



ORGANISMO ANDINO DE SALUD
CONVENIO HIPÓLITO UNANUE

WEBINAR

El sobrepeso y la obesidad:
La urgencia de implementar una política
pública para su prevención y control

El sobrepeso y obesidad en el Perú Medidas de Salud Pública

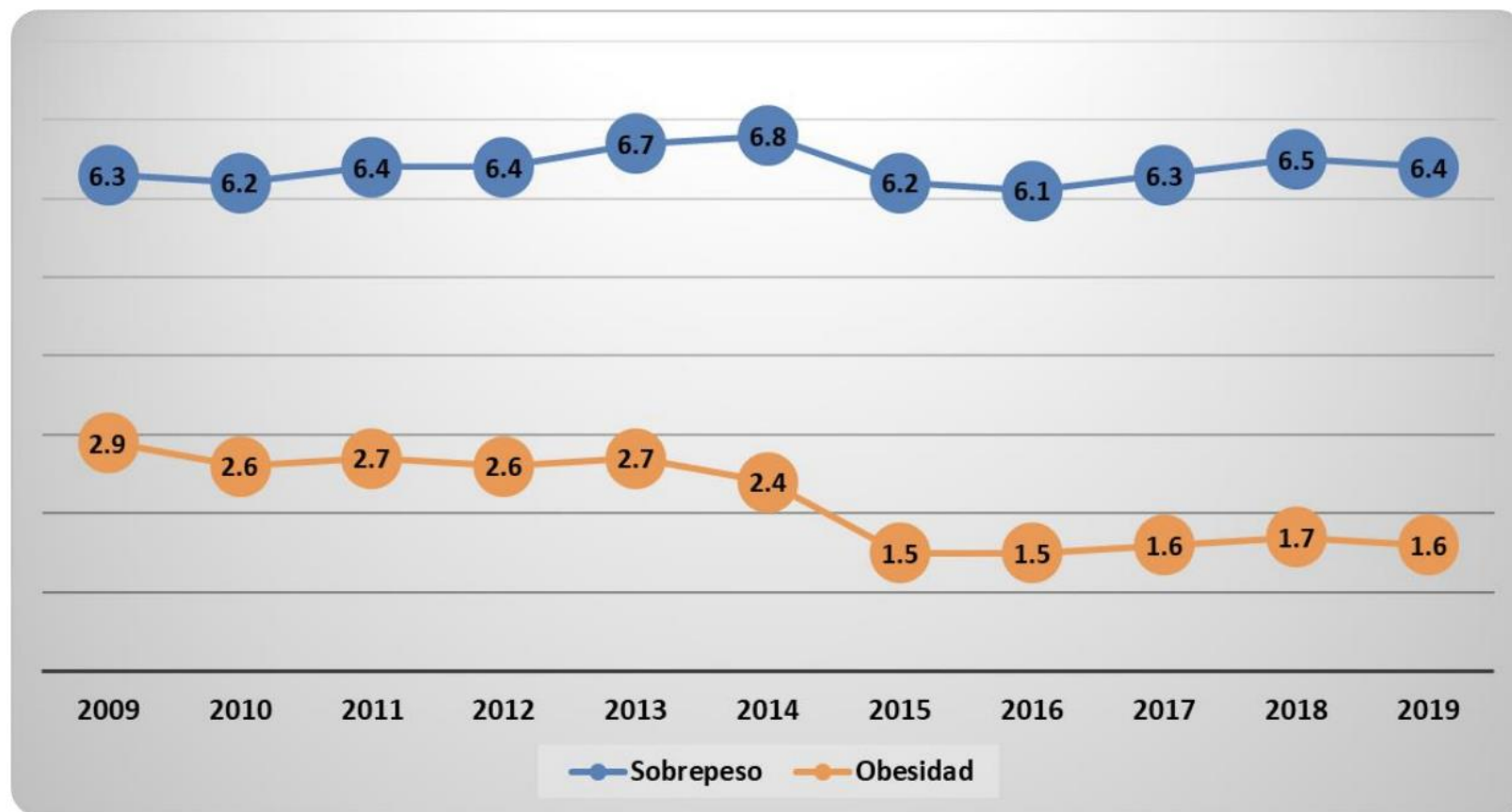


**No
bajemos
la guardia**

Introducción

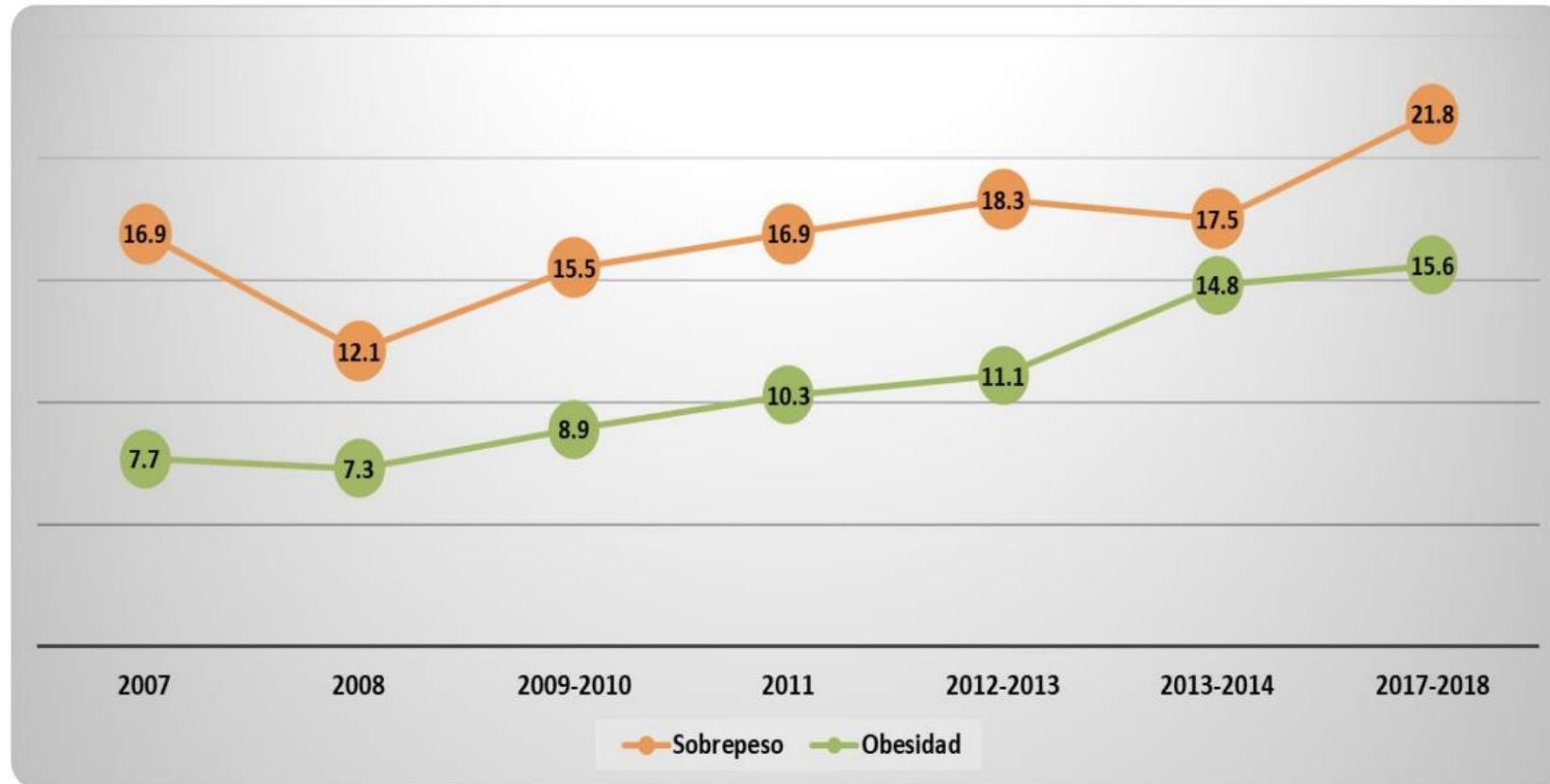
- Preocupación mundial por el estado de salud
- Responsabilidad individual?
 - Enfermedad crónica y progresiva → Mortalidad
 - 2007-2017 Incremento de 36.7% de exceso de peso 1990-2017: 127 incremento
- Sindemia mundial (Lancet):
 - “Presencia de dos o más estados patológicos que interactúan adversamente entre sí, afectando negativamente el curso mutuo de cada trayectoria patológica, aumentando la vulnerabilidad y que se vuelven más perjudiciales por las desigualdades experimentadas”
- 72 millones de muertes y 148 millones de años de vida ajustados por discapacidad
- 4to factor de riesgo de muerte
 - Se ha estimado que alrededor de 3.4 millones de personas mueren al año
- Requiere soluciones sostenibles dentro de ecosistema saludable

