

Título Estudio sobre Salud

Tipo de Producto Informe Técnico

Autores Centro de Investigaciones Sociales (Voices! – Fundación UADE)

Código del Proyecto y Título del Proyecto

A15S50 - Centro de Investigaciones Sociales (CIS)

Responsable del Proyecto

Carballo Marita

Línea

Opinión Pública

Área Temática

Comunicación

Fecha

Enero 2016

INSOD

Instituto de Ciencias Sociales y Disciplinas
Proyectuales

UADE 

Estudio sobre Salud

De publicar la encuesta mencionar la fuente como:
CIS | Voices! – Fundación UADE

CIS

Centro de Investigaciones Sociales

UADE-VOICES!



Estudio sobre Salud

ESTUDIO DEL CENTRO DE INVESTIGACIONES SOCIALES (CIS) VOICES! - FUNDACIÓN UADE

- ✓ **La mitad de los argentinos no hace ejercicio físico**
- ✓ **La mayoría de la población piensa que debería cambiar sus hábitos alimenticios**

El Centro de Investigaciones Sociales (CIS) Voices! – Fundación UADE realizó un estudio de opinión pública a nivel nacional con el objetivo de analizar la percepción de los ciudadanos sobre distintos temas vinculados a la salud.

El CIS surge como una iniciativa conjunta del Instituto de Ciencias Sociales y Disciplinas Proyectuales de la Fundación UADE y Voices! Research and Consultancy, con el propósito de desarrollar instrumentos informativos y generar un reservorio de relevamientos de opinión pública sobre diversas problemáticas de la sociedad argentina.

El objetivo de esta investigación fue abordar distintos aspectos de la problemática de salud. Por un lado, interesa conocer cómo evalúa la población su propio estado de salud, si consultaron al médico en el último año, si realizaron actividades físicas y distintas cuestiones referidas a padecimiento de dolencias, hábitos saludables y alimentación.

El trabajo se realizó tomando como base una encuesta realizada en todo el país a 1000 personas de 16 años y más, utilizando entrevistas personales como instrumento de recolección.

RESUMEN DEL ESTUDIO

Principales resultados:

- 8 de cada 10 entrevistados calificó de manera positiva a su salud: muy buena el 26% y buena el 54%.
- Casi 7 de cada 10 (el 66%) consultó al médico en los últimos 12 meses para realizarse un control o un chequeo mientras que el 34% no lo hizo.
- Casi la mitad de la población declara no hacer actividad física (el 53% de los entrevistados). Esta cifra trepa a 6 de cada 10 en el nivel socioeconómico bajo. Por otra parte, un 47% señaló, en cambio, hacer algún tipo de actividad. En cuanto a la frecuencia, un 10% del total señala hacer actividades una vez por semana o menos, el 14% 2 veces por semana y casi un cuarto (el 23%) 3 o más veces a la semana.
- En cuanto a los deportes que practican el *fútbol* fue el más mencionado (el 31% de quienes manifestaron practicar deportes). Otro 30% dijo practicar *caminatas como ejercicio*, un 16% declaró hacer *aerobics o sesiones grupales de gimnasio*, otro 14% dijo *correr* y guarismos menores al 10% declararon hacer *básquet, vóley, tenis, natación, entrenamiento con pesas/aparatos, yoga/pilates y baile* para ejercicio.
- 7 de cada 10 entrevistados declararon estar informados sobre lo que es una alimentación sana: un 21% dijo que estaba muy informado y un 52% bastante informado.
- Cuando se les preguntó si necesitaban cambiar sus hábitos de alimentación la mayoría piensa que sí: 1 de cada 10 señaló que los debería cambiar radicalmente, y 6 de cada 10 dijo que deberían cambiar algunos de sus hábitos. Finalmente 2 de cada 10 expresaron en que no debería cambiar nada.
- Al preguntarles a los encuestados si habían realizado alguna serie de conductas saludables en el último año, el 75% dijo que había *leído los vencimientos de los productos*, un 64% dijo que se había *controlado su peso*, otro 47% dijo que había *leído las etiquetas para ver la lista de ingredientes de los productos*, el 46% dijo que había *controlado la grasa que ingería*, un 45% que *controlaba su colesterol*, otro 41% que *consumía productos de bajas calorías*, un 33% que estaba *atento a los nuevos productos saludables* y un 26% que había consumido *productos orgánicos*.
- Se preguntó a los entrevistados si habían padecido una serie de problemas o dolencias en el último mes: 7 de cada 10 declararon que se sintieron muy

preocupados, 6 de cada 10 respectivamente *sin energía*, *estresados de tanto trabajo*, *irritables o de mal genio*. 5 de cada 10 se sintieron *vacíos o deprimidos* y 4 de cada 10 tuvieron *problemas para dormir* en el último mes.

