

Encuesta Global de WIN y Voices! Argentina revela lo que las personas realmente piensan sobre su propia salud

WIN Internacional, asociación líder en investigación de mercado y opinión pública en el mundo da a conocer los resultados de su último estudio sobre salud para el **Día Mundial de la Salud 2019**. La encuesta explora las visiones y creencias de 30,890 personas en 40 países alrededor del mundo. Este estudio fue realizado por **Voices!** en Argentina. El estudio revela que, contrariamente a las constantes noticias negativas acerca de la salud, hoy la mayoría de las personas piensan que son saludables. **Se detallan a continuación los resultados globales y los resultados de Argentina pueden leerse en la página 15.**

RESULTADOS PRINCIPALES A NIVEL GLOBAL

La salud en general

- Sorprendentemente, solo un 4% se considera nada saludable
- Un 19% cree que es poco saludable
- 76% de las personas cree que es muy saludable (16%) o saludable (60%)
- El porcentaje de personas que se considera muy saludable cae de 33% entre los menores de 18 años a 10% entre los mayores de 65 años.
- El porcentaje de personas que se considera nada saludable crece del 2% entre menores de 18 años al 7% entre los mayores de 65 años.
- La región con la puntuación neta¹ de salud positiva más alta es África (64% neto) y la más baja es Medio Oriente (42% neto).

Aspectos de la Salud

- Estar saludable se correlaciona con los niveles percibidos de estado físico, peso y estado anímico.
- 68% de las personas considera tener buen estado físico incluyendo un 15% que cree que tiene muy buen estado físico
- 66% considera que su peso es muy bueno (17%) o bastante bueno (49%). Sólo un 7% cree que su peso es muy malo.
- 79% cree que su estado anímico es muy bueno (23%) o bastante bueno (56%).

¹ Índice Neto de Salud {Neto salud = (muy saludable + saludable) – (poco saludable + nada saludable)}

Salud y Comportamiento

- Esta encuesta exploró la relación percibida entre los niveles de salud y 11 comportamientos vinculados a la salud, obteniendo interesantes resultados:
 - o La incidencia de tabaquismo es del 18% (declaran fumar con mucha frecuencia/ bastante a menudo) o superior en todos los niveles de salud percibidos. Sin embargo, las personas que declaran ser menos sanas tienen la mayor incidencia (27%).
 - o El consumo de alcohol tiene una incidencia similar en todos los niveles de salud percibidos, teniendo una incidencia ligeramente superior entre los que se consideran más saludables.
 - o Los países con mayor incidencia percibida en consumo frecuente de alcohol (con mucha frecuencia/ bastante a menudo) son Japón (49%) y México (48%).
 - o De las conductas proactivas de salud exploradas, las incidencias más altas (con mucha frecuencia/ bastante a menudo) corresponden al ejercicio (37%), evitar productos que causen una reacción alérgica (30%), tomar suplementos vitamínicos (25%).
 - o La incidencia más baja entre las conductas proactivas de salud corresponde a la práctica de técnicas espirituales como meditación (14%) y hacer dieta (15%).
 - o El 79% de todos los encuestados toma medicamentos recetados por un médico. Como era de esperar, las personas que perciben que son "nada saludables" o "poco saludables" toman medicamentos recetados con mayor frecuencia.
 - o La gran mayoría de las personas (86%) sufre de estrés. El 30% sufre de estrés frecuentemente (con mucha frecuencia/ bastante a menudo). Las personas "nada saludables" sufren de estrés con mayor frecuencia (54%).
 - o Dormir bien está relacionado con la salud percibida. El 3% de las personas encuestadas nunca duerme bien y 32% de las personas sólo duerme bien a veces u ocasionalmente.

Salud en General

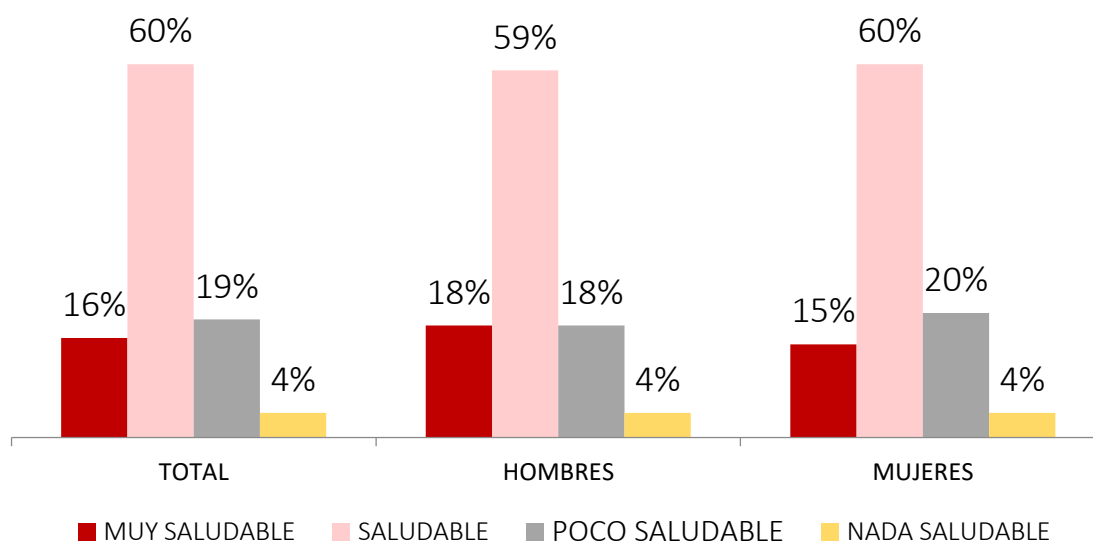
Con titulares de noticias como "Las generaciones adultas de hoy en día son menos saludables que sus predecesores"*, "Los adultos de hoy en día son 15 años 'mayores'

que sus padres ^{***} es sorprendente encontrarse con que en la Encuesta Global de WIN (WIN World Survey, WWS) muestra que la gran mayoría de las personas (76%) alrededor del mundo creen que están sanas. Sólo el 4% cree que es nada saludable, aunque el 19% cree que son poco saludables.

Esta gran brecha perceptiva entre que tan sanas se sienten las personas y las medidas objetivas de los factores de riesgo para la salud puede explicar el desafío que tienen las autoridades de salud para cambiar los comportamientos.

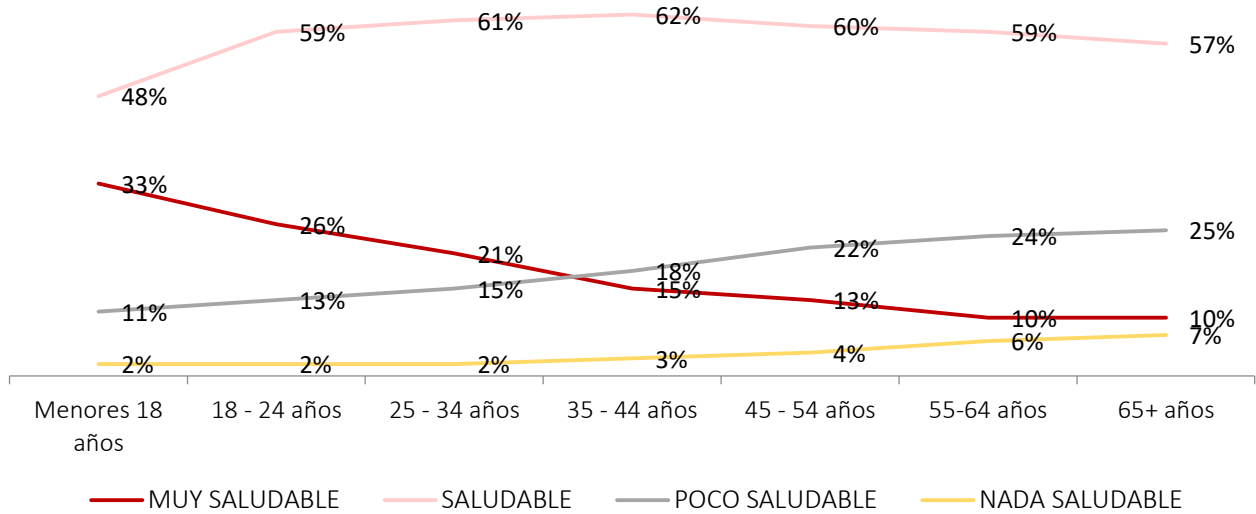
La percepción de salud es similar por género. Hay un porcentaje ligeramente más alto de hombres que se perciben muy saludables y un porcentaje ligeramente más alto de mujeres que se perciben poco saludables.