Tendencia del sobrepeso y obesidad en menores de 5 años, Perú-2009-2019



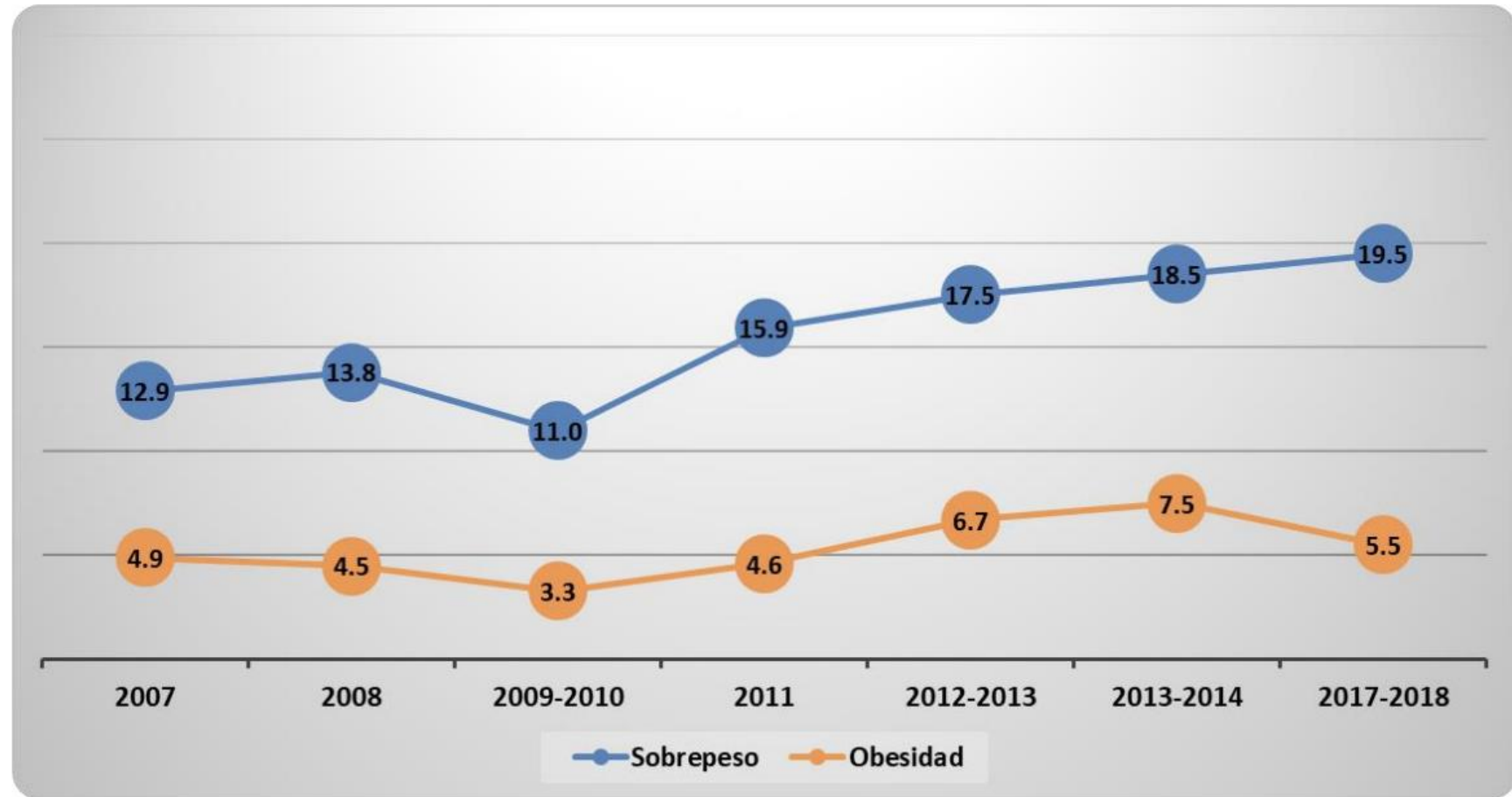
Fuente: INS/CENAN/DEVAN Informe Gerencial 2009 -2012: Estado Nutricional de Niños Menores de 5 años y Gestantes que acuden a los Establecimientos de Salud
INS/CENAN/DEVAN Informe Gerencial 2013-2018: Estado Nutricional en Niños y Gestantes de los Establecimientos de Salud del Ministerio de Salud.
INS/CENAN/DEVAN Indicadores Niños 2019: Estado Nutricional en Niños y Gestantes de los Establecimientos de Salud del Ministerio de Salud.

