



**MINISTERIO
DE SALUD**

**GOBIERNO
DE COSTA RICA**

INFORME TÉCNICO IT-DVS-UE-ICR-006-2026

INFORME DE PESO Y TALLA PROMEDIO POR EDAD Y SEXO

Población adolescente de 13 a 18 años

Fuente: base ECVNAF2018

**Elaborado por:
Ivannia Caravaca Rodríguez**

**Fecha de elaboración (10/09/2026)
Versión 1**





Tabla de contenido

Introducción	1
Objetivo	2
Metodología	2
Resultados.....	3
Utilidad para la vigilancia y las necesidades nacionales de información	6



Introducción

La adolescencia constituye una etapa de crecimiento y maduración en la que ocurren cambios biológicos, corporales y psicosociales relevantes. En este periodo, la vigilancia del crecimiento y del estado nutricional aporta información esencial para orientar acciones de promoción de la salud, prevención de la malnutrición y formulación de intervenciones dirigidas a la población adolescente. (1) En Costa Rica, la Encuesta Colegial de Vigilancia Nutricional y Actividad Física 2018 se desarrolló con el propósito de establecer una línea base nacional de indicadores antropométricos, actividad física y hábitos de consumo de la población colegial. (2)

La encuesta fue liderada por el Ministerio de Salud, con participación del Ministerio de Educación Pública, la Caja Costarricense de Seguro Social, INCIENSA, la Universidad de Costa Rica, el Instituto Nacional de Estadística y Censos y el apoyo de UNICEF (2). El informe de resultados publicado en 2020 presentó la situación nutricional principalmente mediante el índice de masa corporal (IMC), además de información sobre alimentación, percepción del peso, sedentarismo, sueño y actividad física. Aunque la base de datos contiene las mediciones de peso y talla utilizadas para construir los indicadores antropométricos, dicho informe no presentó de forma específica los promedios de peso y talla desagregados simultáneamente por edad en años cumplidos y sexo.

En atención a necesidades nacionales de información para vigilancia nutricional, planificación, investigación y toma de decisiones, el presente documento constituye una publicación complementaria de esos datos antropométricos. Se presentan los promedios de peso y talla para hombres y mujeres de 13 a 18 años cumplidos, derivados de la base ECVNAF2018. La finalidad es ampliar la disponibilidad y el uso de la información



generada por la encuesta, en concordancia con su propósito de apoyar la toma de decisiones y fortalecer la vigilancia nutricional de la población colegial, sin sustituir el informe oficial de resultados ni interpretar los promedios aislados como una clasificación del estado nutricional individual (2).

La disponibilidad de promedios de peso y talla por edad y sexo facilita la consulta de valores descriptivos de la población estudiada y responde a requerimientos técnicos que no quedaron desagregados de esta manera en el informe general de la encuesta. Su publicación puede apoyar la elaboración de diagnósticos situacionales, documentos técnicos, análisis comparativos y procesos de vigilancia nutricional. Para estimaciones inferenciales de alcance nacional deben considerarse el diseño muestral, los factores de expansión y la incertidumbre de las estimaciones.

Objetivo

Describir el peso y la talla promedio de la población adolescente, desagregados por edad en años cumplidos y sexo, excluyendo del análisis a las personas de 19 años.

Metodología

Fuente de datos y población analizada.

Se utilizó la base ECVNAF2018 correspondiente a la Encuesta Colegial de Vigilancia Nutricional y Actividad Física 2018. La población objetivo original estuvo constituida por estudiantes de colegios diurnos públicos y privados del país, matriculados principalmente en octavo, noveno y décimo año. La encuesta utilizó una muestra probabilística polietápica estratificada; la muestra final reportada en fue de 8.297 estudiantes.

Mediciones antropométricas.



El levantamiento original utilizó balanzas digitales y tallímetros portátiles. El peso se registró en kilogramos con un decimal y la talla en centímetros con un decimal, repitiéndose las mediciones. En el procesamiento original se generaron las variables validadas de peso y talla a partir de la media de las dos mediciones realizadas.

Variables y procesamiento para este informe.

Se analizaron edad en años cumplidos (EDAD), sexo (SEXO), peso promedio (PESOPROM) y talla promedio (TALLAPRO). El análisis se restringió a las edades de 13 a 18 años; se excluyeron las personas de 19 años, así como códigos de no respuesta y valores antropométricos inválidos o utilizados como códigos especiales en la base. Para cada combinación de edad y sexo se calculó la media aritmética del peso y de la talla y se reportó el número de observaciones válidas.

