

40dB

Estudio sobre la obesidad

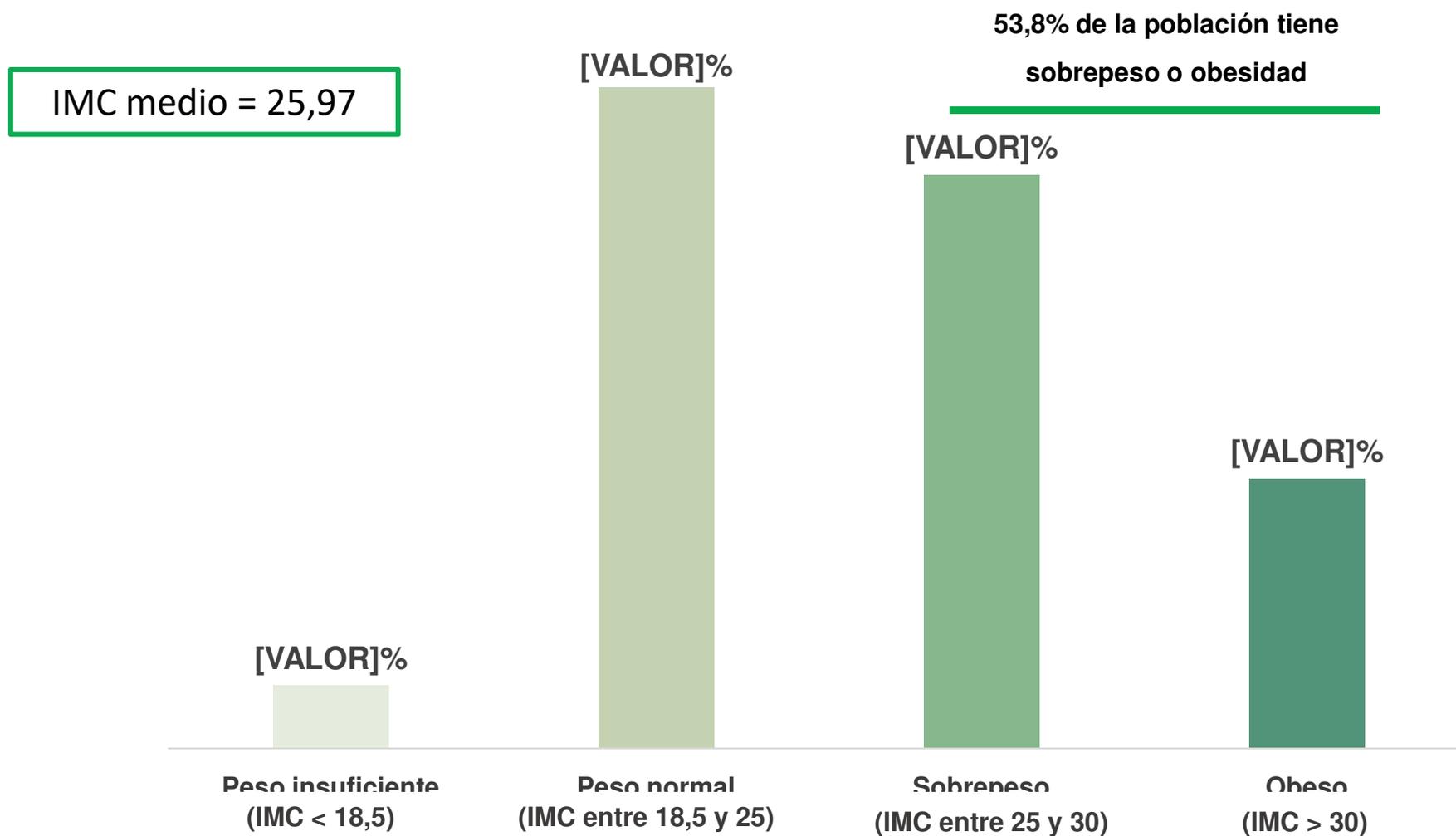
Febrero 2022



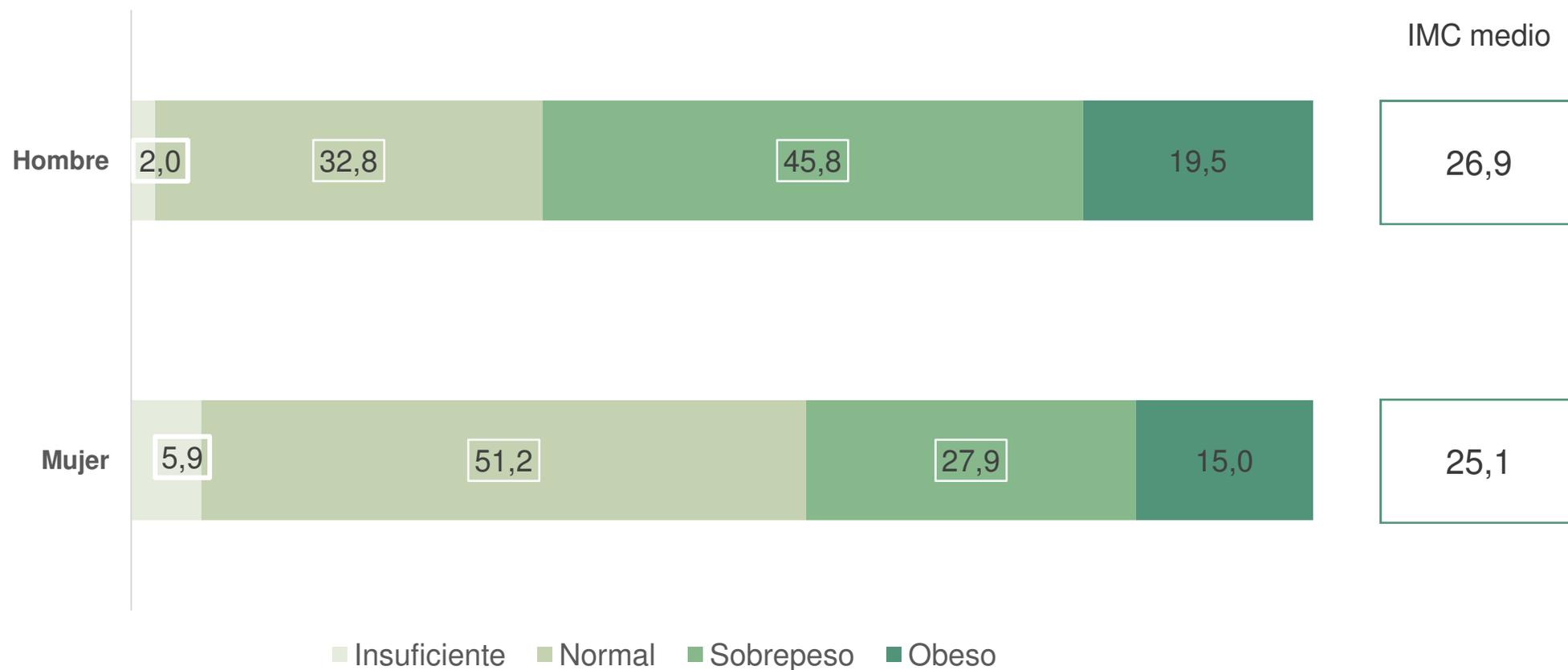
Distribución del IMC



A partir del índice de masa corporal se han clasificado los individuos en las categorías “*peso insuficiente*”, “*peso normal*”, “*sobrepeso*” y “*obesidad*”. La distribución de la variable sería la siguiente:



IMC por Sexo

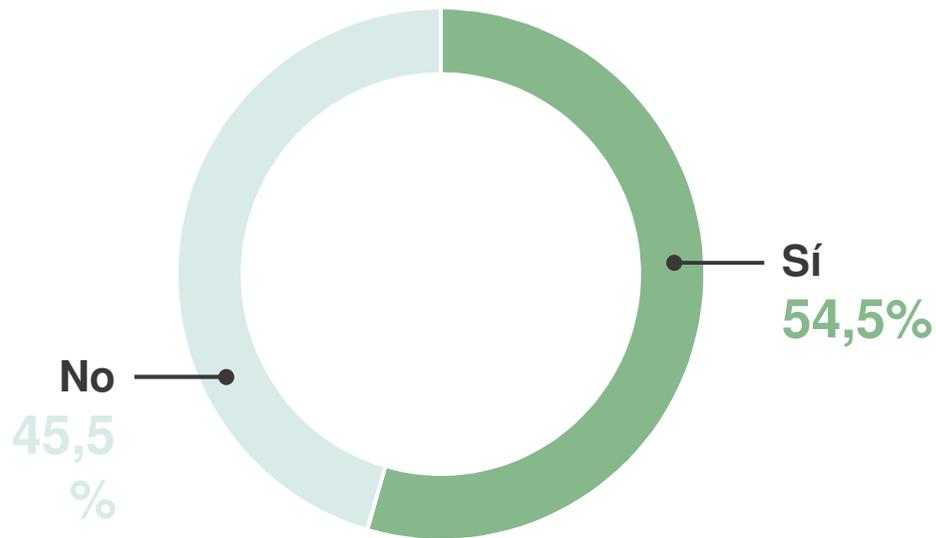


Referencia significativa con la población general
95% de confianza

La percepción subjetiva

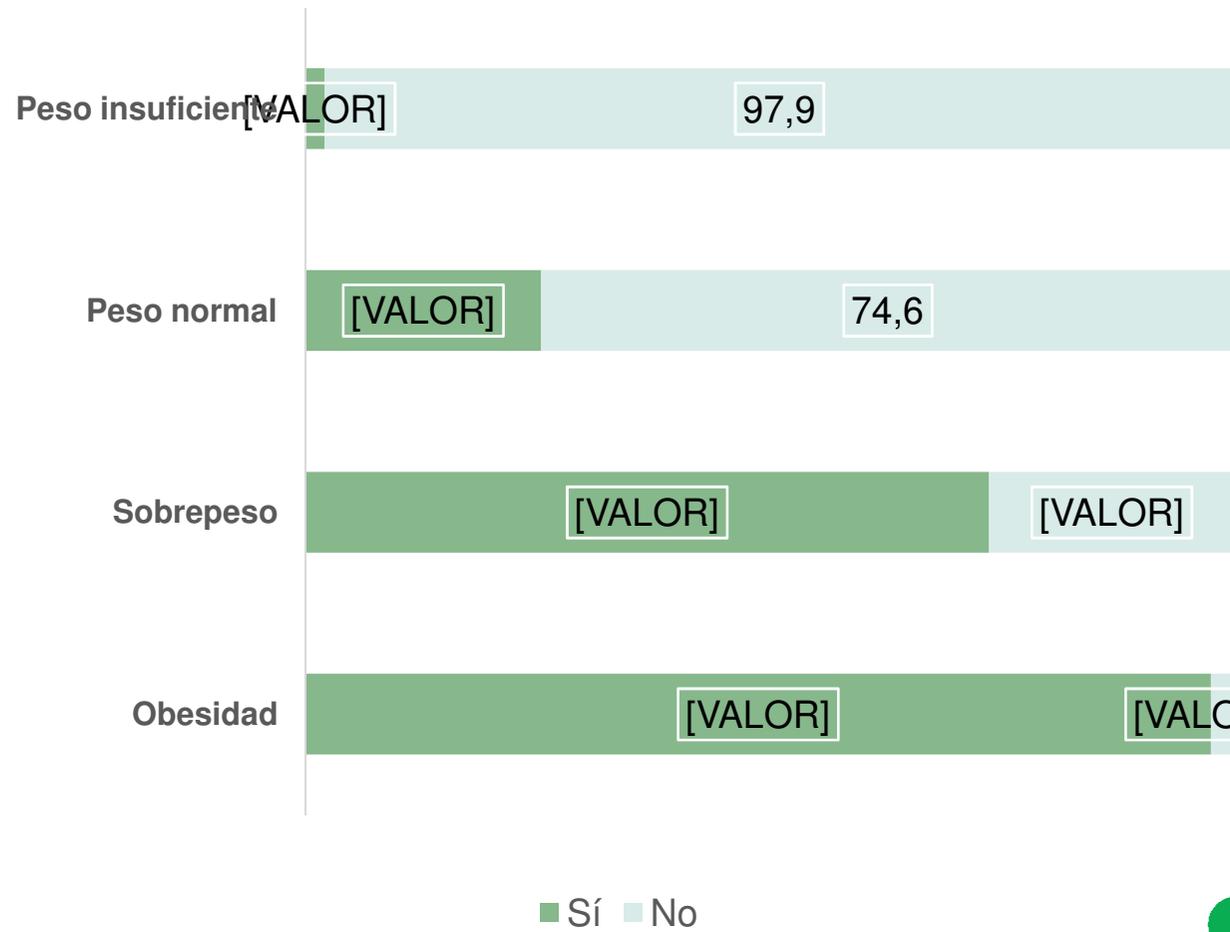
¿Consideras que tienes exceso de peso?