Tendencia del sobrepeso y obesidad en niños de 5 a 9 años, Perú-2009-2019



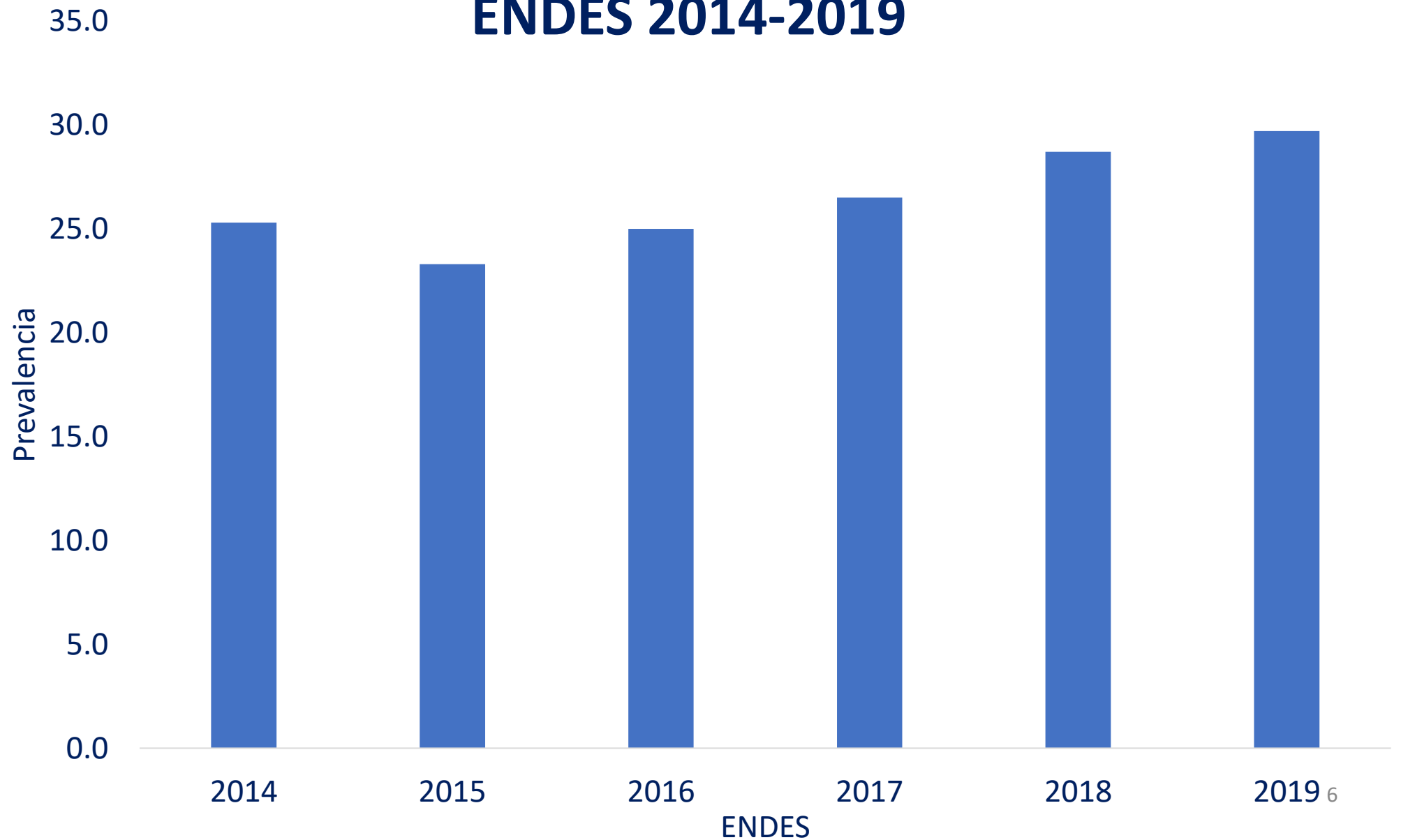
Fuente: INS/CENAN/DEVAN Informe Técnico: Estado Nutricional en el Perú 2011
INS/CENAN/DEVAN Informe Técnico: Estado Nutricional en el Perú por Etapas de Vida 2012-2013
INS/CENAN/DEVAN Estado Nutricional por Etapas de Vida en la Población Peruana 2013-2014
INS/CENAN/DEVAN Reporte preliminar de la Encuesta de Vigilancia Alimentaria nutricional por etapas de vidas VIANEV 2017-2018
Elaborado por el IN/CENAN

Tendencia del sobrepeso y obesidad en adolescentes, Perú- 2009-2019



Fuente: Tarqui C, Sánchez J, y otros. Tendencia del Sobrepeso, obesidad y exceso de peso en el Perú.
INS/CENAN/DEVAN Informe Técnico: Estado Nutricional en el Perú 2011
INS/CENAN/DEVAN Informe Técnico: Estado Nutricional en el Perú por Etapas de Vida 2012-2013
INS/CENAN/DEVAN Estado nutricional por Etapas de Vida en la Población Peruana 2013-2014
INS/CENAN/DEVAN Informe Técnico: Estado nutricional de los adolescentes de 12 a 17 años y adultos mayores de 60 años a más 2017-2018
Elaborado por el INS/CENAN

Prevalencia de exceso de peso, 15 a 19 años ENDES 2014-2019



IMC



Al nivel **nacional**, en el año 2019, el **índice de masa corporal** de las personas de 15 y más años de edad fue **27,0 kg/m²**.

27,5 kg/m²



No se aprecian diferencias relevantes entre mujeres y hombres

26,6 kg/m²

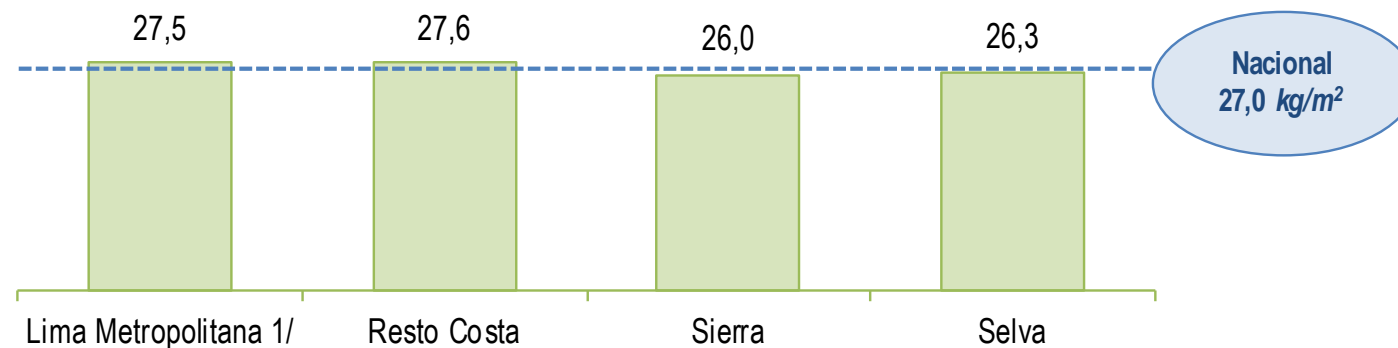


En el **área urbana** fue **27,4 kg/m²**.