Percepción de salud por género



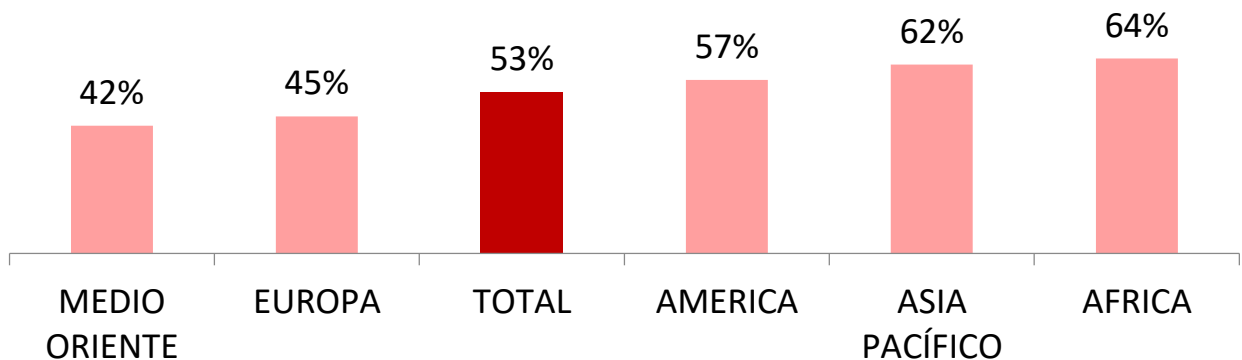
El nivel percibido de salud cambia con la edad. El nivel de salud que cambia más notoriamente es “muy saludable” que se reduce de 33% entre los menores de 18 a 10% entre los mayores de 65 años.

Percepción de Salud por Edad



La percepción de salud varía por país y región. Utilizando un Índice de Salud Neto {Salud Neta = (muy saludable + saludable) – (poco saludable + nada saludable)}, los países de África y Asia Pacífico creen tener una salud neta más elevada mientras que los países de Europa y Medio Oriente creen tener una salud neta más baja.

Índice de Salud Percibido



Los países del G20 tienen una salud neta más alta (58%) en comparación con los países que no pertenecen al G20 (49%).

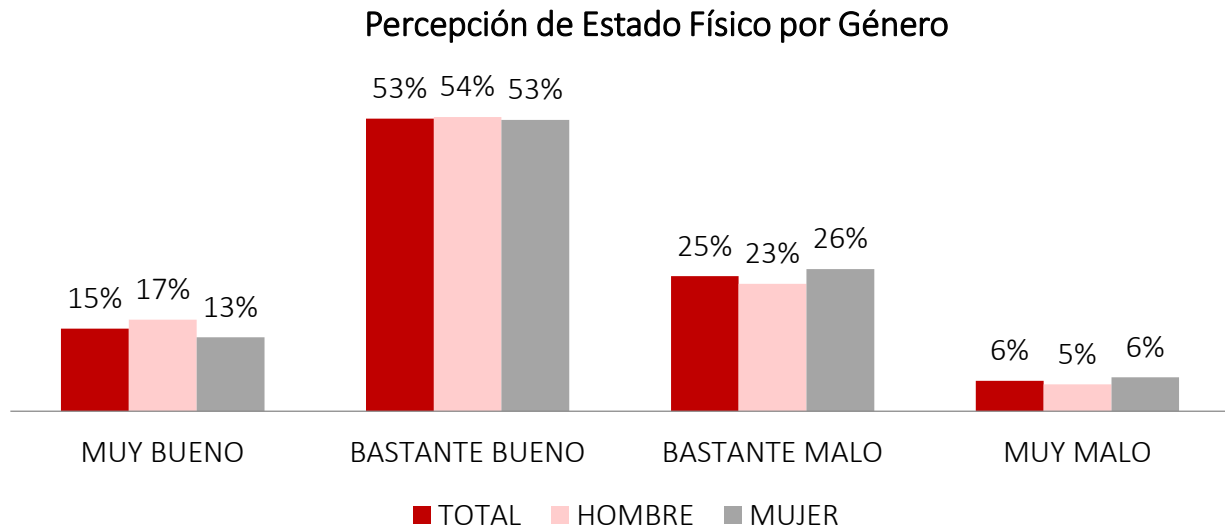
* Las generaciones adultas de hoy son menos sanas que sus predecesoras" en "Generation shifts in metabolic risk factors: the Doetinchem Cohort Study". European Journal of Preventive Cardiology G, Susan H, Picavet J, et publicado online el 10 de abril de 2013

** Today's adults 15 years 'older' than parents", en The Daily Telegraph, 10 de abril de 2013

Aspectos de la Salud

El análisis multivariado muestra que estar "muy saludable" y también "saludable" tiene una fuerte correlación (por encima de 0,4 del coeficiente de Pearson) con la percepción de altos niveles de estado físico, peso y estado anímico.

Hay pocas diferencias percibidas en cuanto a género en relación a los niveles de **estado físico** percibido.