- Al indagar si habían probado tranquilizantes en los últimos 12 meses 1 de cada 10 personas contestó afirmativamente y un guarismo similar indicó que había consultado a un psicólogo o psiquiatra.

Comentarios:

- Analizando los resultados de la encuesta, Constanza Cilley, Directora Ejecutiva de *Voices!*, dijo: “Los estudios sobre hábitos de la salud a menudo reflejan una contradicción entre creencias y conductas. Así, esta investigación del CIS muestra que mientras la mayoría de las personas declara saber lo que es una alimentación sana, todavía no la ha incorporado a su vida. Promover este cambio de conductas e incentivar la realización de ejercicio físico son dimensiones claves en el mejoramiento de la salud de los argentinos.”
- Asimismo, Andrés Cuesta, Director de Investigación y Extensión de Fundación UADE, señaló: “Resultan de interés las diferencias de género detectadas en relación con la percepción y los hábitos de salud. Mientras los varones tienden a evaluar mejor su propio estado de salud, al mismo tiempo reconocen en menor medida que las mujeres, la realización del chequeo anual. Resultados de estas características constituyen información útil para la planificación de políticas de prevención y promoción de la salud, generando conciencia en la importancia de la detección temprana de problemas o enfermedades”.

EL ESTUDIO

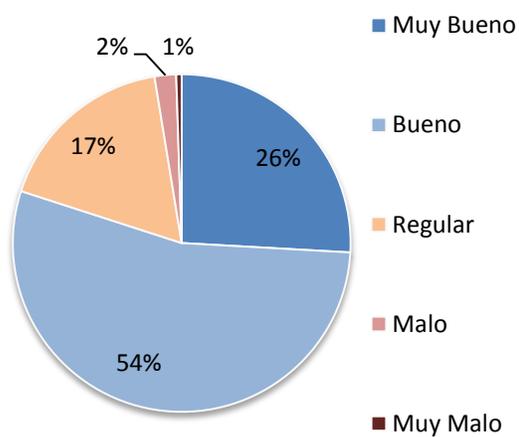
1. Autoevaluación de la salud

Interesa conocer en primer lugar cómo evalúan las personas a su propio estado de salud. Se presentan seguidamente los resultados obtenidos.

AUTOEVALUACIÓN DE LA SALUD

La mayoría tiende a calificar positivamente su salud

Hablando específicamente de su salud, en general, ¿cómo describiría su estado de salud hoy en día?



Evaluación positiva de la salud por total y segmentos sociodemográficos

		Total	80%
Género	Hombres		86%
	Mujeres		74%
Edad	16 – 29		90%
	30 – 49		83%
	50 y más		66%
Nivel Socio Económico	Alto y medio alto		87%
	Medio		87%
	Bajo y medio bajo		77%
Zona	Capital Federal		89%
	GBA		77%
	Interior		79%

Base: Población de 16 y más años. Total Nacional

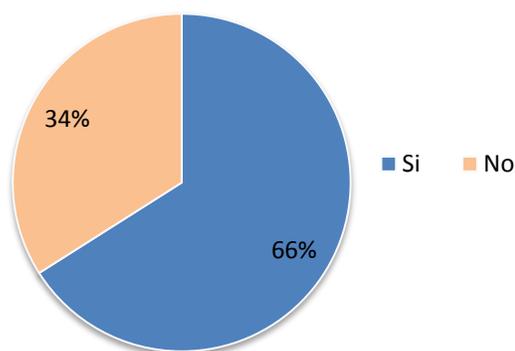
Fuente: CIS | Voices! – Fundación UADE

8 de cada 10 entrevistados calificó de manera positiva a su salud: muy buena dijo el 26% y buena el 54%. En sentido opuesto, un 17% de la población señaló que su salud era regular y un 3% la definió como mala o muy mala. La salud es calificada de manera buena o muy buena en mayor medida por los hombres (86%) que por las mujeres (74%). Un 90 % de los jóvenes la califica de manera positiva, guarismo que baja al 66% entre los mayores de 50 años. Por nivel socioeconómico, fue evaluada en forma positiva por el 87% de la clase media y alta mientras que por el 77% de la clase baja y media baja. Asimismo crecen las menciones favorables en la Capital Federal (89% vs guarismos cercanos al 78% en GBA e interior).