En el **área rural** fue **25,5 kg/m²**.

PERÚ: ÍNDICE DE MASA CORPORAL PROMEDIO EN PERSONAS DE 15 Y MÁS AÑOS DE EDAD, SEGÚN REGIÓN NATURAL, 2019



Nota:

1/ Comprende la provincia de Lima y la Provincia Constitucional del Callao.

Cuadro base: Cuadro 1.21 del Informe de Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles, 2019.

Fuente: Instituto Nacional de Estadística e Informática - Encuesta Demográfica y de Salud Familiar.

Sobrepeso



En el **Perú**, el **37,8%** de personas de 15 y más años de edad, presentó **sobrepeso**.



37,0% No se aprecian diferencias relevantes entre mujeres y hombres



38,5%

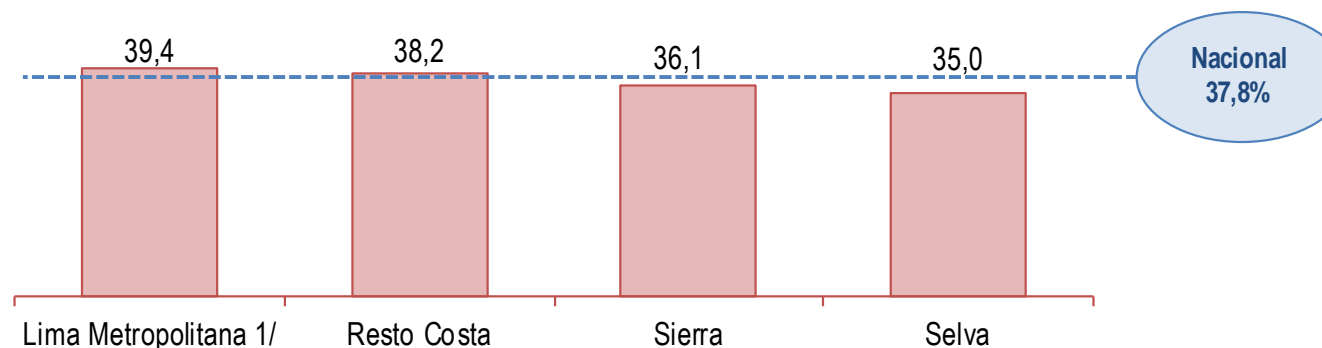


En el área urbana **38,9%** fue mayor



que en el área rural **32,9%**.

PERÚ: PERSONAS DE 15 Y MÁS AÑOS DE EDAD CON SOBREPESO, SEGÚN REGIÓN NATURAL, 2019
(Porcentaje)



Nota:

1/ Comprende la provincia de Lima y la Provincia Constitucional del Callao.

Cuadro base: Cuadro 1.22 del Informe de Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles, 2019.

Fuente: Instituto Nacional de Estadística e Informática - Encuesta Demográfica y de Salud Familiar.

Obesidad



Anivel **nacional**, en el año 2019, **22,3%** de personas de 15 y más años de edad sufren de **obesidad**.



25,8% La **obesidad** fue mayor en **mujeres** que en hombres



18,7%



En el **área urbana** **24,6%** fue mayor que en el **área rural** **13,0%**.

Consumo de frutas y verduras



En el **Perú**, el **11,3%** de personas de 15 y más años de edad **consumió al menos cinco porciones** de frutas y/o ensalada de verduras al día⁷.

12,3%



El consumo fue mayor en mujeres que en hombres

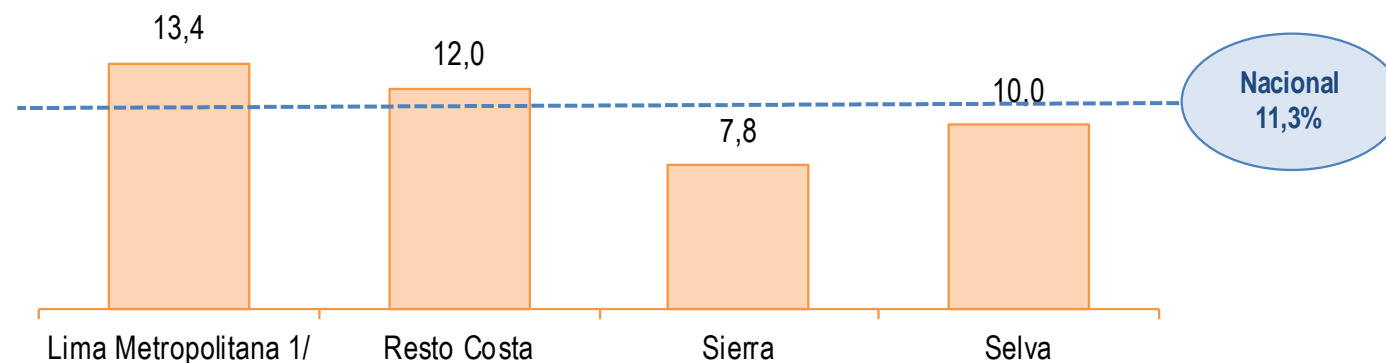
10,2%



En el área urbana **12,6%** fue mayor que en el área rural **5,5%**.