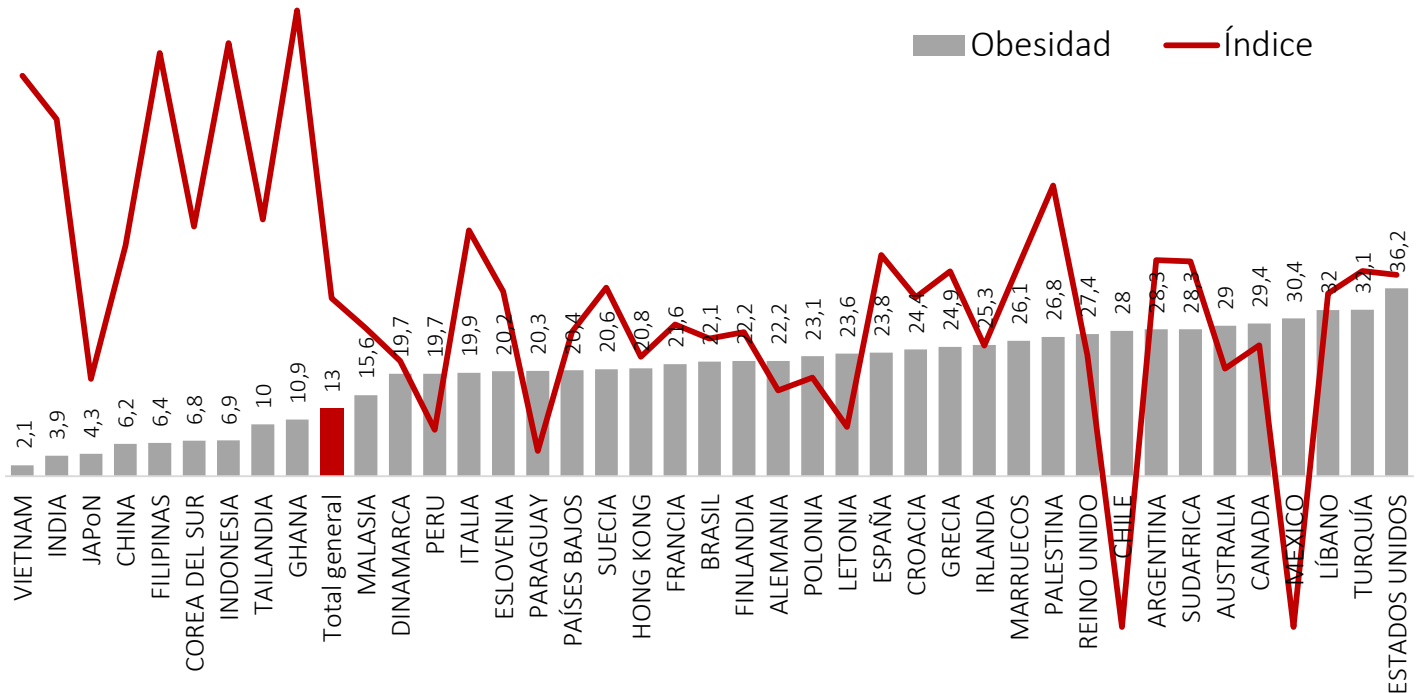


La Organización Mundial de la Salud se refiere a la Obesidad como una epidemia mundial; sin embargo, nuestra encuesta muestra que el 66% cree que su peso es muy bueno (17%) o bueno (49%). Sólo el 6,9% cree que su peso es muy malo.

Comparando el Índice de Peso Neto {Peso Neto = (muy bueno + bastante bueno) – (bastante malo + muy malo)} con los datos de obesidad de la OMS por país (IMC≥30), se puede ver que algunos países con una baja prevalencia de obesidad tienen un alto índice de peso neto positivo.

Sin embargo, no hay una clara correlación entre el aumento de la prevalencia de la obesidad y el Índice de Peso Neto.

Índice de peso percibido vs. Prevalencia de Obesidad



El 79% considera que su estado anímico es muy bueno (23%) o bastante bueno (56%). El análisis multivariado revela que existe una correlación entre todos los niveles de salud y la correspondiente percepción del estado de ánimo.

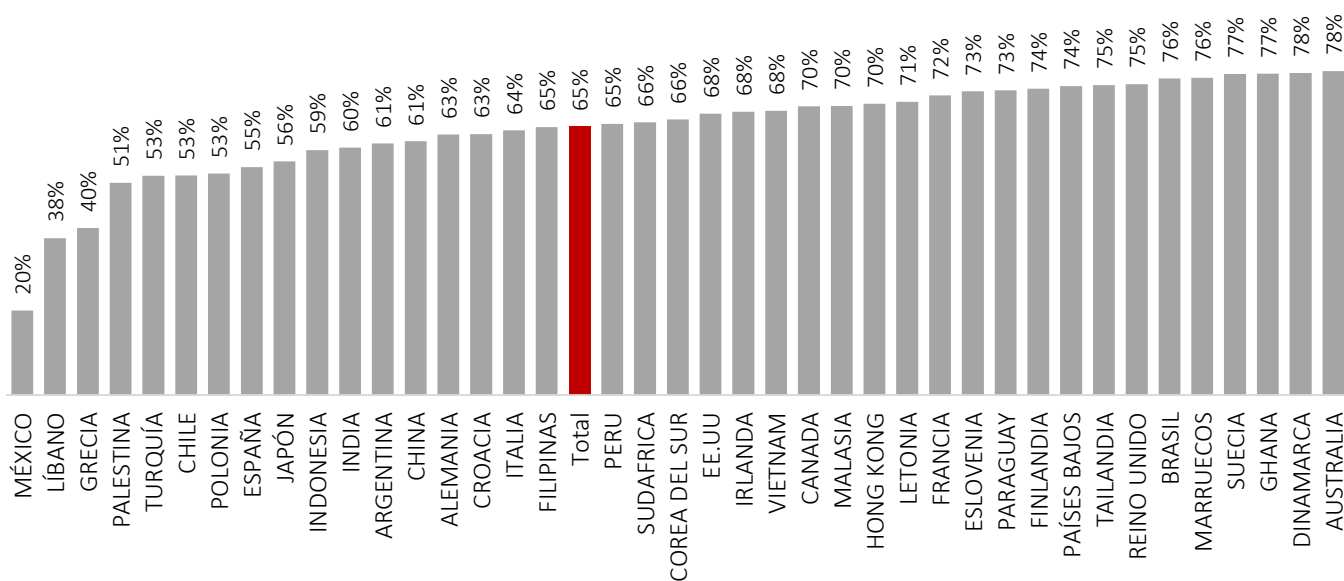
Salud y Comportamiento

Tabaquismo

El 74% de las mujeres y el 55% de hombres declaran nunca haber fumado.

Australia tiene el porcentaje más alto de personas que nunca fumaron (78%), mientras que México tiene el más bajo (20%).

% Quienes no fuman

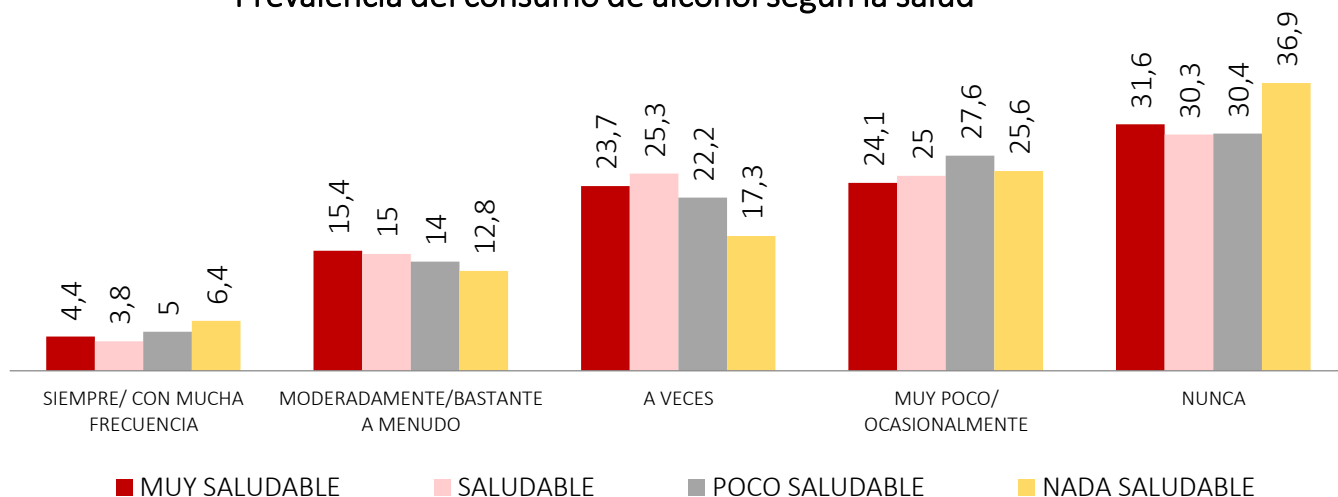


Es sorprendente que 18% de las personas que creen ser muy saludables, fuman con mucha frecuencia/ bastante a menudo.