CONSULTA AL MÉDICO EN EL ÚLTIMO AÑO

Cerca de 3 de cada 10 personas no consultó al médico en el último año

En los últimos 12 meses, ¿consultó algún médico para realizarse un control o chequeo general?



Quienes consultaron al médico por total y segmentos sociodemográficos

		Total	66%
Ge- nero	Hombres		59%
	Mujeres		72%
Edad	16 – 29		56%
	30 – 49		60%
	50 y más		81%
Nivel Socio Económico	Alto y medio alto		70%
	Medio		67%
	Bajo y medio bajo		64%
Zona	Capital Federal		71%
	GBA		61%
	Interior		67%

Base: Población de 16 y más años. Total Nacional

Fuente: CIS | Voices! – Fundación UADE

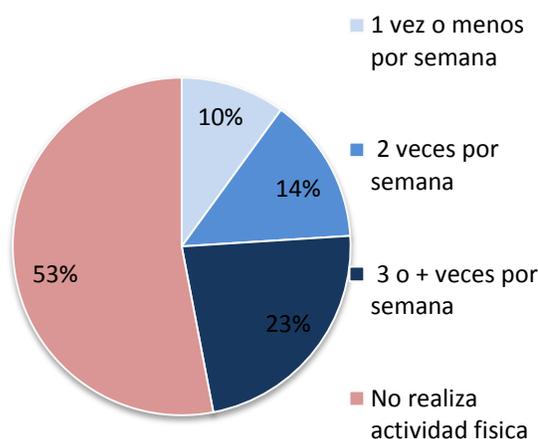
Al preguntarles si habían consultado al médico en los últimos 12 meses para realizarse un control o un chequeo, el 66% de los encuestados respondió afirmativamente mientras que el 34% dijo no haberlo hecho.

Los mujeres son quienes más consultaron al médico en el último año (72% vs. 59% de los hombres). Crece la consulta a mayor edad (81% entre los mayores de 50 años vs. 56% entre los menores de 30 años), a mayor nivel socioeconómico (70% entre los entrevistados de clase media alta, 67% de la clase media y 64% en el nivel medio bajo y bajo). También se observan cifras más altas en la Capital Federal (71%) que en el interior (67%) y en el GBA (61%).

ACTIVIDAD FÍSICA Y FRECUENCIA

La mitad de la población no hace actividad física

¿Hace Ud. alguna actividad física o deporte regularmente? ¿Con qué frecuencia hace Ud. ejercicio/deporte?



Quienes realizan actividades físicas por total y segmentos sociodemográficos

Total		47%
Ge-nero	Hombres	55%
	Mujeres	41%
Edad	16 – 29	60%
	30 – 49	50%
	50 y más	32%
Nivel Socio Económico	Alto y medio alto	68%
	Medio	57%
	Bajo y medio bajo	38%
Zona	Capital Federal	54%
	GBA	44%
	Interior	48%

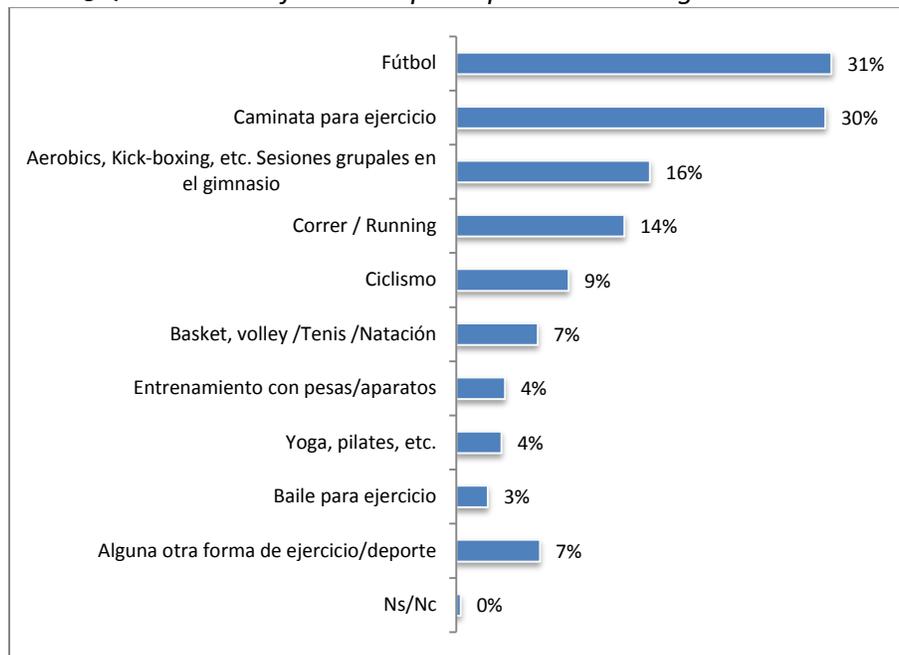
Base: Población de 16 y más años. Total Nacional

