

Ticos son los más gorditos de Centroamérica

# Costa Rica subió unos kilitos

◆ **ALEJANDRA HERRERA Q.**

alejandra.herrera@lateja.co.cr

**Mas panzoncitos** y rellenitas hay en el país, según un estudio de Kantar World Panel que reveló que de Centroamérica, Costa Rica tiene a la gente más gordita.

De acuerdo con los numeritos, 47 de cada 100 ticos están obesos y 30 de cada 100 tienen sobrepeso, problemas que le generan a la Caja altos costos en tratamientos por padecimientos del “reloj”.

Mientras que en otros países centroamericanos la obesidad anda entre el 7% y 24% de la población.

La nutricionista Tania Robert explicó que la enfermedad cardiovascular es la que provoca más muertes en el mundo.

“Tanto la obesidad, como la presión arterial y el colesterol son parte de los principales riesgos para sufrir un infarto al corazón o un derrame cerebral”, agregó.

Se dice que para reducir los riesgos de muerte por este problema lo



**La gente debe comer más frutas y verduras.** ARCHIVO

ideal es consumir alimentos ricos en omega 3, como el pescado o el atún, que además ayudan a evitar la muerte súbita y reducen la presión arterial.

El estudio también se enfocó en la población centroamericana y una gran mayoría dijo que le preocupa mucho su presión, otro montón dice que se cuida más el colesterol, otros el sobrepeso, gastritis y el estrés.

## LES PREOCUPA

**En Costa Rica** el 70% de las personas están preocupadas por el colesterol y la presión, mientras que en Panamá también les preocupa esto a la gran mayoría. La gastritis y los huesos preocupan más a los salvadoreños. Y en Guatemala el sobrepeso es un tema alarmante.