Consumo de alcohol

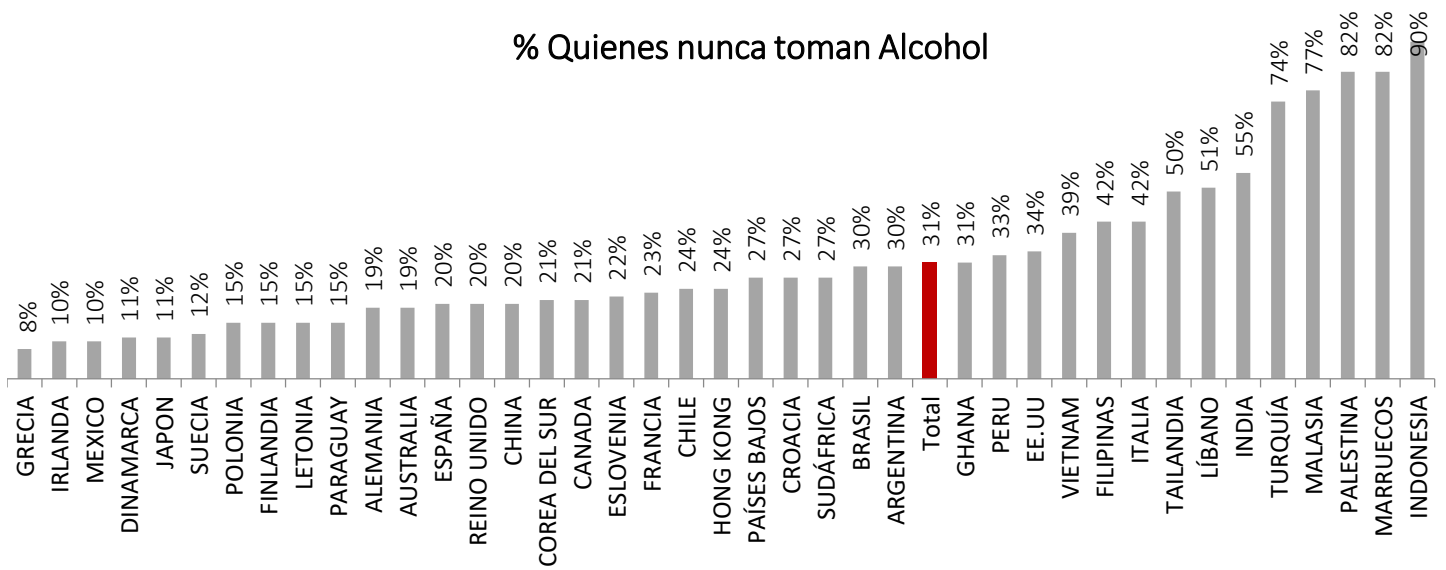
La prevalencia del consumo de alcohol no varía mucho en función de la percepción de la salud.

Prevalencia del consumo de alcohol según la salud

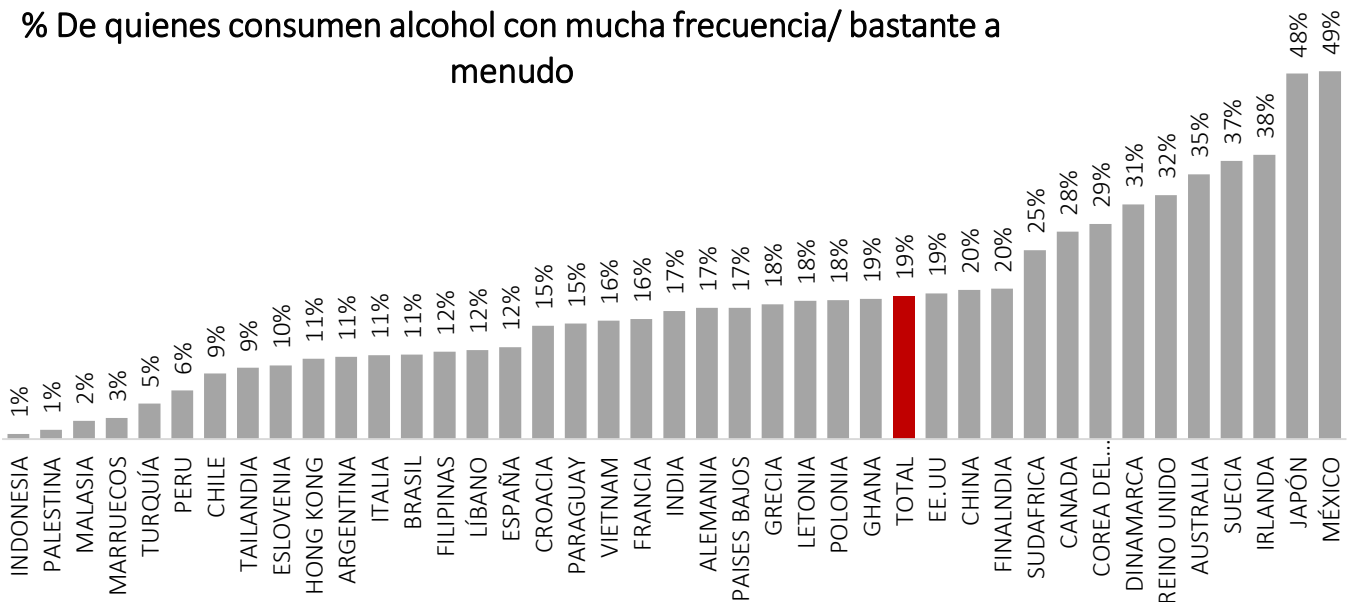


La gran diferencia porcentual de personas que nunca bebieron alcohol entre países se debe a creencias religiosas y culturales.

% Quienes nunca toman Alcohol



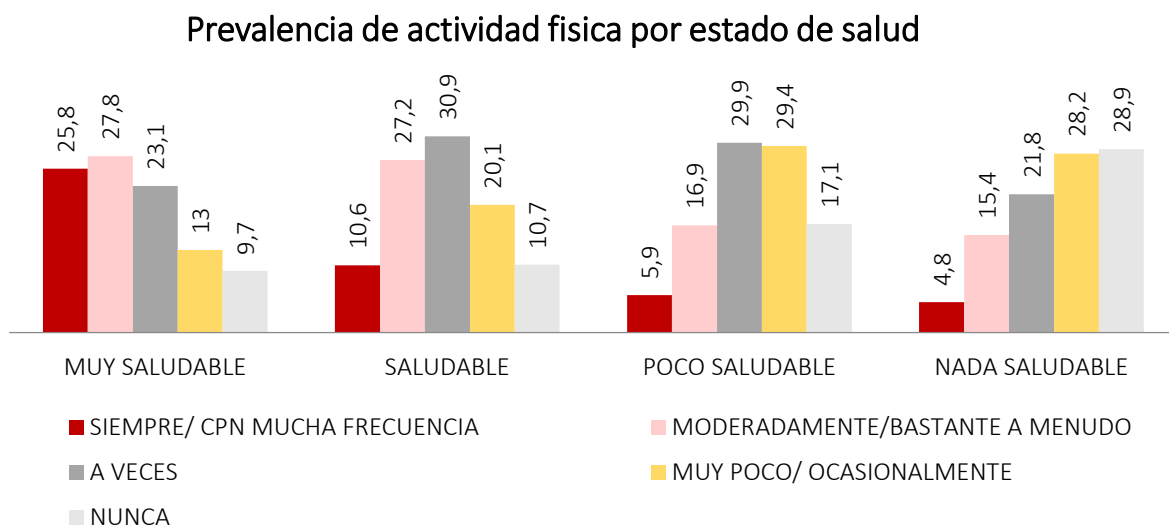
% De quienes consumen alcohol con mucha frecuencia/ bastante a menudo



