

Más de la mitad de los adultos y uno de cada cuatro niños sufre sobrepeso u obesidad

Un 74,1% de los hombres considera tiene buena salud, frente al 63,6% de las mujeres, según la Encuesta Nacional de Salud 2006

ELPAIS.com / AGENCIAS - Madrid - 30/04/2007

Aumentan los problemas con la báscula en España. Más de la mitad de los adultos (52,7%) y uno de cada cuatro niños (27,6%) sufre sobrepeso u obesidad, según el avance provisional de los resultados de la Encuesta Nacional de Salud 2006 que ha hecho público hoy Sanidad. En el sondeo de 2005, el 49,52 de la población adulta tenía kilos de más, por lo que por primera vez el problema afecta a más del 50% de los españoles mayores de edad, de los que el 10,7% está a dieta. El estudio revela además que el 74,1% de los hombres considera tiene buena salud, frente al 63,6% de las mujeres. Otro dato relevante es que casi uno de cada tres mayores de 16 años se declara fumador

Para calcular si existe sobrepeso u obesidad, se ha calculado el índice de masa corporal (IMC, la relación entre el peso del individuo en kilogramos y el cuadrado de la talla en metros) según el peso y la talla declarados por el encuestado. Se tiene peso insuficiente cuando el IMC es inferior al 18,5, peso normal entre 18,5 y 24,9, sobrepeso entre 25 y 29,9 y obesidad igual o mayor a 30. Según este informe, que se realizó con la colaboración del Instituto Nacional de Estadística, el 44,4% de los hombres y el 30,3% de las mujeres a partir de los 18 años tienen sobrepeso.

El 70,6% consume alcohol

Un 15,5% de los hombres y un 15% de las mujeres tiene problemas de obesidad. Ambos trastornos son más frecuentes en las personas de mayor edad. No obstante, también están presentes en los jóvenes, ya que el 18,5% de la población entre los dos y los 17 años tiene sobrepeso y el 9,1% obesidad. El estudio señala que casi uno de cada tres españoles mayores de 16 años (30%) se declara fumador. De ellos, un 27% fuma a diario y sólo un 2,9% de forma ocasional, mientras que un 21,1% dice ser ex fumador. Por sexos, el 32,2% de los hombres y el 22,1% de las mujeres se reconocen adictos al tabaco. Además, la mayoría de los encuestados (70,6%) afirma haber consumido bebidas alcohólicas en los 12 meses anteriores.

El 82,3% de los hombres y el 59,3% de las mujeres de 16 y más años han tomado bebidas con alcohol en los 12 meses anteriores. Este porcentaje es mayor en las personas de menor edad, especialmente en las mujeres. A pesar de estos hábitos poco saludables y el sobrepeso, un 68,8% de la población española considera que su estado de salud es "bueno o muy bueno". Los hombres presentan un estado de salud subjetiva mejor que las mujeres. De hecho, el 74,1% de los hombres declara tener un estado de salud bueno o muy bueno frente al 63,6% de las mujeres. La percepción de un buen estado de salud es menor en las personas mayores. Así, mientras que un 88,8% de los menores de 16 años y un 87,9% de las personas de 16 a 24 años declaran que su estado de salud es bueno o muy bueno, únicamente un 36,8% de las personas mayores de 64 años valora su estado de salud como positivo.

A pesar de esta percepción, de la población adulta (de 16 y más años) hasta un 21,4% afirma que ha sido diagnosticada de artrosis, artritis o reumatismo; un 20,7%, de hipertensión arterial; un 16,1%, de hipercolesterolemia; un 14,7%, de depresión, ansiedad u otros trastornos mentales y un 12,4% de alergia crónica. Estas dolencias son más frecuentes en mujer que en hombre. En cuanto a la población infantil (menor de 16 años), el 11,9% ha sido diagnosticada de alergia crónica y el 7,0% de asma. Ambos problemas son más frecuentes en los niños que en las niñas. Además, el 11,1% de los encuestados declara haber tenido algún accidente.

El 10,7% de la población, a dieta

El 12,0% de los hombres y el 10,2% de las mujeres sufrieron algún accidente en los 12 meses anteriores a la encuesta. El 22,3% de la población afirma que tiene dificultades para realizar las actividades de la vida diaria debido a un problema de salud -el 18,6% de los hombres y el 25,9% de las mujeres-. Estas dificultades son más frecuentes en la población de mayor edad. Así, el 42,7% de las personas de 65 y más años -el 34,0% de los hombres y el 48,9% de las mujeres- presenta alguna limitación para las actividades de la vida diaria. En cuanto a los hábitos de vida, el 59,6% de la población adulta realiza ejercicio, un 63,1% de los hombres y el 56,3% de las mujeres de 16 y más años. En los hombres, este hábito es más frecuente entre los 16 y 24 años y en las mujeres, entre los 45 y 64 años.

En cuanto a la alimentación, el 2,9% de la población de uno y más años no desayuna -sólo un 13,2% toma un desayuno completo-. El más extendido se compone de lácteo u otro líquido más hidratos de carbono, opción del 49,4% de la población, 47,1% de los hombres y 51,7% de las mujeres. El 14% de la población toma un desayuno a base de líquidos y el 2,8% acompaña el líquido con zumo o fruta pero no consume hidratos de carbono. Un 2,9% no desayuna nada, un hábito más frecuente entre los 16 y 24 años, grupo de edad en el que alcanza el 7,8%. El 10,7% del total -el 8,8% de los hombres y el 12,5% de las mujeres- sigue algún tipo de dieta o régimen especial. Esta práctica es más frecuente en la población de mayor edad.