Fuente: CIS | Voices! – Fundación UADE

Al preguntar si realizaban actividad física regular se advierte que casi la mitad (el 47%) declara hacer este tipo de actividad y otro 53% dice no realizar actividad física. Quienes señalan practicar actividades de este tipo son sobre todo los hombres (55% contra 41% de las mujeres), los más jóvenes (60% vs. 32% entre los mayores de 50 años), los estratos altos y medio altos (68% vs. 38% de los bajos) y los residentes de la Capital Federal (54%).

En cuanto a la frecuencia, un 10% del total señala hacer una vez por semana o menos, el 14% 2 veces por semana y casi un cuarto (el 23%) 3 o más veces.

DEPORTES QUE PRACTICAN
El fútbol y las caminatas son las actividades físicas más frecuentes
¿Qué actividad física o deporte practica Ud. regularmente?



Base: Población de 16 y más años que practica algún deporte/ actividad física.
Fuente: CIS | Voices! – Fundación UADE

En cuanto a los deportes que practican el *fútbol* fue lo más mencionado (el 31% de quienes manifestaron practicar deportes). Quienes dicen practicar *fútbol* son sobre todo los hombres (53% vs 2% de las mujeres), los más jóvenes (39% vs. 11% de los de 50 y más) y es más elevado en los estratos de clase baja y media baja (35% vs. 28% de la media y 24% de la alta y media alta) y en el GBA (38% vs. 29% en el interior y 23% en Capital Federal).

Otro 30% dijo practicar *caminatas* como ejercicio, en mayor medida los mayores de 50 años (53% vs. 34% entre los de 30 a 49 años y 15% en los menores) y las mujeres (44% vs. 19% de los hombres). Otro 16% de los que practican deportes declaró hacer *aerobics* o *sesiones grupales de gimnasio*, más las mujeres (27% vs 7% de los hombres), a mayor nivel

socioeconómico (25% en los estratos altos y medio altos vs, 12% de los bajos) y en Capital Federal e interior (2 de cada 10 vs casi 1 de cada 10 % en el GBA).

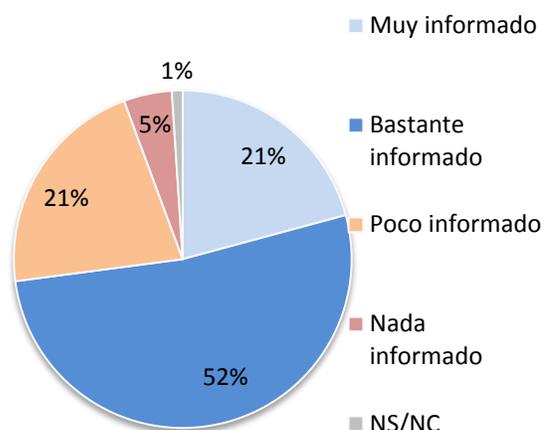
Un 14% dijo *correr* (16% de los hombres vs. 11% de las mujeres), y guarismos menores al 10% declararon hacer ciclismo, hacer básquet, vóley, tenis, natación, entrenamiento con pesas/aparatos, yoga/pilates y baile.

NIVEL DE INFORMACIÓN QUE POSEEN SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE

La mayoría declara estar informado sobre lo que es una alimentación sana

¿En qué medida diría Ud. que está informado acerca de lo que es tener una alimentación sana?

Quienes declaran estar muy o bastante informados por total y segmentos sociodemográficos



		Total	73%
Ge-nero	Hombres		67%
	Mujeres		78%
Edad	16 – 29		73%
	30 – 49		73%
	50 y más		72%
Nivel Socio Económico	Alto y medio alto		85%
	Medio		79%
	Bajo y medio bajo		67%
Zona	Capital Federal		82%
	GBA		70%
	Interior		73%