PERÚ: PERSONAS DE 15 Y MÁS AÑOS DE EDAD QUE CONSUMEN AL MENOS CINCO PORCIONES DE FRUTA Y O ENSALADA DE VERDURAS AL DÍA, SEGÚN REGIÓN NATURAL, 2019
(Porcentaje)



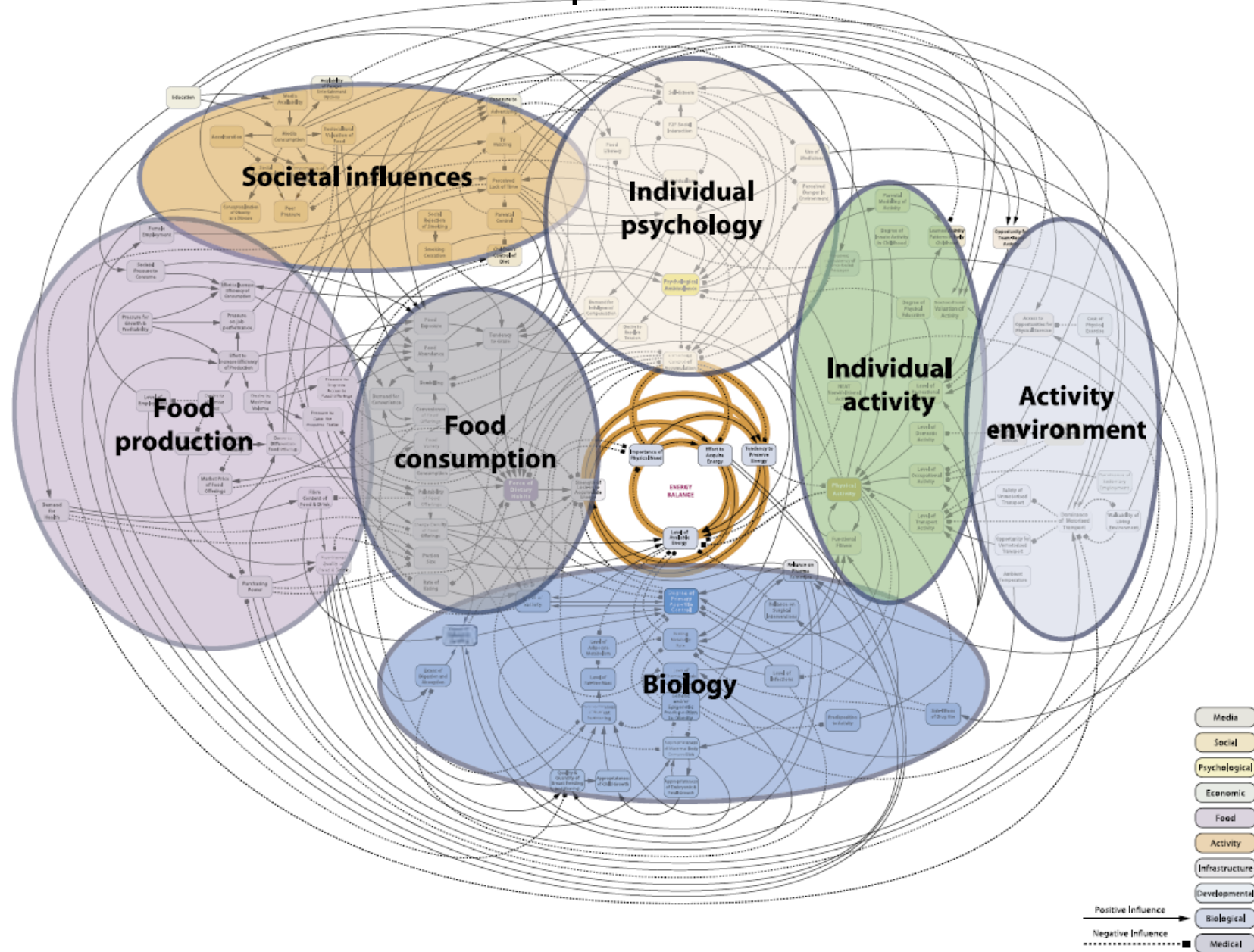
Nota:

1/ Comprende la provincia de Lima y la Provincia Constitucional del Callao.

Cuadro base: Cuadro 1.20 del Informe de Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles, 2019.

Fuente: Instituto Nacional de Estadística e Informática - Encuesta Demográfica y de Salud Familiar.

