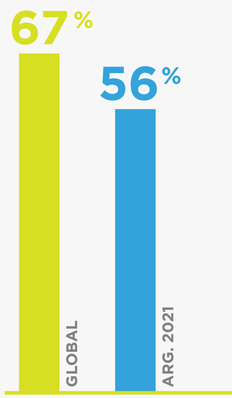
ESTUDIO INTERNACIONAL SOBRE HABITOS SALUDABLES

Si bien los argentinos se autoperciben saludables, crecen el mal dormir y los niveles de estrés versus el 2020

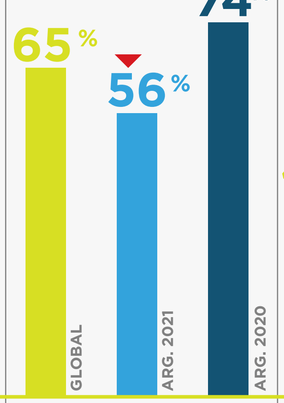
Los argentinos se sienten algo más saludables que el promedio global, pero cuando analizamos acciones específicas vemos que estamos **bastante por detrás** en la incorporación de varios **hábitos saludables.**

COME SANO



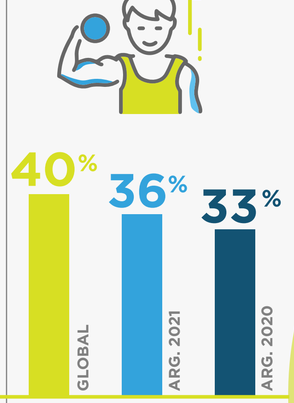
Argentina por debajo del promedio en el buen comer, destacándose el interés por el tema entre las **mujeres y mayores.**

DUERME BIEN

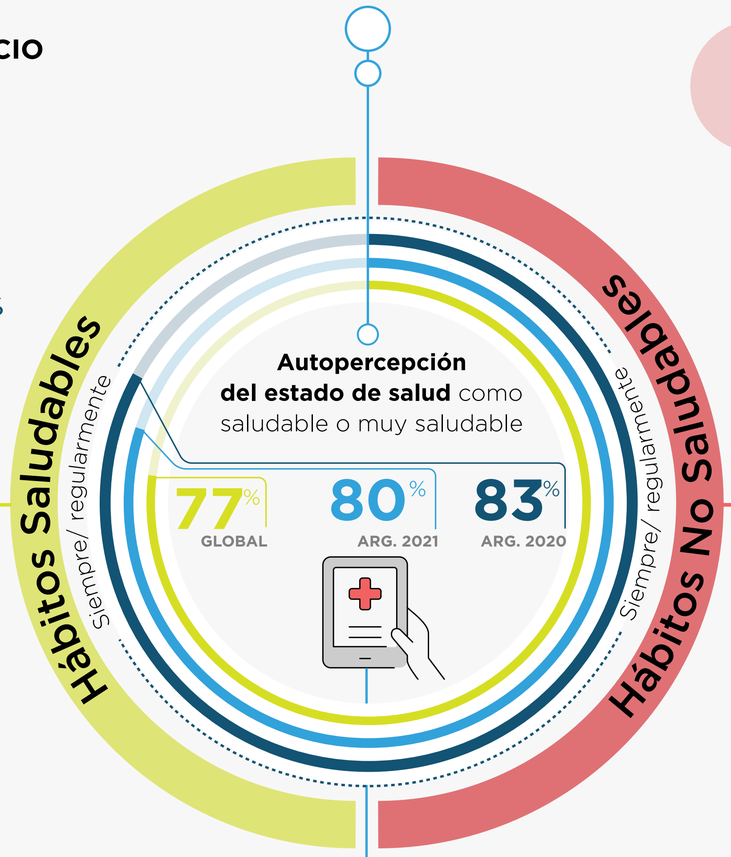


Nuestro país por debajo del promedio y con un **empeoramiento** muy significativo vs la medición anterior.

REALIZA EJERCICIO

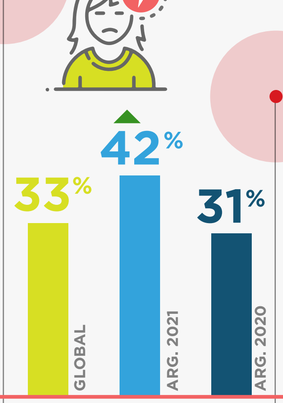


Los argentinos de **menor NSE** son los que menos incorporan ese hábito, marcando claramente la necesidad de promover este hábito que es gratuito y brinda grandes beneficios.



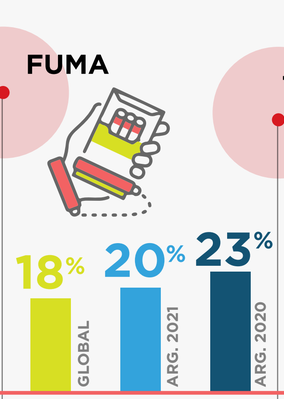
En nuestro país, son los **hombres, las personas de 35 a 49 años y los más educados** quienes se sienten más saludables.

SUFRE ESTRÉS



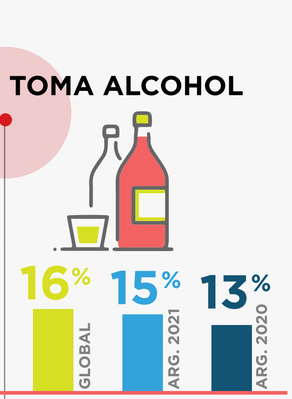
Argentina está en el **top ranking** de los 5 países donde más se declara padecer estrés junto a Japón, Croacia, Serbia y Líbano.
Preocupa el **crecimiento en el padecimiento** de stress especialmente entre **mujeres y jóvenes,** gran señal de alerta.

FUMA



En Argentina vemos un **crecimiento** en este hábito entre **mujeres** que es necesario seguir estudiando.
Grecia, Palestina y Turquía encabezan el ranking de este hábito negativo. Varios países de América Latina se encuentran entre los que menos lo realizan: Ecuador, Colombia, Paraguay y Perú.

TOMA ALCOHOL



El consumo destaca en Japón, Irlanda, Gran Bretaña y Dinamarca.
Los **hombres** duplican en consumo a las mujeres tanto en Argentina como a nivel global.
En nuestro país el consumo de alcohol parece seguir una **tendencia en alza** (9% en 2019, 13% en 2020, 15% en 2021) que hay que seguir investigando.

Acerca de la Encuesta WIN Voices
La Red Mundial Independiente de Estudios de Mercado (WIN) es una red mundial que realiza estudios de mercado y encuestas de opinión en todos los continentes. La encuesta se realizó entre octubre y diciembre 2021, en 39 países y se entrevistó a 33.326 personas. Voices realizó el estudio en Argentina.

Acerca Voices
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, tanto a nivel local, regional y global.
www.voicesconsultancy.com

Por consultas
Constanza Cilley, Directora Ejecutiva de Voices!
constanzacilley@voicesconsultancy.com
+ 116 572 4467