Base: Población de 16 y más años. Total Nacional

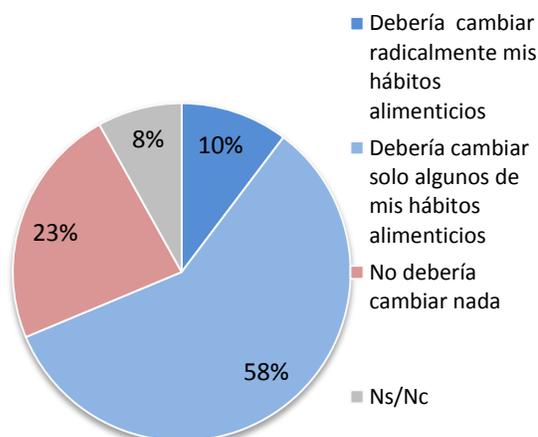
Fuente: CIS | Voices! – Fundación UADE

Casi 7 de cada 10 entrevistados declararon estar informados sobre lo que es una alimentación sana: un 21% dijo que estaba muy informado y otro 52% bastante informado. En menor medida, el 21% dijo estar poco informado y un 5% nada informado. La mayoría en todos los estratos declara estar muy o bastante informados. Quienes expresan estar más informados son las mujeres (78% vs 67% de los hombres) y a mayor nivel socioeconómico (85% en los estratos altos y medio altos vs 67% de los bajos) y en Ciudad de Buenos Aires (82% vs. guarismos cercanos al 70% en el resto del país).

CAMBIO DE HÁBITOS ALIMENTICIOS

La mayoría de la población piensa que debería cambiar sus hábitos alimenticios

Pensando en sus hábitos alimenticios, ¿cuál de estas frases se acercan más a su opinión?



Quiénes declaran que deberían cambiar (radicalmente o solo algunos hábitos) por total y segmentos sociodemográficos

		Total	69%
Ge- nero	Hombres		66%
	Mujeres		71%
Edad	16 – 29		70%
	30 – 49		72%
	50 y más		65%
Nivel Socio Económico	Alto y medio alto		68%
	Medio		70%
	Bajo y medio bajo		67%
Zona	Capital Federal		64%
	GBA		67%
	Interior		70%

Base: Población de 16 y más años. Total Nacional

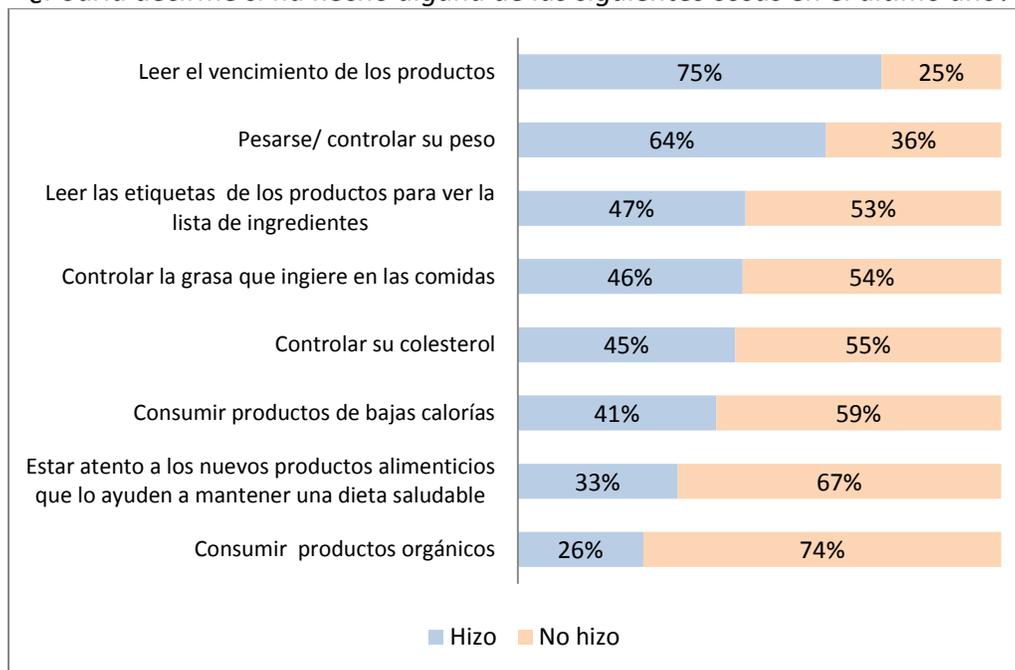
Fuente: CIS | Voices! – Fundación UADE

Cuando se les preguntó si necesitaban cambiar sus hábitos de alimentación 1 de cada 10 encuestados señaló que los debería cambiar radicalmente, 6 de cada 10 dijo que deberían cambiar solo algunos hábitos (el 58%). Finalmente, un 23% expresó que no debería cambiar nada. Quiénes más señalan que no deberían cambiar son los hombres, los mayores, los estratos más bajos y en el interior del país.