Población general



El 55,4% de los hombres vs el 53,6% de las mujeres considera que tiene exceso de peso

Percepción subjetiva e IMC



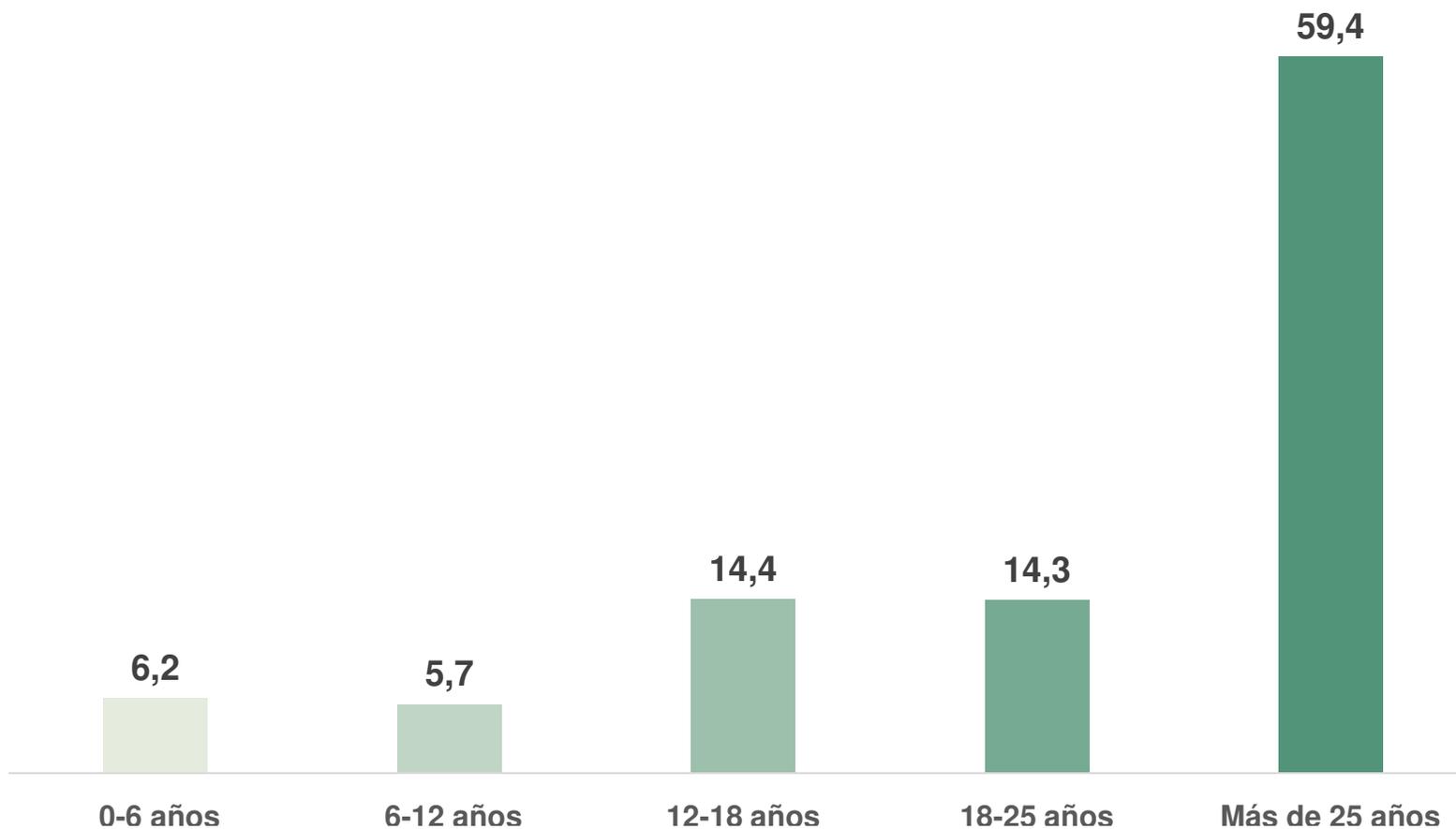
Diferencia significativa con la población general
95% de confianza

¿A qué edad empieza el exceso de peso?



¿Desde cuándo padeces exceso de peso?