Ejercicio

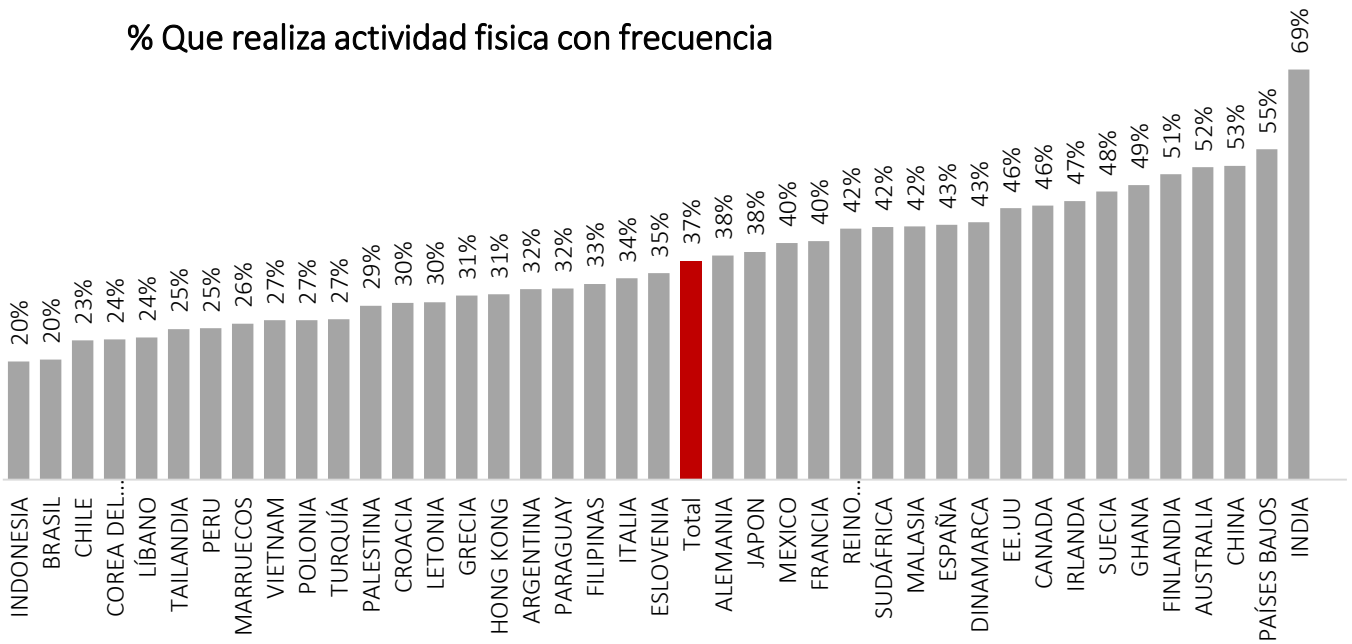
El 87% de las personas hacen ejercicio con alguna regularidad. El 37% hace ejercicio con mucha frecuencia o bastante a menudo.

Sin embargo, existe una fuerte relación entre el nivel de salud percibido y la frecuencia del ejercicio. El 26% de las personas que declaran ser "muy saludables" hacen mucho ejercicio, mientras que el 29% de los "nada saludables" nunca lo hacen.



De los 40 países que participaron en la encuesta, la India tiene la mayor incidencia de personas que hacen ejercicio con mucha frecuencia / bastante a menudo (69%), mientras que Indonesia y Brasil perciben la menor incidencia con un 20%.

% Que realiza actividad física con frecuencia

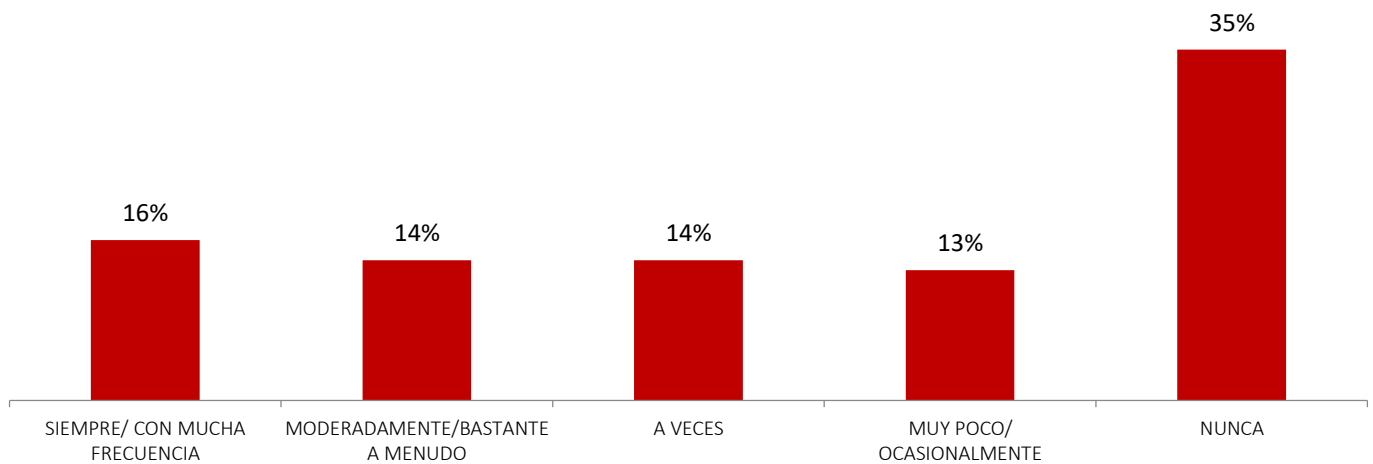


Evitar productos que causen una reacción alérgica

La palabra alergia fue usada por primera vez en 1906 y desde entonces la incidencia parece haber incrementado rápidamente. Los medios *** nos dirían que las alergias son el “Flagelo de la Vida Moderna”.

Este estudio revela que el 57% de las personas evitan productos que causen una reacción alérgica. El 30% lo hace con mucha frecuencia o bastante a menudo.

