



Revista Médica Herediana  
ISSN: 1018-130X  
ISSN: 1729-214X  
juan.miyahira@upch.pe  
Universidad Peruana Cayetano Heredia  
Perú

## Ganancia de peso durante el confinamiento por la COVID-19 en la población peruana

**Pinedo-Soria, Antony; Pasco-Ramírez, Freddy; Cubas, W. Samir**

Ganancia de peso durante el confinamiento por la COVID-19 en la población peruana

Revista Médica Herediana, vol. 33, núm. 1, 2022

Universidad Peruana Cayetano Heredia, Perú

**Disponible en:** <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=338070598007>

**DOI:** <https://doi.org/10.20453/rmh.v33i1.4172>



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional.


# Ganancia de peso durante el confinamiento por la COVID-19 en la población peruana

Weight gain during COVID-19 confinement in the Peruvian population

Antony Pinedo-Soria <sup>a</sup>  
Universidad Nacional de San Martín, Perú  
apinedos@alumno.unsm.edu.pe

DOI: <https://doi.org/10.20453/rmh.v33i1.4172>  
Redalyc: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=338070598007>

 <https://orcid.org/0000-0003-2873-7429>

Freddy Pasco-Ramírez <sup>b</sup>  
Universidad Nacional de San Martín, Perú  
 <https://orcid.org/0000-0003-1683-1>

W. Samir Cubas <sup>c</sup>  
Hospital Nacional Edgardo Rebagliati Martins, Perú  
 <https://orcid.org/0000-0002-5380-7372>

Recepción: 11 Noviembre 2021  
Aprobación: 21 Enero 2022

## SEÑOR EDITOR:

La pandemia por la COVID-19 viene generando una crisis en la salud pública mundial, ocasionando más de 248 millones de casos y al menos 5 millones de fallecidos alrededor del mundo (1). Esto ha afectado en una mayor proporción a países de América Latina, como Perú, donde ha llegado a generar más de 2,2 millones de casos y más de 200 mil defunciones, con una tasa de letalidad de 9,09 %, donde los adultos mayores de 50 años son los más afectados (2).

Sin embargo, en el inicio de la pandemia, las autoridades sanitarias establecieron medidas para reducir el contagio masivo, como el uso obligatorio de mascarillas, distanciamiento social y cuarentena (3). Estas medidas han generado que algunas personas limiten sus actividades físicas cotidianas y promuevan indirectamente un sedentarismo (4).

Recientes estudios han descrito que el confinamiento ha generado una ganancia de peso entre 1-3 kg (5). En nuestro país se observó también un ligero aumento en más de dos puntos porcentuales en el primer año de la pandemia (tabla 1) (6), por lo que es una preocupación en nuestro sistema de salud, debido que se ha descrito que padecer afectación metabólica, predispone a formas graves de la infección por la COVID-19 (7).

## NOTAS DE AUTOR

a Estudiante de Medicina

b Estudiante de Medicina

c Médico Cirujano

Correspondencia: Antony Pinedo Soria. Dirección: Jr. Lima 818. San Martín, Perú. Celular: 51 994629282 / Correo electrónico: apinedos@alumno.unsm.edu.pe

A pesar de que la cuarentena implementada a nivel mundial ha mermado el riesgo de propagación de la COVID-19, muchas personas adquirieron estilos de vida saludables (8); sin embargo, cabe la posibilidad que algunas otras pudiesen estar en riesgo de desarrollar enfermedades metabólicas a causa de hábitos nocivos.

La actividad física es una estrategia fundamental para combatir los estilos de vida poco saludables; sin embargo, actualmente deberían acompañarse de evaluaciones médicas periódicas mediante telemedicina para el diagnóstico y tratamiento oportuno, y con un menor riesgo de contagio por la COVID-19. La evaluación médica guiada por telemedicina podrían ser una alternativa favorable en la actualidad, logrando superar las barreras de acceso y con un mayor ámbito de intervención sobre los factores de riesgo cardiovascular durante el confinamiento por la pandemia.

**TABLA 1**  
Incidencia de exceso de peso en personas mayores de 15 años

<b>Años</b>	<b>2013</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>	<b>2016</b>	<b>2017</b>	<b>2018</b>	<b>2019</b>	<b>2020</b>
<b>Sobrepeso (%)</b>	<b>33,8</b>	<b>36,1</b>	<b>35,5</b>	<b>35,5</b>	<b>36,9</b>	<b>37,3</b>	<b>37,8</b>	<b>39,9</b>
<b>Obesidad (%)</b>	<b>18,3</b>	<b>18,5</b>	<b>17,8</b>	<b>18,3</b>	<b>21,0</b>	<b>22,7</b>	<b>22,3</b>	<b>24,6</b>

Instituto Nacional de Estadística e Informática-Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES), Perú:  
Enfermedades No transmisibles y transmisibles 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019 y 2020 (6)

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Center for Systems Science and Engineering (CSSE), Johns Hopkins University. COVID-19 Dashboard. Baltimore: Johns Hopkins University; 2020. (Citado el 4 de noviembre de 2021) Disponible en: <https://coronavirus.jhu.edu/map.html>
2. Ministerio de Salud. Covid 19 en el Perú. Lima: Ministerio de Salud; 2021. (Citado el 4 de noviembre de 2021) Disponible en: [https://covid19.minsa.gob.pe/sala\\_situacional.asp](https://covid19.minsa.gob.pe/sala_situacional.asp)
3. Güner R, Hasanoğlu İ, Aktaş F. Covid-19: Prevention and control measures in community. Turkish J Med Sci. 2020; 50(SI-1):571-7. Doi: 10.3906/sag-2004-146
4. Bornstein SR, Dalan R, Hopkins D, Mingrone G, Boehm BO. Endocrine and metabolic link to coronavirus infection. Nat Rev Endocrinol. 2020; 16(6):297-8. Doi: 10.1038/s41574-020-0353-9
5. López de la Torre M, Bellido D, Monereo S, et al. Ganancia de peso durante el confinamiento por la COVID-19; encuesta de la Sociedad Española de Obesidad. BMI. 2020; 10(2):2774-2781. (Citado el 4 de noviembre de 2021) Disponible en: <https://www.bmi-journal.com/index.php/bmi/article/view/739>
6. Instituto Nacional de Estadística e Informática del Perú. ENDES Realizadas. Lima: Instituto Nacional de Estadística e Informática del Perú; 2021. (Citado el 4 de noviembre de 2021) Disponible en: <https://proyectos.inei.gob.pe/endes/>
7. Singh AK, Gupta R, Ghosh A, Misra A. Diabetes in COVID-19: Prevalence, pathophysiology, prognosis and practical considerations. Diabetes Metab Syndr Clin Res Rev. 2020; 14(4):303-10. Doi: 10.1016/j.dsx.2020.04.004
8. Bracale, R, Vaccaro CM. Changes in food choice following restrictive measures due to Covid-19. NMCD. 2020; 30(9):1423-1426.

## ENLACE ALTERNATIVO

<https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RMH/article/view/4172/4720> (pdf)