Base: personas que considera que tienen exceso de peso

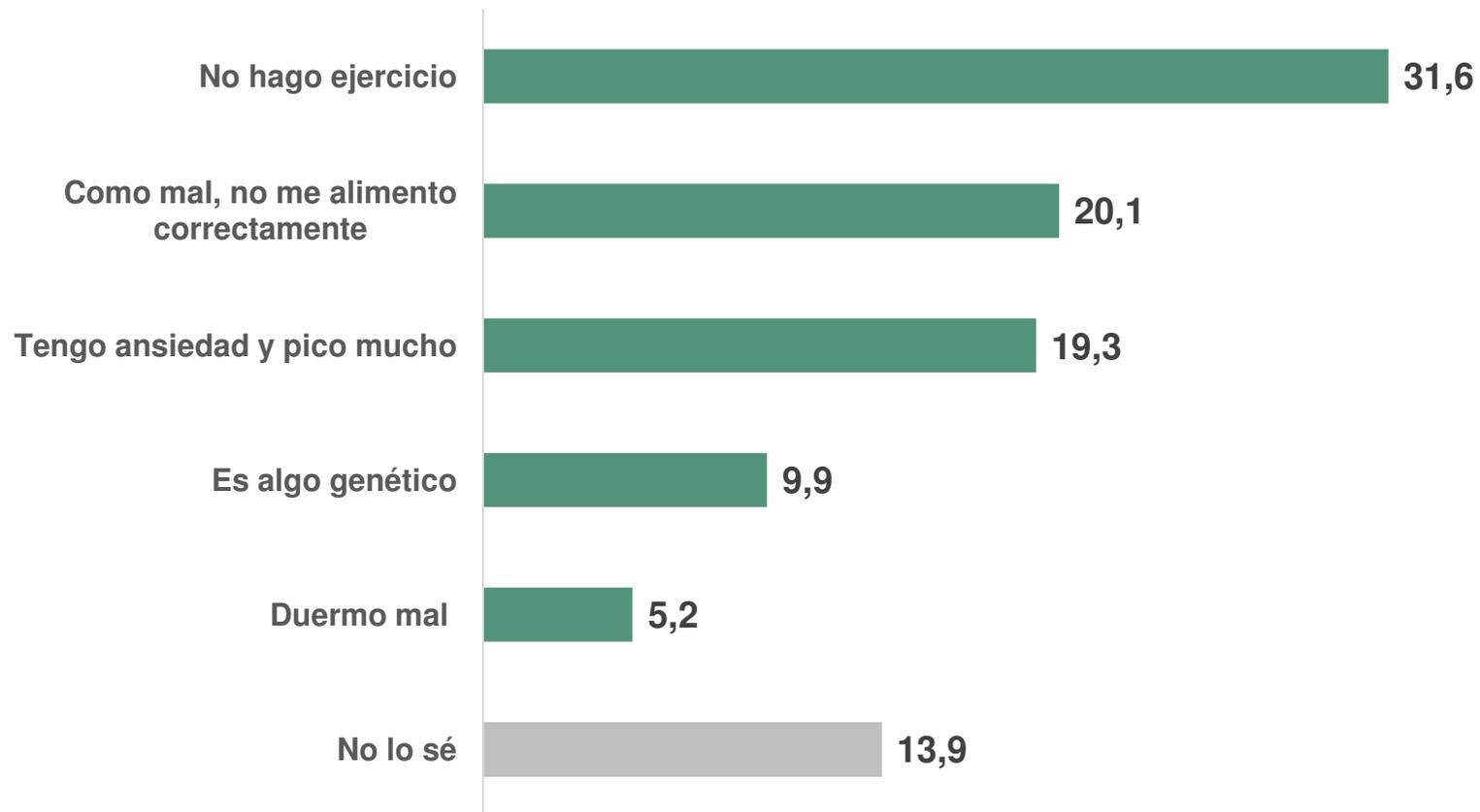


Motivos del exceso de peso



¿Y cuál de estos motivos dirías que es la principal causa de ese exceso de peso?

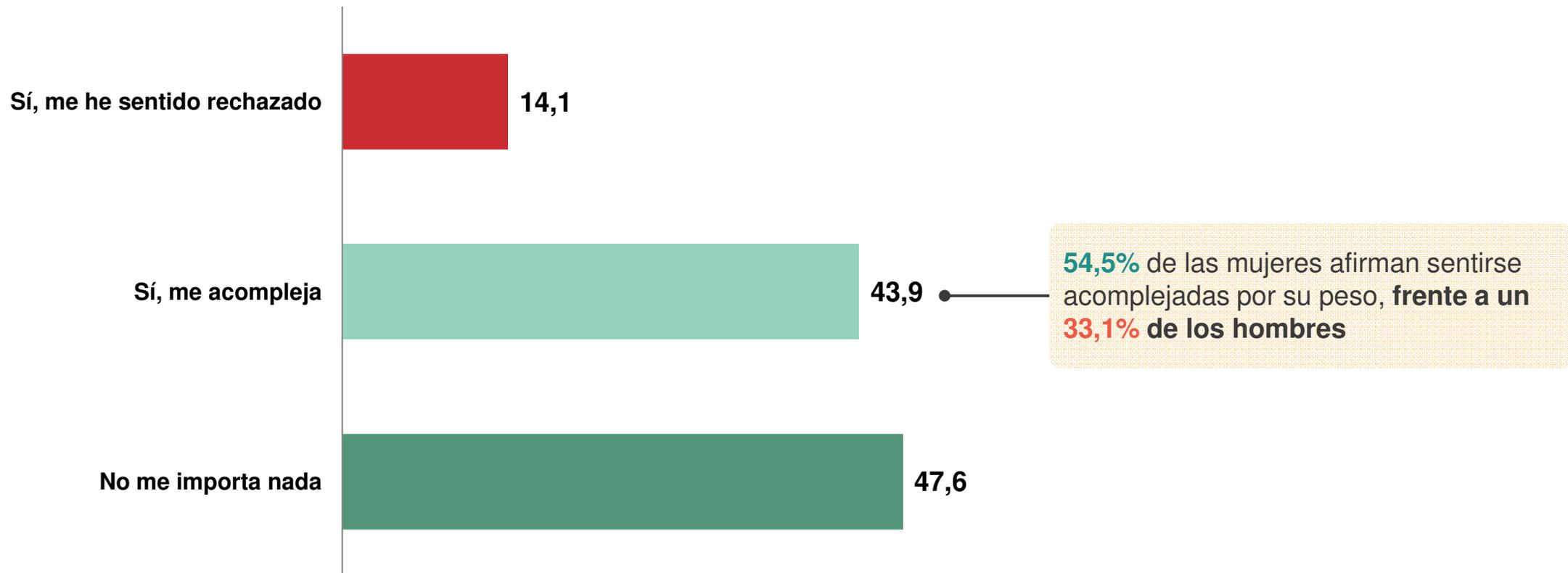
Base: personas que considera que tienen exceso de peso



El exceso de peso y las relaciones sociales

¿Crees que el peso te condiciona la vida?