Prevalencia de personas que evitan productos que causan una reacción alérgica

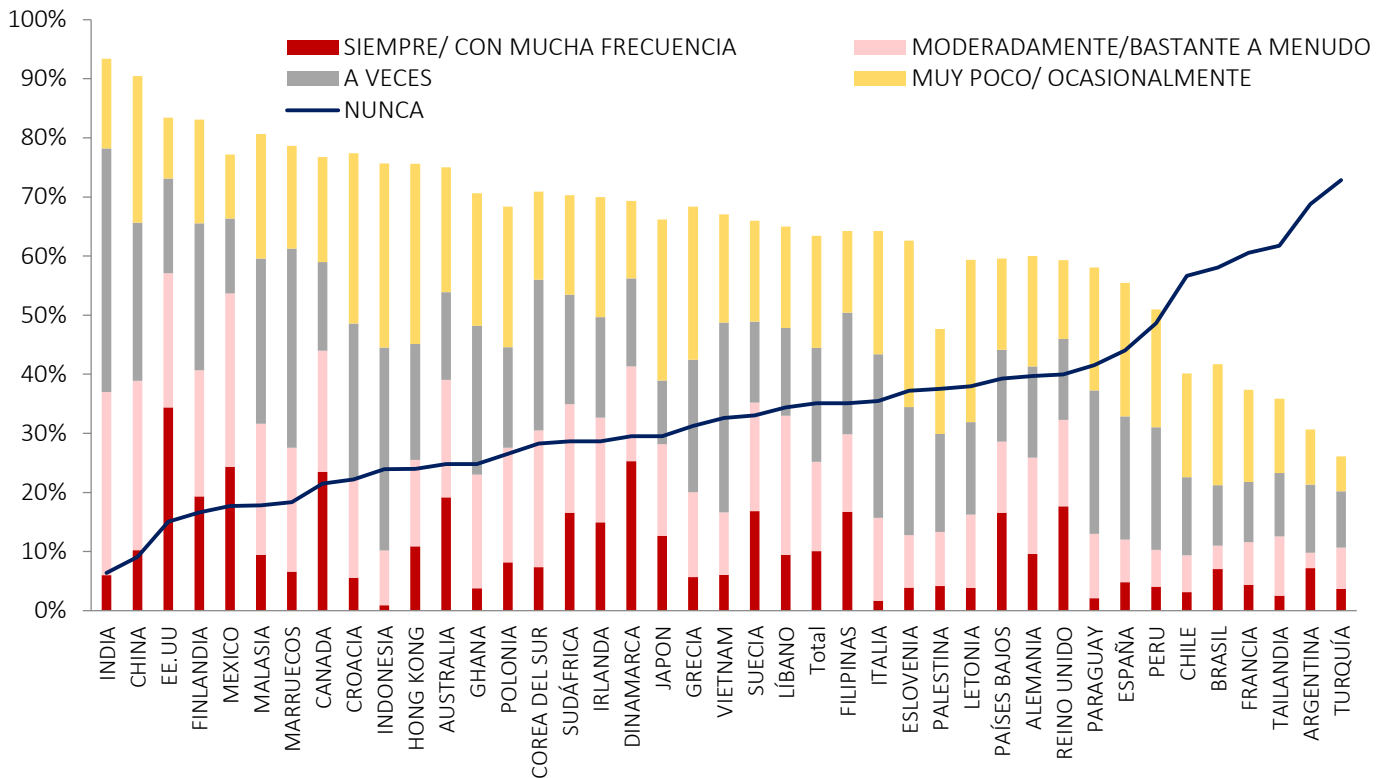


***”Alergias: el flagelo de la vida moderna?” The Observer, Vybarr Cregan-Reid, Sun 21 de octubre de 2018

Ingesta de Suplementos Vitamínicos

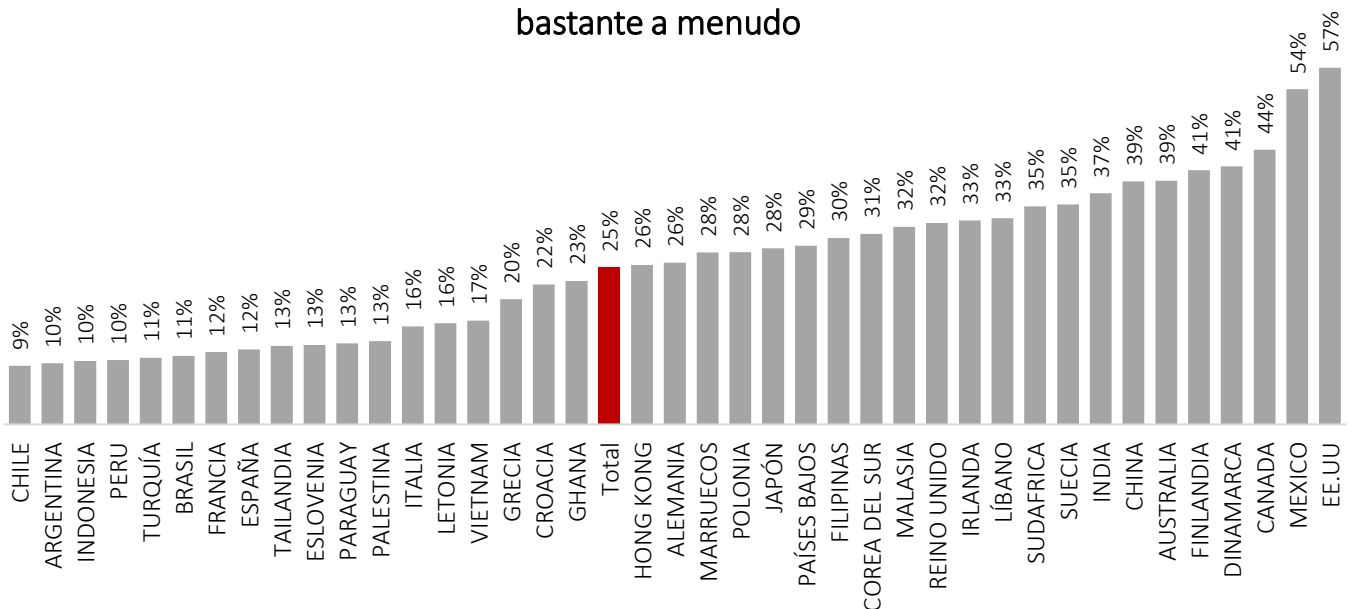
La incidencia de la ingesta de suplementos vitamínicos es sorprendentemente alta y no es solo exclusiva de los países con alto PBI. La incidencia más alta se da en India (94%) y China (91%) y la más baja en Turquía (27%).

Incidencia de suplementos vitamínicos



En Estados Unidos, el 57% de las personas ingieren suplementos vitamínicos con mucha frecuencia/ bastante a menudo.

% De quienes ingieren suplementos vitamínicos con mucha frecuencia/ bastante a menudo



La ingesta de suplementos vitamínicos no depende del nivel de salud percibido. Aquellos que se perciben como "muy saludables" son quienes los toman con mayor frecuencia.

Ingesta de medicamentos recetados por un médico

Como es de esperar, las personas que se perciben como “nada saludables” o “poco saludables” toman medicamentos recetados con mayor frecuencia.

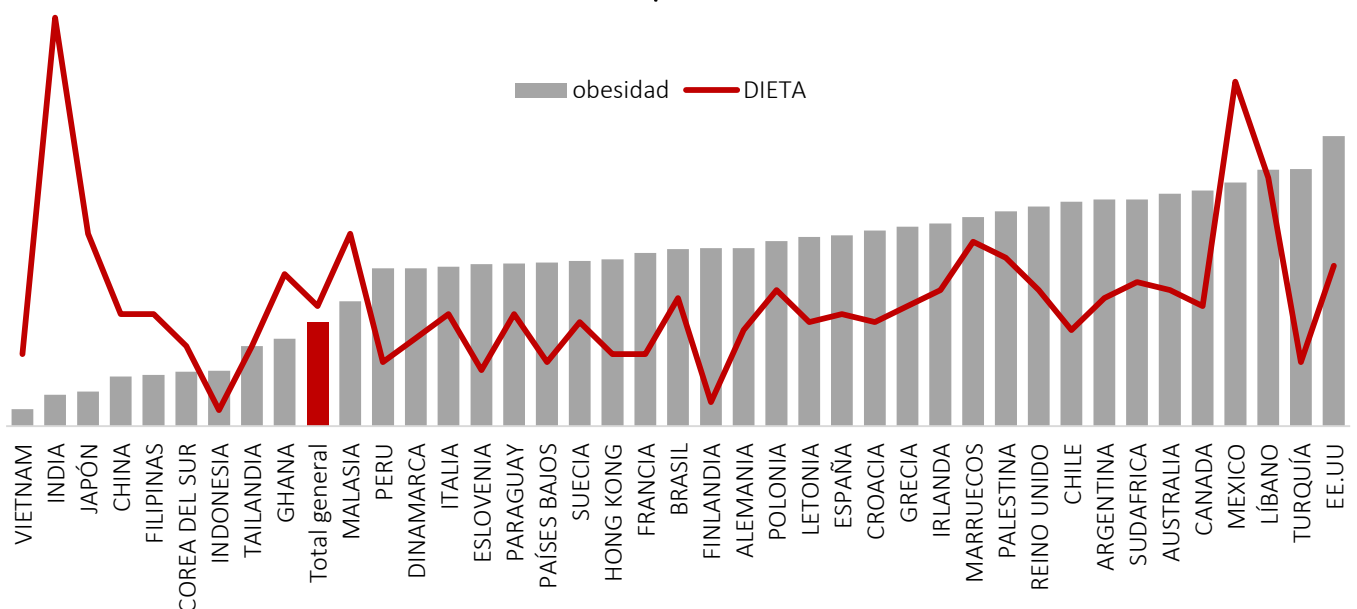
Dieta

El 15% de las personas se ponen a dieta con mucha frecuencia o bastante a menudo y el 42% de las personas en todo el mundo nunca siguen una dieta.