Alcance del análisis.

Los resultados que se presentan son descriptivos de los registros válidos incluidos en la base analizada. No constituyen por sí solos una valoración del estado nutricional. Para este fin, la interpretación debe complementarse con indicadores antropométricos ajustados por edad y sexo, de acuerdo con la Norma Nacional de uso de las gráficas antropométricas para la valoración nutricional de la población de 0 a 19 años y con la referencia de crecimiento de la Organización Mundial de la Salud para 5 a 19 años.

Resultados

Tabla 1.

Costa Rica. Peso y talla promedio por edad en años cumplidos y sexo, 13–18 años, 2018



Edad (años)	Sexo	Peso		Talla	
		<i>n válido</i>	<i>Promedio (kg)</i>	<i>n válido</i>	<i>Promedio (cm)</i>
13	Hombre	267	55,43	267	162,34
	Mujer	371	52,52	371	155,89
14	Hombre	1.157	57,17	1.156	164,59
	Mujer	1.367	54,81	1.364	157,02
15	Hombre	1.161	61,55	1.159	167,75
	Mujer	1.373	56,29	1.372	157,73
16	Hombre	961	64,12	961	169,79
	Mujer	1.016	57,34	1.016	158,17
17	Hombre	302	66,34	302	170,22
	Mujer	254	58,24	254	157,83
18	Hombre	93	68,76	90	170,58
	Mujer	57	57,70	57	157,20

Fuente: elaboración propia con base en la base de datos ECVNAF2018, Ministerio de Salud, Costa Rica.

Principales hallazgos.

En los hombres, tanto el peso como la talla promedio muestran un incremento progresivo con la edad: el peso pasa de 55,43 kg a los 13 años a 68,76 kg a los 18 años, mientras que la talla aumenta de 162,34 cm a 170,58 cm.

En las mujeres, el peso promedio aumenta de 52,52 kg a los 13 años hasta alcanzar 58,24 kg a los 17 años, y se sitúa en 57,70 kg a los 18 años. La talla femenina se mantiene relativamente estable a partir de los 15 años, alrededor de 157–158 cm.

Diferencias por sexo.

A todas las edades analizadas, la talla promedio es mayor en los hombres. La diferencia es de aproximadamente 6,45 cm a los 13 años y supera los 13 cm entre los 17 y 18 años.



En peso, los hombres también presentan promedios superiores en todas las edades; la diferencia se amplía especialmente a partir de los 15 años.