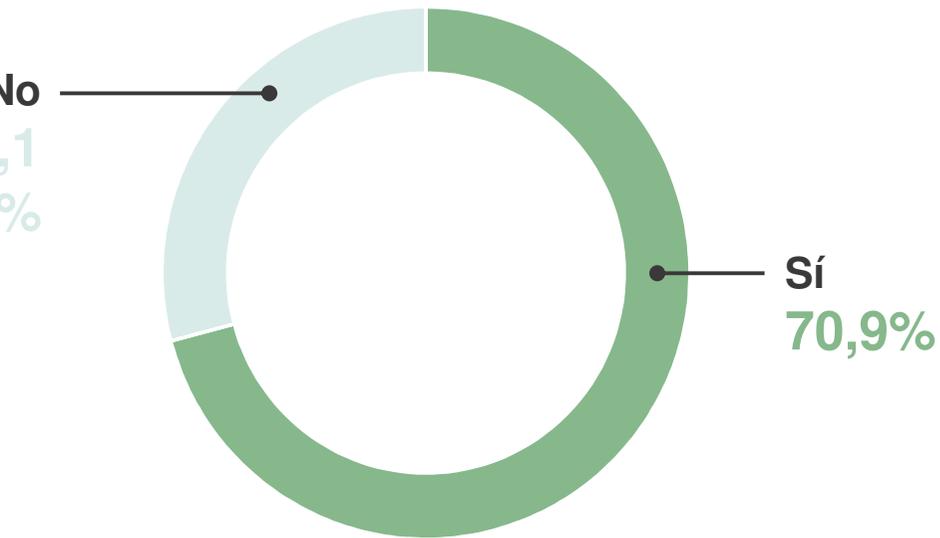
Base: personas que considera que tienen exceso de peso



El deseo de tener normopeso

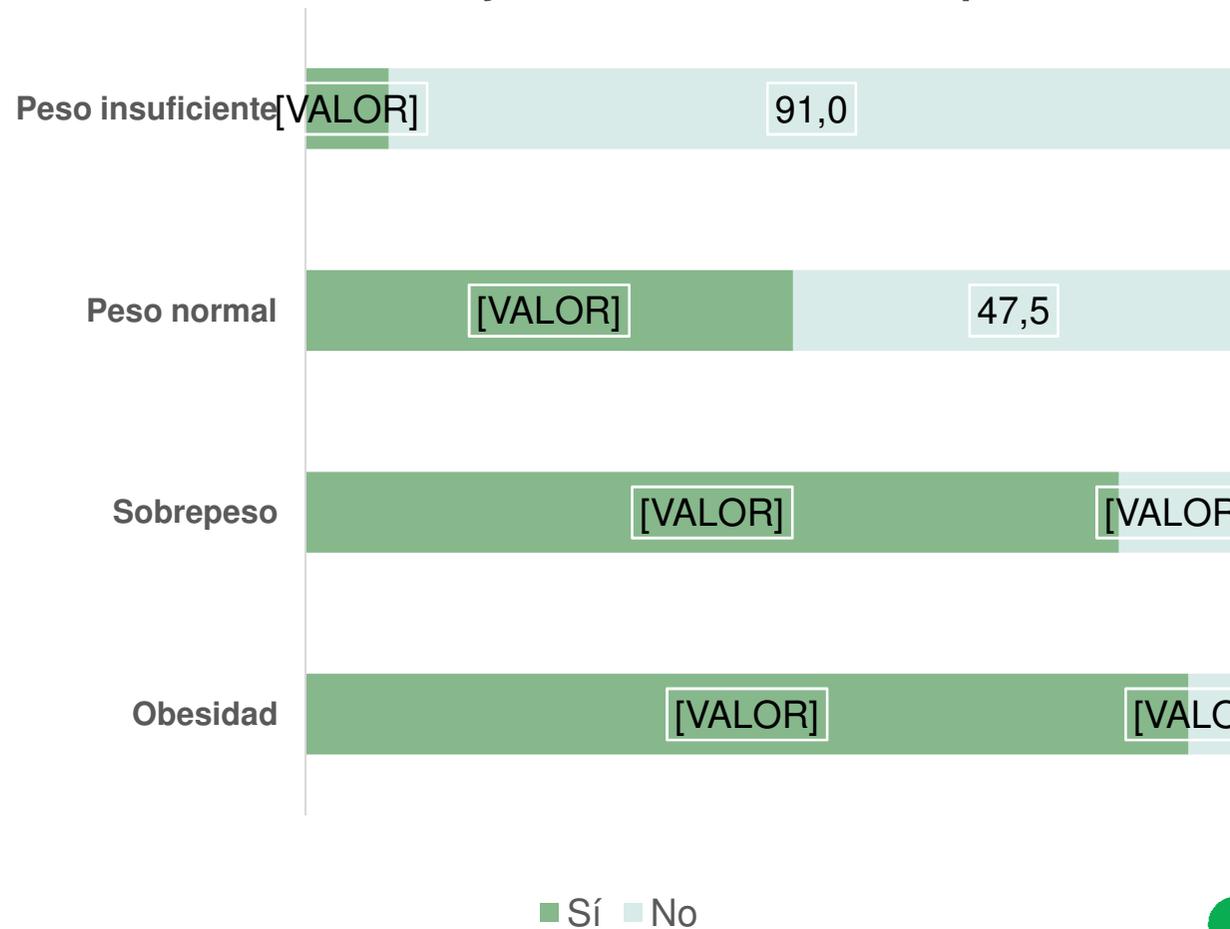
¿Te gustaría estar más delgado/a?