En la mayoría de los países, el % de personas que se pone a dieta con mucha frecuencia/ bastante a menudo está muy por debajo del % de personas obesas.

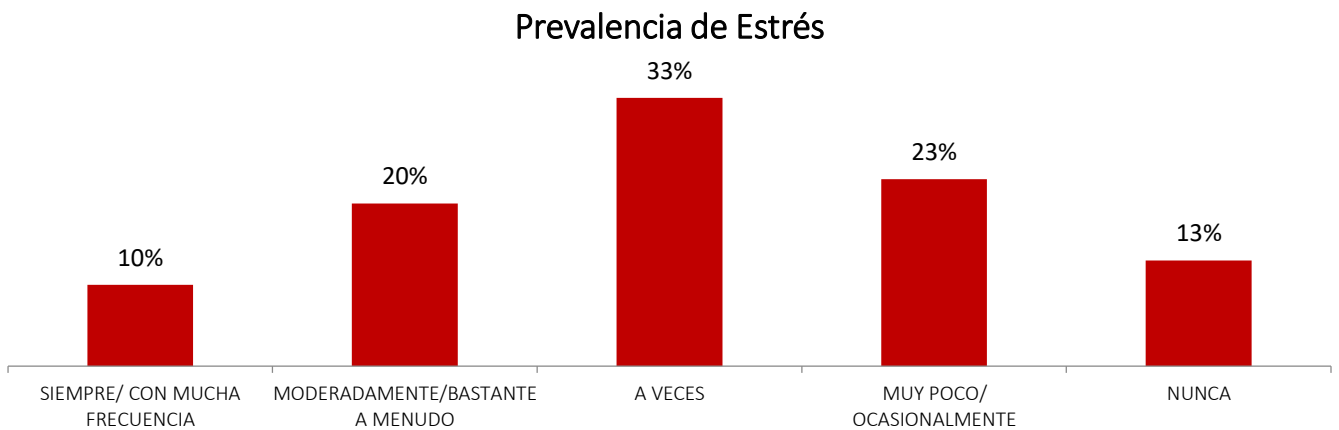
Hay algunas excepciones donde los países tienen una baja incidencia de obesidad pero un alto porcentaje de personas que siguen una dieta con mucha frecuencia o bastante a menudo. En particular, India, Japón, China, Filipinas y Vietnam.

% Que hace dieta vs prevalencia de obesidad



Sufrir de Estrés

La gran mayoría de las personas (86%) sufre de estrés. El 30% sufre de estrés frecuentemente (con mucha frecuencia/ bastante a menudo).

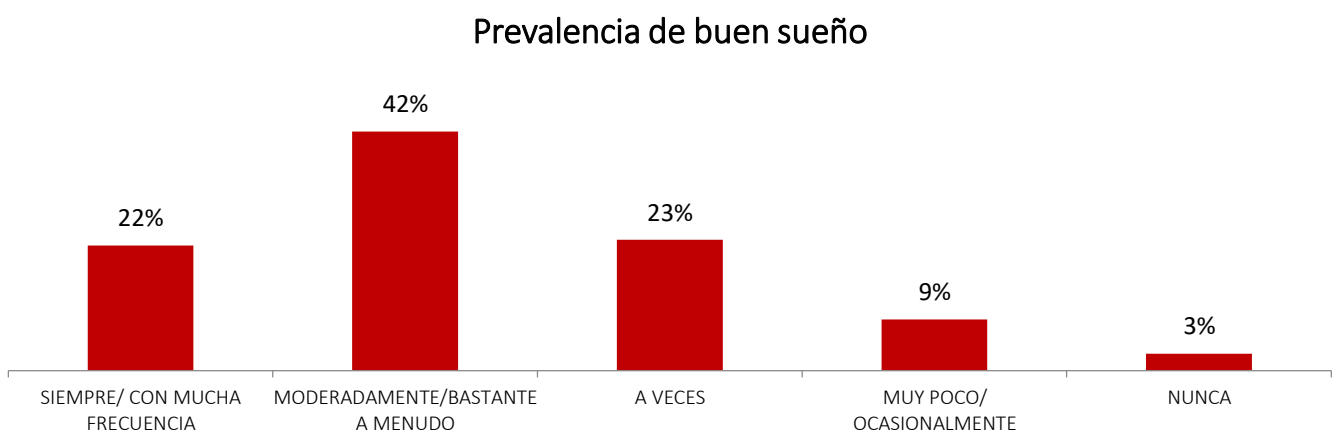


Las personas “nada saludables” sufren de estrés con mayor frecuencia, el 54% sufre de estrés con mucha frecuencia/ bastante a menudo.

Dormir bien

El 64% de las personas duerme bien siempre/ bastante a menudo. El 3% de las personas encuestadas nunca duerme bien y el 32% de las personas sólo duerme bien a veces u ocasionalmente.

La proporción de personas que duermen bien es similar demográficamente.



Dormir bien está correlacionado con la salud percibida. De aquellos que se consideran “muy saludables”, el 79% duerme bien siempre/bastante a menudo. Sin

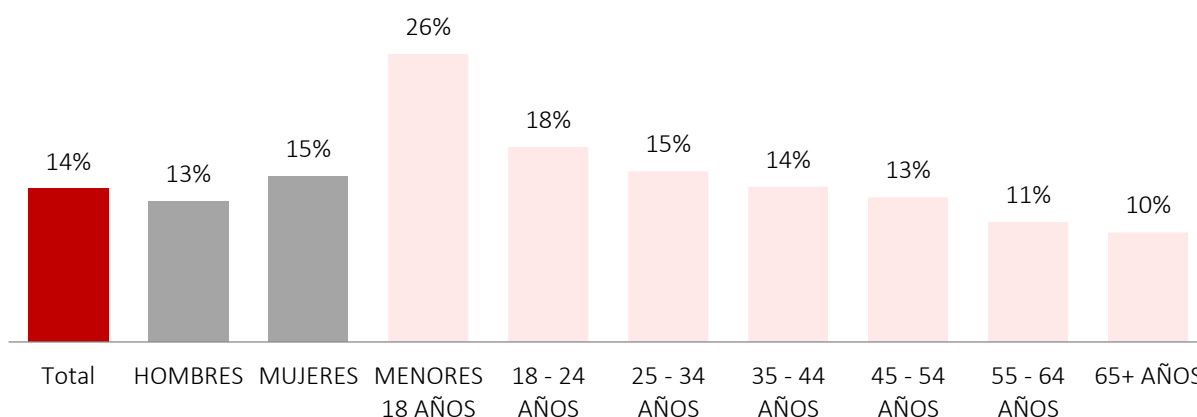
embargo, entre quienes declaran ser “nada saludables”, sólo el 33% duerme bien siempre o bastante a menudo.

Práctica de técnicas espirituales

El 14% de las personas practican técnicas espirituales con mucha frecuencia/ bastante a menudo.

