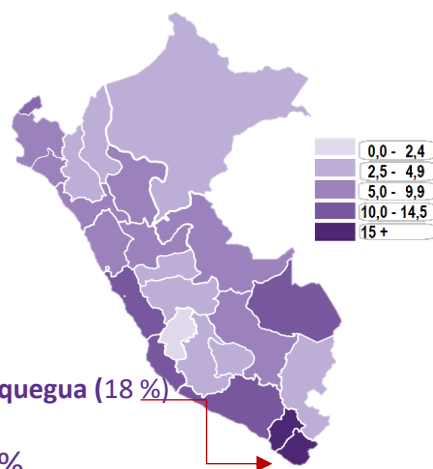


Mas obesos:

Tacna (19 %) y Moquegua (18 %)

Menos obesos:

Huancavelica 2,4 %



0,0 - 2,4
2,5 - 4,9
5,0 - 9,9
10,0 - 14,5
15 +

TALLA BAJA

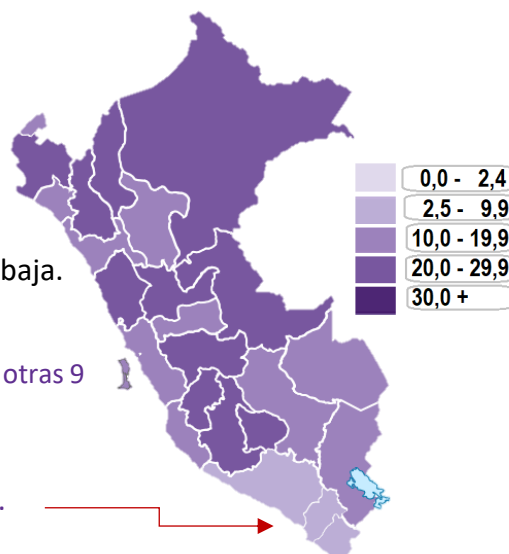
18,1 %



2 de cada 10 adolescentes tiene talla baja.

Mayor proporción: Loreto (29,5 %) y Huancavelica (29 %), conjuntamente con otras 9 regiones superan el 20 %.

Menor proporción: Tacna (5,8 %), Moquegua (5,9 %) y Arequipa (8,7 %).



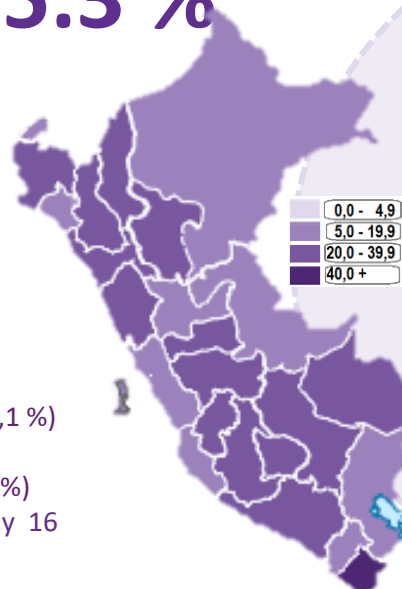
0,0 - 2,4
2,5 - 9,9
10,0 - 19,9
20,0 - 29,9
30,0 +

ANEMIA

25.3 %



- Tacna (59,1 %) y Huánuco (46,1 %) presentan **mayor** proporción
- Menor** proporción Callao (7,5 %)
- 10 regiones entre 10,4 a 19 % y 16 regiones entre 20 y 39,9%



Como prevenir anemia:

- Nutrición adecuada:** alimentación balanceada que incluya alimentos fuentes de Fe, B12 y Ac fólico. Considerar suplementación en caso que se requiera.
- Estilos de vida saludable:** Ejercicio, sueño adecuado.
- Acceso a salud:** chequeos médicos, análisis de sangre. Atención a mujeres por menstruación.
- Educación:** información sobre anemia y dieta saludable. Conocimiento sobre problemas de salud relacionados a la anemia.
- Manejo del estrés** a través del yoga, ejercicios de respiración y meditación

Fuente: Ministerio de Salud / Vice Ministerio de Salud Pública / Oficina General de Tecnologías de la Información / HIS
Instituto Nacional de Salud / Centro Nacional de Alimentación, Nutrición y Vida Saludable / Subdirección de Vigilancia Alimentaria y Nutricional / Sistema de Información del Estado Nutricional