Población general



Al 68,9% de los hombres vs 72,7% de las mujeres les gustaría perder peso

IMC y deseo de tener normopeso

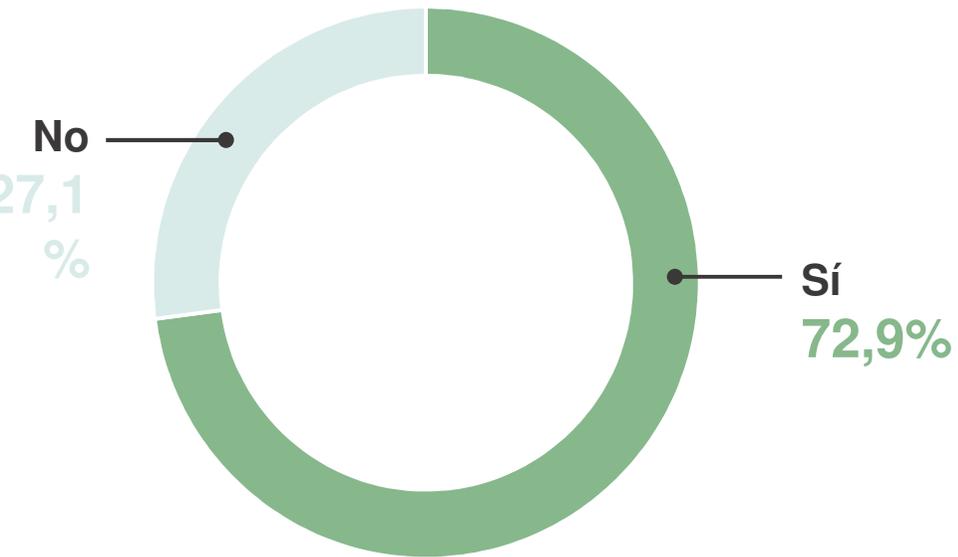


Diferencia significativa con la población general
95% de confianza

¿Intentamos perder peso?

¿Alguna vez has intentado perder peso?

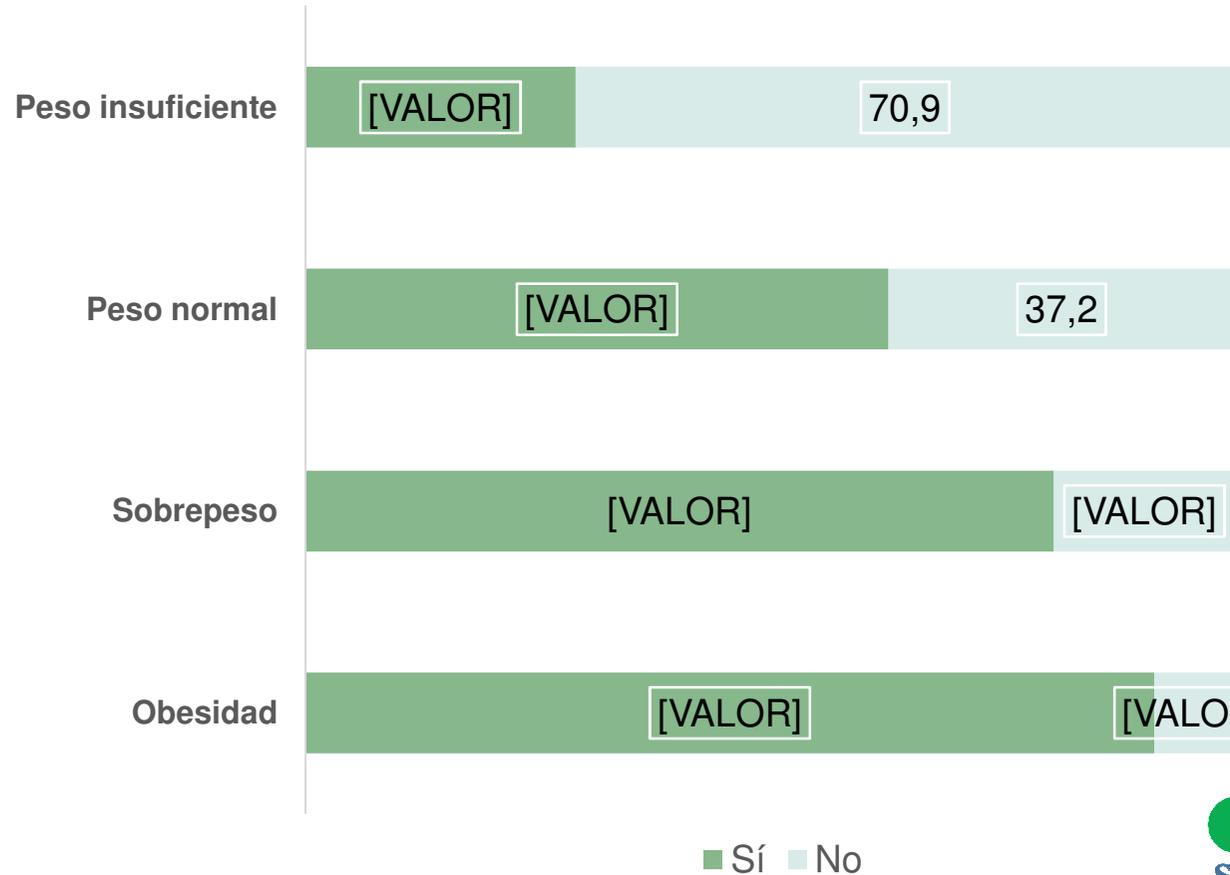
Población general



El **67,2%** de los hombres han intentado bajar de peso, frente al **78,2%** de las mujeres