Marco conceptual de la obesidad



Medidas de salud pública para combatir el problema del sobrepeso y obesidad en Latinoamérica

AICR, OMS, México

Metas en Salud Pública

- Mantenerse delgado dentro del rango de peso normal:
 - IMC poblacional: 21 y 23
 - Mantener o disminuir proporción de población con sobrepeso u obesidad
- Ser físicamente activo como parte de la vida diaria
 - Disminuir a la mitad población sedentaria
 - PAL: > 1.6

Metas de salud pública

- Limitar el consumo de alimentos densos
 - Densidad energética: 125 calorías por 100 g
- Evitar bebidas azucaradas
 - Disminuir a la mitad el consumo de bebidas azucaradas
- Consumir principalmente alimentos de origen vegetal
 - Al menos 400 g de frutas y verduras al día
 - Aumentar consumo de cereales no procesados altos en fibra (aporte 25 g)

Metas de salud pública

- Limitar el consumo de carnes rojas y evitar carnes procesadas
 - 300 gramos de consumo promedio poblacional
- Limitar el consumo de bebidas alcohólicas
- Limitar el consumo de sal
 - Consumo promedio poblacional de sal $< 5\text{g}$ día (2 g sodio)
 - Reducir en 50% el porcentaje de población que consume $\geq 6\text{g}$ sal en 10 años
- Lactancia maternal y alimentación saludable desde la infancia

Metas en salud pública

- Las acciones de prevención y control de obesidad colaboración intensa y comprometida:
 - Sector público, social y privado.

Estrategias en Perú

Ley 30021: Ley de promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes y su reglamento aprobado por DS: 017-2017-SA

- **Objetivo:**
 - Promoción y protección efectiva del derecho a la salud pública al crecimiento y desarrollo adecuado de las personas, a través de las acciones de educación, el fortalecimiento y fomento de la actividad física, la implementación de kioscos y comedores saludables, en las instituciones de educación básica regular y la supervisión de la publicidad y otras prácticas relacionadas con los alimentos, bebidas no alcohólicas dirigidas a niños, niñas y adolescentes para reducir y eliminar las enfermedades vinculadas con el sobrepeso, la obesidad y las enfermedades crónicas conocidas como no transmisibles;

Decreto Supremo 012-2018-SA



RM-033/MINSA:

- Documento Técnico: Criterios de evaluación a quioscos, cafeterías y comedores escolares en instituciones de educación básica regular públicas y privadas para una alimentación saludable
- Fecha: 30 de enero del 2020

2.1. OBJETIVO GENERAL:

Establecer criterios de evaluación a quioscos, cafeterías y comedores escolares, según competencia del Ministerio de Salud, en articulación con el Ministerio de Educación, sus instancias de gestión descentralizada y los gobiernos locales.

2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Promover entornos saludables relacionados a la alimentación saludable a través de los quioscos, cafeterías y comedores escolares de instituciones de educación básica regular públicas y privadas, a nivel nacional.
- Monitorear y evaluar la implementación de quioscos, cafeterías y comedores escolares a nivel nacional, en el marco del Documento Técnico: Lineamientos para la Promoción y Protección de la Alimentación Saludable en las Instituciones Educativas Públicas y Privadas de la Educación Básica, aprobado por Resolución Ministerial N° 195-2019/MINSA.
- Difundir en la comunidad educativa acciones de promoción de la alimentación saludable, en coordinación con el Ministerio de Educación.



RM N° 1353-2018-MINSA: Guías alimentarias para la población peruana (2018)

RM N° 195-2019-MINSA

- Documento Técnico: Lineamientos para la promoción y protección de la alimentación saludable en las instituciones Educativas Públicas y Privadas de la educación básica (2019)
- Listado de alimentos y bebidas permitidas en:
 - Quioscos escolares
 - Cafeterías y comedores escolares



Iniciativas Municipales

Evaluación nutricional antropométrica

Promoción de hábitos saludables dirigido a padres y personal docente:

- Enfermedades no transmisibles a temprana edad, promoción de la actividad física, consumo de alimentos sanos, consumo de agua segura.

Supervisión de la calidad nutricional de los refrigerios escolares

Monitoreo de niños con obesidad y sobrepeso



Municipalidad de Lima



"Mi Refrigerio Saludable".

"Aliméntate sano y Ejercítate a diario"

Iniciativas Municipales



Municipalidad de
Barranco

Escuela Municipal de Fútbol

Talleres deportivos y recreativos a niños, jóvenes, adultos y adultos mayores.

Campañas Integrales de salud gratuitas.

Estado Municipal- Campo de Marte:

- Actividades deportivas, bailes aeróbicos, piscina Municipal
- Actívate Jesús María (último domingo de cada mes)
- Recre actívate (actividad realizada en el IPD)
- Campeonato flash Juvenil

Casa del vecino, Casa del adulto mayor:

- Cocina oriental, charlas de comida saludable
- Tardes Bailables

Centro Cultural de Jesús María:

- Actividades de Turismo cultural



Municipalidad de
Jesús María

Iniciativa en municipalidades

- Programas de promoción de la actividad física y recreativa en espacios públicos: Ciclovía recreativa.
- Creación de espacios acogedores y seguros
- Atención de la salud de personas con obesidad, sedentarismo.
- Atención médica a gestantes y actividades educativas: sesiones demostrativas de alimentación saludable, caminatas, danzas.
- Niños y adolescentes: actividades aeróbicos, danza, ciclismo, gimnasia, vóley, fútbol y maratón con los niños mayores de 03 años.
- Adultos mayores: charlas sobre nutrición saludable, control de la presión arterial, campañas de despistaje de colesterol elevado, glucosa así mismo realizan caminatas, tai chi y danzas.