OPINIÓN SOBRE SI HICIERON O NO DISTINTAS COSAS

La mayoría lee el vencimiento de los productos y controla su peso

¿Podría decirme si ha hecho alguna de las siguientes cosas en el último año?



Base: Población de 16 y más. Total Nacional

Fuente: CIS | Voices! – Fundación UADE

Se preguntó a los encuestados si habían realizado una serie de conductas en el último año. En primer lugar, un 75% de los entrevistados dijo que había *leído los vencimientos de los productos*. Quienes lo hicieron son en mayor medida las mujeres (82% vs 68% de los hombres). En segundo lugar, un 64% dijo que se había *controlado su peso*. También en este caso se registra un mayor guarismo entre las mujeres (69% vs. 58% en los hombres), crece a mayor nivel socioeconómico (74% vs. 61% de los bajos) y en CABA (74% vs. 65% en GBA y 62% en el interior).

Leer las etiquetas para ver la lista de ingredientes fue realizado por el 47% de los entrevistados, crece a mayor nivel socioeconómico: 45% en los estratos bajos y 56% en los altos y medio altos, entre las mujeres (52% vs. 42% de los hombres) y en Capital Federal (65%, vs 53% en GBA y 43% en el interior).

Controlar la grasa que se ingiere fue realizado por el 46% de los entrevistados, 54% en las mujeres y 39% en los hombres. También aumenta a mayor poder adquisitivo (60% vs. 45% en los bajos) y en la Capital Federal (65% vs. 45% de GBA e interior).

Un 45% *controló su colesterol* en el último año (en las mujeres el 52%, 38% los hombres), crece con la edad (66% los mayores de 50 años vs 24% los más jóvenes), a mayor nivel socioeconómico (61% sectores altos vs. 44% en los bajos) y en la Capital Federal (62% vs. 43% en el resto del país).

Consumir productos de bajas calorías fue realizado por el 41%. Crece a mayor nivel socioeconómico: 36% en los estratos bajos, 45% en los medios y 57% en los altos, entre las mujeres (46% vs. 36% de los hombres) y en Capital Federal (50%, vs 48% en GBA y 37% en el interior).

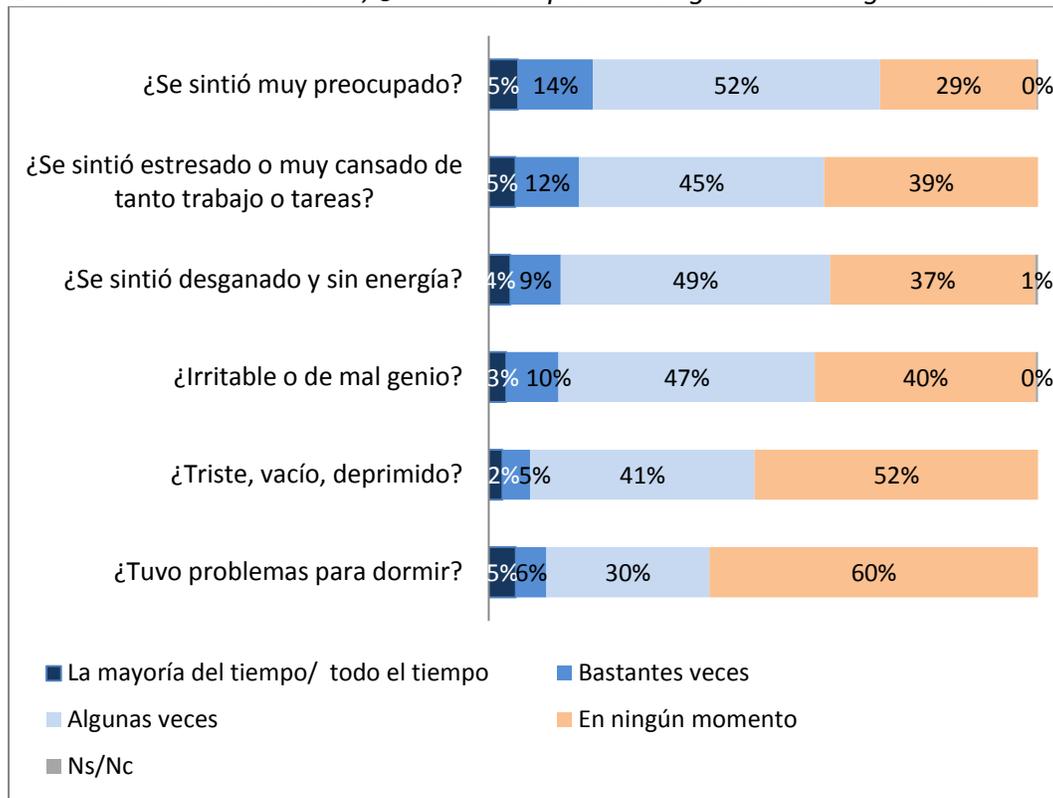
Estar atento a nuevo productos saludables fue señalado por el 33%. En las mujeres trepa al 39% (27% en los hombres), crece 4 de cada 10 en los mayores de 50 años vs 3 de cada 10 en el resto, y a mayor nivel socioeconómico (43% en sectores altos y 32% en los bajos).