Diferencia significativa con la población general
95% de confianza

IMC y % de personas que han intentado perder peso

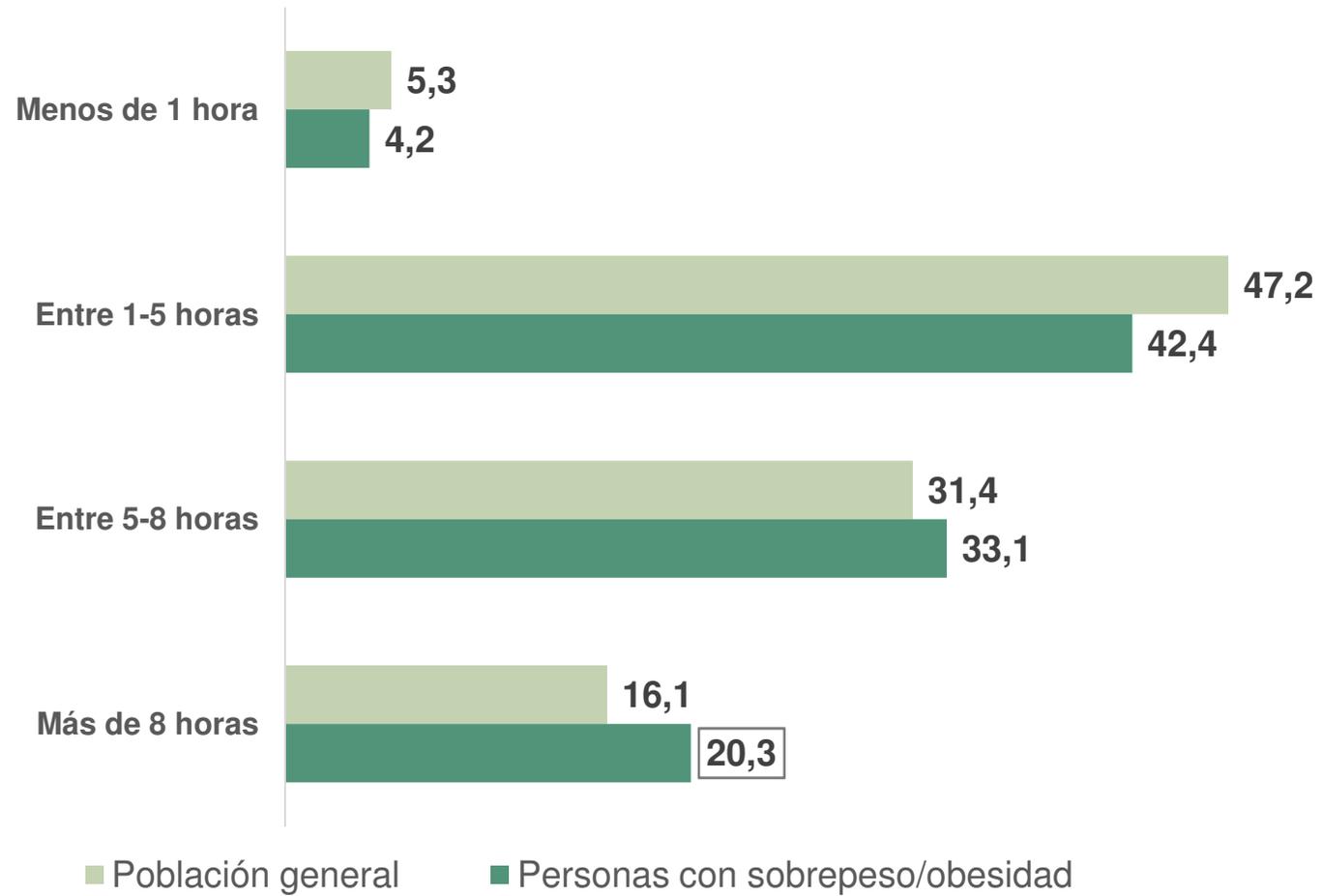


■ Sí ■ No

Sedentarismo



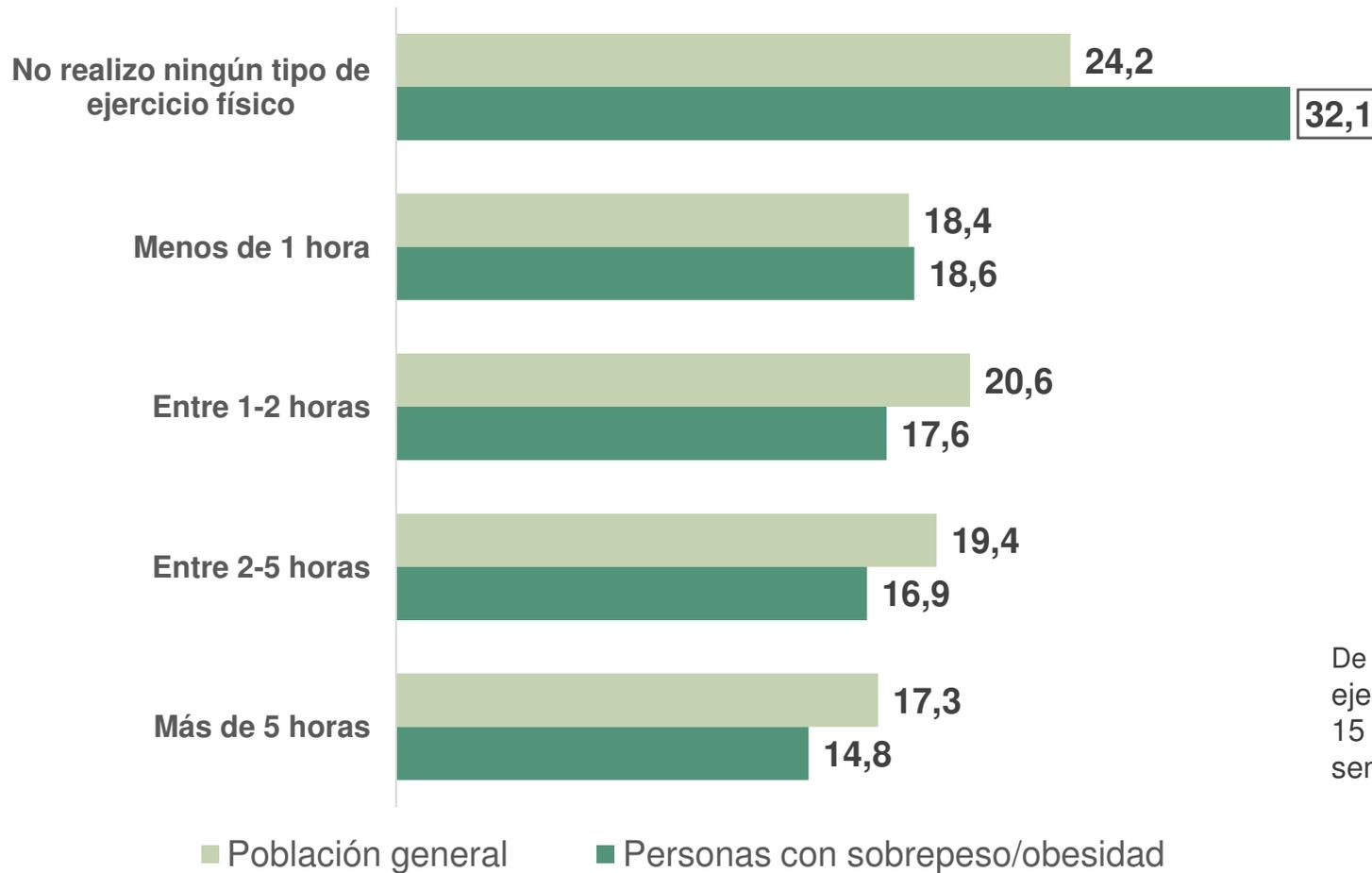
Sin contar las horas de sueño, ¿cuánto tiempo al día te mantienes sedentario (sentado, tumbado o inactivo)?



Referencia significativa con la población general
95% de confianza

Ejercicio físico

De media, ¿Cuánto tiempo a la semana realizas ejercicio físico?



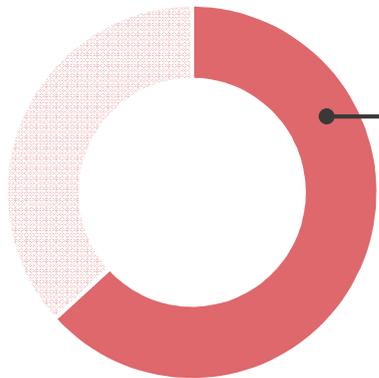
42,6%
no realiza ningún tipo de ejercicio físico o le dedica menos de 1 hora a la semana