Municipalidad de
Pachacamac

Iniciativas municipales



- Programa “Punto Saludable” dirigido a los escolares de primaria y secundaria:
 - Promoción de hábitos saludables: educación en alimentación y nutrición con actividades dirigidas a padres, y personal docente en la temática.
 - Loncheras y kioscos saludables: reducir el consumo de sodio, grasas y azúcar.
 - Capacita en nutrición saludable a padres de familia de centros comunales.
- Adulto mayor: Tai Chi,
- Talleres de gastronomía
- Programas Sociales:
 - PAN (sesiones educativas y demostrativas niños de 1 a 5 años y sus padres, evaluación antropométrica).
 - CIAM (Sesiones educativas dirigidas al adulto mayor, evaluación antropométrica, actividad física, deporte).
- Actividades Deportivas: Natación, Fútbol, Voley, Danza, Baile Moderno, Ciclismo (ciclovía)
- Gimnasios Públicos
- Paseos recreativos, Caminatas



Municipalidad
de San Luis

Iniciativas Municipales

Municipalidad
de San Borja



- Evaluación nutricional:
 - Preventorio Vida Saludable: evaluación nutricional
 - Preventorio para niño, adolescente y familia:
- SASA San Borja: Práctica de actividad física en parques.
- Programa Vaso de Leche: Evaluación nutricional, talleres demostrativos y participativos.
- Programa del Adulto Mayor: Talleres de sesiones demostrativas y consulta especializada.
- Programa de atención a personas con discapacidad: Atención integral, consultas, talleres demostrativos y sesiones educativas a los tutores de los usuarios.
- Instituciones Educativas de nivel primario: Talleres y sesiones educativas a padres, estudiantes, docentes y expendedores de alimentos.
- Instituciones Educativas de nivel inicial: Atención integral, consulta y Talleres demostrativos.
- Programa Club de la nutrición infantil, PRONOEIS Y SET: Atención integral, consultas, talleres demostrativos y sesiones educativas.

Iniciativas municipales

Programa de Verano en Comas:

- Semillero de natación, Mundialito de menores,
- Campeonatos de vóley interzonales, para personas con habilidades diferentes, categoría infantil
- Aeróbicos Dominicales, Gimnasia artística al aire libre
- Ciclovía recreativa- meta 30, Bicicleteada recreativa escolar vecinal, Jornada de Bici aeróbicos
- Campañas de salud en beneficio de la comunidad
- Talleres sobre Enfermedades no transmisibles (obesidad, diabetes y otras enfermedades cardiovasculares)
- Vigilancia nutricional a niños de 0 a 5 años de edad de los programas sociales de base- comedores.
- Escuelas de padres en instituciones educativas



Iniciativas municipales

- Campañas de salud:
 - Diagnóstico y seguimiento de población en riesgo
 - Campañas para detectar y seguir otras enfermedades crónicas
- Acciones para mejorar actividad física:
 - Campeonatos
 - Maratones, ciclismo, caminatas, baile, aeróbicos
 - Ciclovías
 - Espacios para actividad física: parques, calles, vías
 - Turismo
 - Días exclusivos para familias para aumentar actividad física
 - Espacios seguros

Iniciativas municipales

- Acciones educativas, sesiones educativas:
 - Instituciones educativas: kioscos/cafeterías/comedores, padres de familia, docentes
 - Acciones con programas o instituciones sociales:
 - Vaso de leche
 - Comedores populares
 - Centros comunales
 - Talleres gastronómicos
 - Escuela de padres
 - Adultos mayores

Conclusiones

- Perú tiene un gran problema:
 - Exceso peso
 - Alto consumo de hidratos de carbono
 - Consumo de azúcar
 - Poca actividad física
- Obesidad un problema complejo:
 - Metas a nivel individual
 - Compromiso de acción del sector público, privado y sociedad
- Perú está implementando algunas estrategias:
 - Ley 30021: Alimentación Saludable
 - Resoluciones Ministeriales de apoyo a la Ley
 - Guías alimentarias
 - Municipalidades involucradas

¿Qué hacer?

- Ampliar estrategias para mejorar la alimentación y actividad física:
 - Gobierno central y gobierno regional
 - Sector privado: centros comerciales, empresas de alimentos, restaurantes, venta de alimentos “naturales”
 - Ampliar espacios seguros
 - Supervisar cumplimiento de octógonos en todos los alimentos
 - Cambiar el paladar de sabor dulce, salado
 - Empezar desde la infancia: Lactancia Materna y alimentación niñez y adolescencia
 - Incluir una estrategia global que incluya todas las formas de malnutrición
- Enfocar estrategias que involucren todos los sectores:
 - Agricultura, educación salud, economía, transporte y comunicaciones, turismo, interior
 - Trabajar con el sector privado
- Programas sociales

Muchas gracias!!!