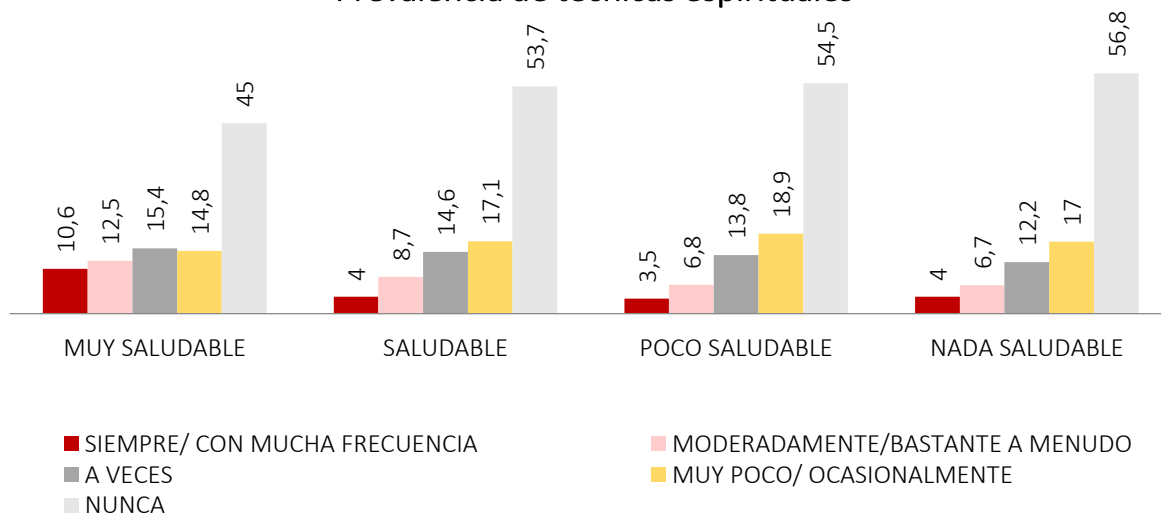
Un porcentaje más alto de personas jóvenes practican estas técnicas en comparación con las personas mayores.

% De quienes practican técnicas espirituales con mucha frecuencia/ bastante a menudo



Los “muy saludables” practican técnicas espirituales con una frecuencia ligeramente superior a los demás

Prevalencia de técnicas espirituales



Vilma Scarpino, Presidente de la Asociación Internacional WIN, comentó:

"La salud es la pieza central de nuestra vida diaria. Sin embargo, a menudo lo damos por sentado, hasta que hay algún inconveniente. Estamos constantemente rodeados de mensajes de salud y bienestar, pero ¿qué tan saludables nos sentimos realmente? Nuestra encuesta global con datos de 30,890 personas en 40 países ha encontrado que no hay relación entre la salud que creemos que tenemos y los factores de riesgo asociados con nuestros comportamientos. La gran mayoría de las personas en todo el mundo creen ser muy saludables o saludables; tal vez sea esta creencia la que dificulta que las autoridades sanitarias logren importantes cambios de comportamiento. La amplia gama de datos de este informe es importante y fascinante. Desde WIN estamos muy satisfechos de contribuir para mejorar la salud mundial".

RESULTADOS ARGENTINA

AUTOPERCEPCION DE SALUD EN GENERAL Y SOBRE ALGUNOS ASPECTOS ESPECIFICOS

-Por encima del promedio mundial (76%), un 86% de los argentinos se consideran saludables (24% muy saludable y 62% bastante saludable).

-Cuando indagamos acerca de la percepción del estado de salud en cuanto al estado físico, un 79% afirma que es bueno y un 18% que es malo. Es interesante mencionar que los argentinos se consideran en mejor estado físico que el promedio mundial (68%). Crece la mala evaluación de su estado físico entre las mujeres vs los hombres, a menor nivel educativo, en GBA e Interior del país vs Capital Federal y en los estratos de edad mas avanzados (mejora la percepción del estado fisico entre los de edad media).

-Un 69% de los argentinos señala que esta en un peso saludable mientras que un 27% considera que su peso actual no es saludable. Estos guarismos guardan similitud con los que arroja el análisis a nivel global. En Argentina crece la percepción de que su peso no es saludable a mayor edad, menor educación y en el interior del país.

-Un 86% de los argentinos afirma que su estado de ánimo es positivo, por encima del promedio global de 79%.

CONDUCTAS RELACIONADAS CON LA SALUD

-22% de los argentinos afirma que fuma siempre o con alguna frecuencia, 7% a veces.

-Un 11% de los argentinos declara que bebe alcohol con alguna frecuencia, un cuarto a veces y un 64% afirma que no bebe nunca/ casi nunca alcohol. El % de abstemios está en línea con el promedio mundial. Crece marcadamente entre mujeres.

-En cuanto al ejercicio físico, un tercio de los argentinos señala hacerlo con alguna regularidad, otro tercio en forma esporádica y un 37% nunca o casi nunca. Estos guarismos se asemejan al promedio mundial. El promedio argentino esconde grandes diferencias por segmentos sociodemográficos: cerca de la mitad de las mujeres, los más viejos, los residentes de GBA no ejercitan.

-En línea con el promedio mundial un 84% de los argentinos indican que padecen estrés. Crece este padecimiento entre la gente de edad media, las mujeres y los de mayor educación.

-En cuanto a la ingesta de medicamentos, un 51% declara que con alguna frecuencia toma medicamentos indicados por el médico, creciendo entre mujeres, a mayor edad y en Capital Federal.

-Los resultados que arroja la encuesta en nuestro país muestra que los argentinos duermen algo peor que el promedio global. Si bien un 59% indica que siempre o con frecuencia duerme bien (por debajo del 64% mundial), un 40% declara dormir bien solo ocasionalmente o a veces (contra un 32% global).

-Un 16% de los argentinos declara hacer dieta con frecuencia, en línea con el promedio global.

-Un 9% de los argentinos señala que hace con alguna frecuencia técnicas de meditación o mindfulness u otras técnicas espirituales. A nivel global esta cifra crece al 14%.

-Un 10% de los argentinos señala tomar con frecuencia suplementos vitamínicos. Resulta interesante mencionar que nuestro país está entre los que esta práctica es menos popular del mundo, junto con otros países de América del Sur y otros como Turquía o Indonesia.

-En línea con el promedio mundial un 36% de los argentinos señalan evitar alimentos que causen alergias. Crece esta conducta con la educación y en Capital Federal.

Al comentar los resultados del estudio, Constanza Cilley, Directora Ejecutiva de Voices! Research and Consultancy declaró *“Surge claro en el análisis de los datos de Argentina que uno de los desafíos más grandes que existen con relación a la salud es lograr que la población realice ejercicio físico. Solo un 32% de la población declara*

que lo hace con frecuencia si bien esto no impide que la amplia mayoría evalúe bien su estado físico. Las campañas de promoción deben estar apuntadas hacia los estratos más bajos que tienen las incidencias más bajas”.

Metodología

La Encuesta Global de WIN (WWS) y Voices en Argentina es un estudio llevado a cabo cada año con el propósito de medir los pensamientos, expectativas, preocupaciones y percepciones de la gente en relación a tópicos relevantes para la sociedad y los negocios.

Tamaño muestral y metodología de campo:

Un total de 30,890 personas fueron entrevistadas globalmente con muestras representativas utilizando encuestas face to face, telefónicas o por internet dependiendo de los países. El trabajo de campo fue llevado a cabo durante octubre de 2018 y Enero de 2019. El margen de error para la encuesta es entre 2.4 y 4.4, con un nivel de confianza de 95%.

Acerca de la Encuesta WIN:

Worldwide Independent Network of Market Research (WIN) es una red global que realiza investigación de Mercado y Encuestas de opinión en todos los continentes – Voices es integrante de la red realizando los estudios en Argentina.

ACERCA DE VOICES!

Voices! Research & Consultancy es una empresa con foco en la investigación social, política y de mercado, con el objetivo de proporcionar consultoría a las organizaciones usando rigurosas metodologías y enfoques innovadores. El equipo de VOICES! tiene una amplia experiencia en estudios nacionales e internacionales y ha participado en las investigaciones con encuestas más importantes del mundo.

<http://www.voicesconsultancy.com/>

Contacto: Constanza Cilley - Directora Ejecutiva VOICES!

constanzacilley@voicesconsultancy.com

Cel: 1565724467