Gráfico 1. Costa Rica. Peso promedio por edad en años cumplidos y sexo.2018

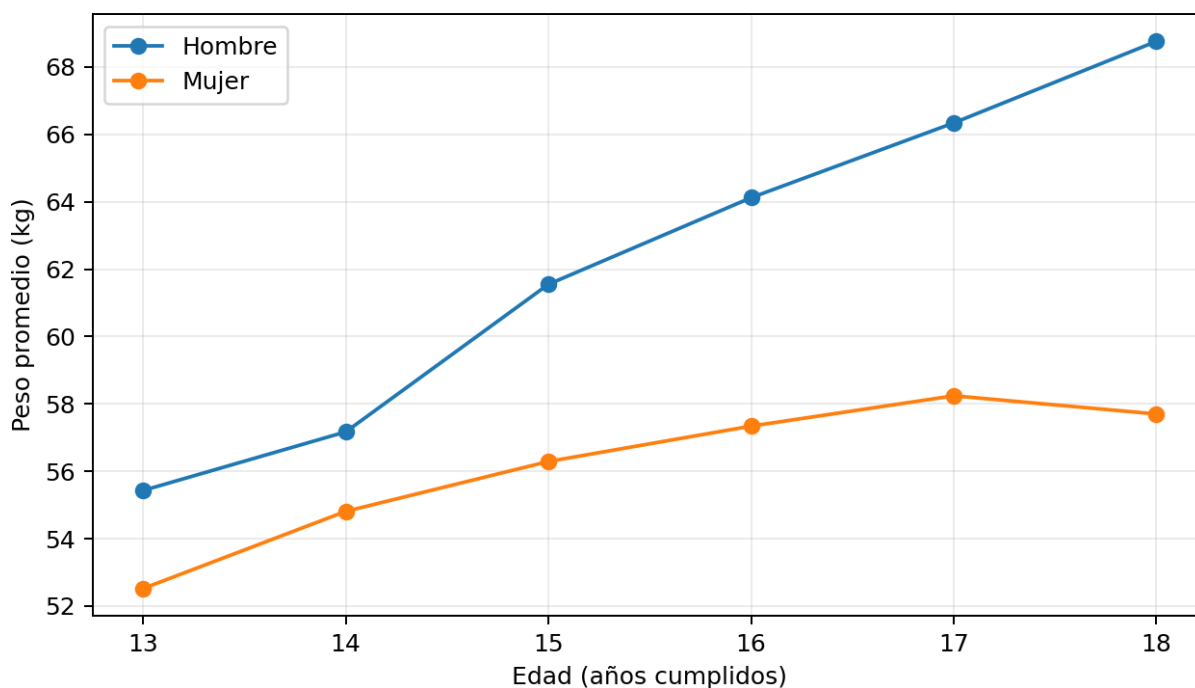
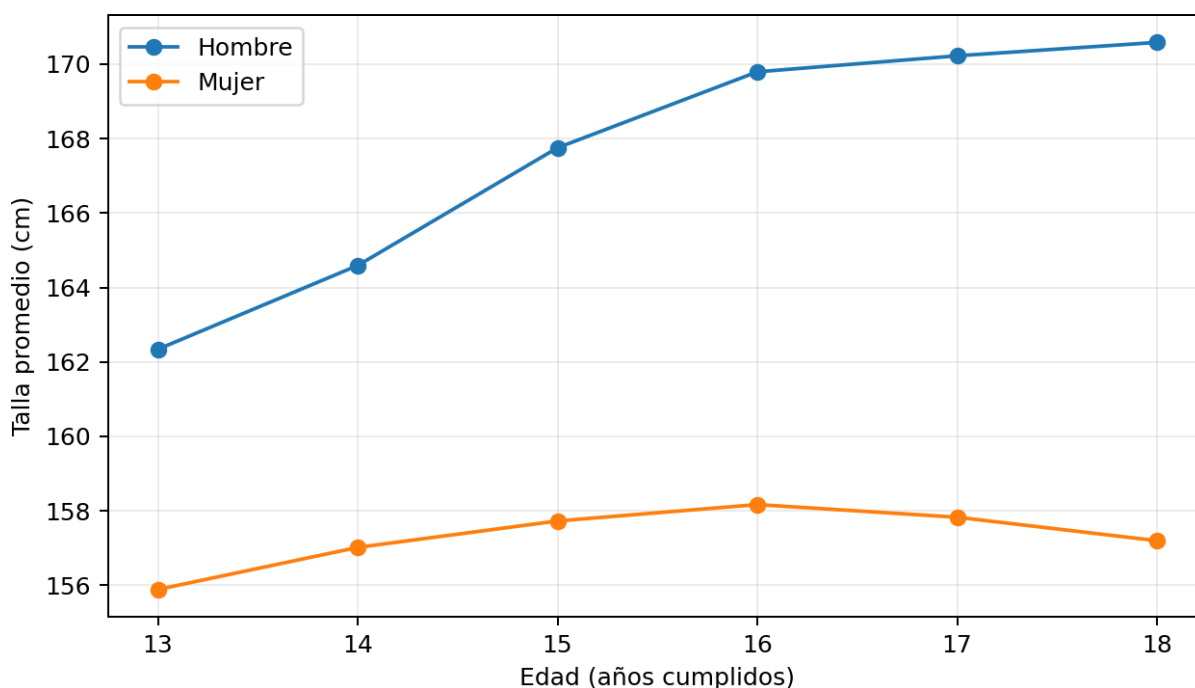


Gráfico 2. Costa Rica. Talla promedio por edad en años cumplidos y sexo.2018

Fuente: elaboración propia con base en la base de datos ECVNAF2018, Ministerio de Salud, Costa Rica.



Fuente: elaboración propia con base en la base de datos ECVNAF2018, Ministerio de Salud, Costa Rica.