Por último, un 26% dijo que el último año había *consumido alimentos orgánicos* (sobre todo en los estratos altos (40%).

Se preguntó a los entrevistados si habían padecido una serie problemas o dolencias en el último mes: 7 de cada 10 se sintieron muy *preocupados*, 6 de cada 10 respectivamente *sin energía, estresados de tanto trabajo, irritables o de mal genio*. 5 de cada 10 se sintieron *vacíos o deprimidos* y 4 de cada 10 tuvieron *problemas para dormir* en el último mes.

PADECIMIENTO DE DISTINTOS PROBLEMAS

Entre 1 y 2 de cada 10 personas padecieron con frecuencia una serie de dolencias
Durante los últimos 30 días, ¿cuánto tiempo sintió alguna de las siguientes cosas?



Base: Población de 16 y más. Total Nacional
Fuente: CIS | Voices! – Fundación UADE

Al indagar si habían estado *preocupados*, un 19% dijo que la mayoría del tiempo o bastantes veces, un 52% algunas veces y un 29% nunca. Quienes más señalan preocupación (la mayoría del tiempo o bastantes veces) son las mujeres (22% vs. 15% de los hombres), los mayores de 30 años (guarismos cercanos al 21% vs. 15% en los más jóvenes), a menor nivel socioeconómico (20% vs. 15% de los altos y medio altos) y en el GBA (22% vs 19% en el interior y 14% en la Ciudad de Buenos Aires).

Otra pregunta se refirió a si se había sentido en el último mes *estresados o muy cansados de tanto trabajo*. En este caso, un 16% expresó que las mayoría del tiempo o bastantes veces, un 45% algunas veces y un 39% nunca. Quienes más señalan stress son las mujeres

(21%, la mayoría del tiempo o bastantes veces vs. 11% de los hombres), los de 30 a 49 años (22% vs. Guarismos cercanos al 13% en los otros grupos etarios) y en GBA (19%).

Otro resultado del estudio muestra que el 13% se sintió con frecuencia *desganado y sin energía*, un 49% algunas veces y un 37% nunca. Quienes más señalan haberse sentido sin energía son las mujeres (el 18% dijo haberlo sentido la mayoría del tiempo o bastantes veces vs. el 8% entre los hombres). Es más elevado este estado en la clase baja (15% vs. 10% de la alta).

Irritable y de mal genio se sintió el 13% de las personas frecuentemente, un 47% dijo sentirlo algunas veces y otro 40% nunca en el último mes. Las mujeres son quienes más señalaron sentirse así (17% vs. 8% de los hombres) y en los estratos bajos (15%).

Triste o deprimido se sintió frecuentemente el 8%, un 41% algunas veces y un 52% nunca. Quienes más se sintieron así fueron las mujeres (10% vs. 5% de los hombres) y crece en los niveles socioeconómicos más bajos (10% vs. 5% en los medios y 1% en los estratos altos).

Problemas para dormir, -porque se despertaban varias veces durante la noche, o porque se despertaban demasiado temprano en la mañana- tuvieron frecuentemente el 11% de los entrevistados y otro 30% lo padeció algunas veces mientras que el 60% no padeció nunca este problema en los últimos 30 días. Los que más problemas para dormir tuvieron son los mayores.

PADECIMIENTO DE DISTINTOS PROBLEMAS

Las mujeres padecen más que los hombres las distintas dolencias estudiadas

	Total	Hombres	Mujeres
Se sintió muy preocupado	71%	68%	74%
Se sintió desganado y sin energía	62%	55%	69%
Se sintió estresado o muy cansado de tanto trabajo o tareas	61%	59%	63%
Irritable o de mal genio	59%	55%	64%
Triste, vacío, deprimido	48%	41%	55%
Tuvo problemas para dormir	40%	38%	42%

Base: Población de 16 y más. Total Nacional

Fuente: CIS | Voices! – Fundación UADE

Al indagar si habían tomado tranquilizantes en los últimos 12 meses 1 de cada 10 personas contestó afirmativamente. El guarismo más elevado se da entre los mayores de 50 años (el 18%). También resultan más elevados entre las mujeres (13% vs 8% de los hombres) y en AMBA (15% vs 8% del interior).

INGESTA DE TRANQUILIZANTES

1 de cada 10 personas tomó tranquilizantes en el último año

Pensando en Ud. mismo/a, ¿podría decirme si hizo en los últimos 12 meses algunas de las siguientes cosas: tomar tranquilizantes o calmantes para dormir o durante el día?



Quienes declaran haber tomado tranquilizantes por total y segmentos sociodemográficos

Total		10%
Ge-nero	Hombres	8%
	Mujeres	13%
Edad	16 – 29	5%
	30 – 49	9%
	50 y más	18%
Nivel Socio Económico	Alto y medio alto	10%
	Medio	11%
	Bajo y medio bajo	10%
Zona	Capital Federal	16%
	GBA	15%
	Interior	8%

Base: Población de 16 y más años. Total Nacional

Fuente: CIS | Voices! – Fundación UADE

Cuando se preguntó si habían consultado a un médico o un psiquiatra en los últimos 12 meses casi 1 de cada 10 entrevistados respondió afirmativamente (el 8%). Se registran mayores consultas en los estratos más altos (13% vs. 6% de los bajos y medio bajos) y en AMBA (13% vs 5% del interior)

CONSULTA AL SICOLOGO O PSQUIATRA

Una de cada 10 personas consulto un psicólogo o un siquiatra en el último año
¿Pensando en Ud. mismo/a podría decirme si hizo en los últimos 12 meses algunas de las siguientes cosas: consultar o realizar un tratamiento con un Psicólogo/Psicoanalista/Psiquiatra?



Quienes declaran haber consultado un psicólogo o un psiquiatra por total y segmentos sociodemográficos

Total		8%
Ge-nero	Hombres	6%
	Mujeres	9%
Edad	16 – 29	6%
	30 – 49	9%
	50 y más	8%
Nivel Socio Económico	Alto y medio alto	13%
	Medio	9%
	Bajo y medio bajo	6%
Zona	Capital Federal	13%
	GBA	13%
	Interior	5%

Base: Población de 16 y más años. Total Nacional

Fuente: CIS | Voices! – Fundación UADE

Acerca del CIS:

El CIS es una iniciativa conjunta del Instituto de Ciencias Sociales y Disciplinas Projectuales de la Fundación UADE y Voices! Research and



Consultancy. Se enmarca en la política de investigación de la Fundación UADE, tendiente a promover la investigación aplicada con proyección social.

El objetivo del CIS es estudiar las opiniones, actitudes, valores y emergentes de la sociedad argentina sobre un amplio espectro de temas de interés social a través de una serie de estudios de opinión pública, conformando de esta manera un banco de datos que facilite procesos de investigación sobre tendencias sociales en distintos campos a mediano y largo plazo. El CIS es un instrumento informativo y de análisis para el estudio de la sociedad, que pone el foco en múltiples objetivos: conocer, compartir, sensibilizar, actuar, diagnosticar y educar. Ya se han realizado investigaciones sobre diferentes tópicos como la percepción sobre las drogas y narcotráfico, hábitos vinculados a la salud y la alimentación, problemáticas de género, estudios generacionales y el mundo laboral entre otros.

Dirección del CIS e información de contacto:

Lima 775, Edificio Chile 3, 6to. Piso
Tel.: 4000-7441 / 4010-7719
cis@uade.edu.ar

Sobre el presente estudio:

Cobertura: Nacional. **Universo:** Población argentina adulta (16 años y más) **Tamaño Muestral:** 1000 entrevistas. **Margen Error:** $\pm 4.2\%$ para los totales, con un nivel de confianza del 95%. **Método Muestral:** Probabilístico, polietápico, estratificado con cuotas de sexo y edad en el hogar. **Técnica de Recolección:** Entrevistas personales domiciliarias. **Fecha de Campo:** Noviembre 2015

Para mayor información contactar a los Directores del Centro de Investigaciones Sociales de UADE y Voices!:

Constanza Cilley
Constanzacilley@voicesconsultancy.com
1565724467/48076256

Andrés Cuesta
acu@uade.edu.ar
1554127696/40007473