Utilidad para la vigilancia y las necesidades nacionales de información

La publicación de estos promedios amplía el aprovechamiento de la información recolectada en 2018 y permite contar con una referencia descriptiva adicional por edad y sexo. Esta desagregación puede ser útil para la vigilancia nutricional, la planificación de intervenciones, la formulación de documentos técnicos, la docencia y la investigación, así como para responder solicitudes de información de instituciones y actores nacionales.

El informe general de la Encuesta Colegial estableció una línea base nacional y señaló que la disponibilidad de información actualizada debía favorecer la toma de decisiones y la implementación de un sistema de vigilancia nutricional de la población colegial. En concordancia con ese propósito, este informe complementario pone a disposición resultados de peso y talla promedio que no fueron presentados con esta desagregación



en la publicación general, preservando el carácter descriptivo de los datos y sus limitaciones metodológicas.

Consideraciones para la interpretación

El tamaño de los grupos no es uniforme.

Las edades de 14 a 16 años concentran la mayor cantidad de observaciones, mientras que a los 18 años el número de casos es considerablemente menor, especialmente en mujeres (n=57). Por ello, los promedios de las edades con menor n deben interpretarse con mayor cautela.

Estos resultados son descriptivos.

La media permite resumir el comportamiento central del peso y la talla, pero no describe por sí sola la dispersión, la distribución ni el estado nutricional individual. Para análisis nutricionales se recomienda complementar con indicadores antropométricos ajustados por edad y sexo, según el objetivo del estudio.

Conclusión

Entre los 13 y 18 años se observa un patrón diferenciado por sexo. En los hombres, el crecimiento promedio en talla y el aumento de peso continúan de manera marcada a través de las edades analizadas. En las mujeres, la talla promedio muestra mayor estabilización desde aproximadamente los 15 años, mientras que el peso presenta variaciones más moderadas. La exclusión de los 19 años permite mantener el análisis dentro del rango definido para este informe y evita incorporar grupos con una cantidad de observaciones insuficiente para una descripción estable.

Recomendaciones



1. Incorporar estos resultados como información complementaria de la Encuesta Colegial de Vigilancia Nutricional y Actividad Física 2018.
2. Mantener y fortalecer la vigilancia periódica del estado nutricional de la población adolescente, con desagregación por edad y sexo que permita identificar cambios temporales y orientar intervenciones.
3. Para publicaciones que pretendan realizar inferencia a la población nacional, estimar los indicadores considerando el diseño complejo de la encuesta, los factores de expansión y, cuando corresponda, intervalos de confianza.
4. Complementar los promedios de peso y talla con indicadores de talla para la edad e IMC para la edad, utilizando la normativa nacional vigente y las referencias de crecimiento de la OMS para población de 5 a 19 años.
5. Promover el uso de la información por parte del Ministerio de Salud, MEP, CCSS, instituciones académicas y otros actores para apoyar políticas, programas y acciones intersectoriales de nutrición, actividad física y prevención de enfermedades no transmisibles.
6. Conservar la trazabilidad metodológica de futuras publicaciones, documentando los criterios de depuración, exclusión, denominadores válidos y procedimientos estadísticos utilizados.

Referencias Bibliográficas

1. Ministerio de Salud de Costa Rica. (2020). Informe de resultados: Encuesta Colegial de Vigilancia Nutricional y Actividad Física. Costa Rica, 2018. San José, Costa Rica.



2. de Onis, M., Onyango, A. W., Borghi, E., Siyam, A., Nishida, C., & Siekmann, J. (2007). Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. Bulletin of the World Health Organization, 85(9), 660–667.
<https://doi.org/10.2471/BLT.07.043497>
3. Poder Ejecutivo de Costa Rica. (2018). Decreto Ejecutivo N.º 40882-S: Declaratoria de interés público y nacional de la Encuesta Colegial de Vigilancia Nutricional y Actividad Física. Costa Rica.
4. Poder Ejecutivo de Costa Rica. (2015). Decreto Ejecutivo N.º 39317-S: Oficialización de la Norma Nacional del uso de gráficas antropométricas para la valoración nutricional de la población de 0 a 19 años. La Gaceta, Costa Rica.

UNIDAD ORGANIZATIVA

Unidad de Epidemiología

Firmado digitalmente por
IVANNIA CARAVACA
RODRIGUEZ (FIRMA)
Fecha: 2026.09.10 14:30:47
-06'00'

Ivannia Caravaca Rodríguez

Cargo: Nutricionista Epidemióloga