De los que realizan poco o ningún ejercicio creen que le podrían dedicar 15 minutos al día, 4 o 5 días por semana

Diferencia significativa con la población general
95% de confianza

Ejercicio físico



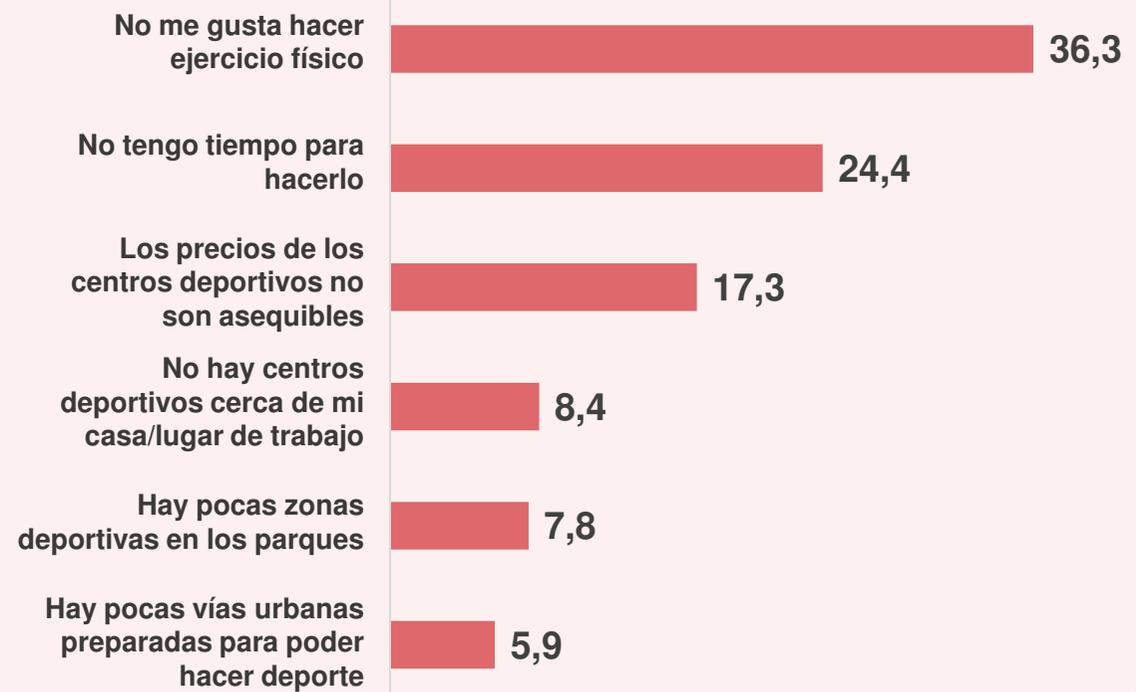
63,2%
no realiza ningún tipo de ejercicio o le dedica menos de dos horas semanales

33,8% de los jóvenes de 18 a 24 años dicen que los precios de los centros deportivos son la razón por la que no hacen deporte

54,2% de los encuestados de 65 y más años no hacen ejercicio porque no les gusta

Base: los que no realizan ejercicio físico o lo hacen menos de 2 horas a la semana

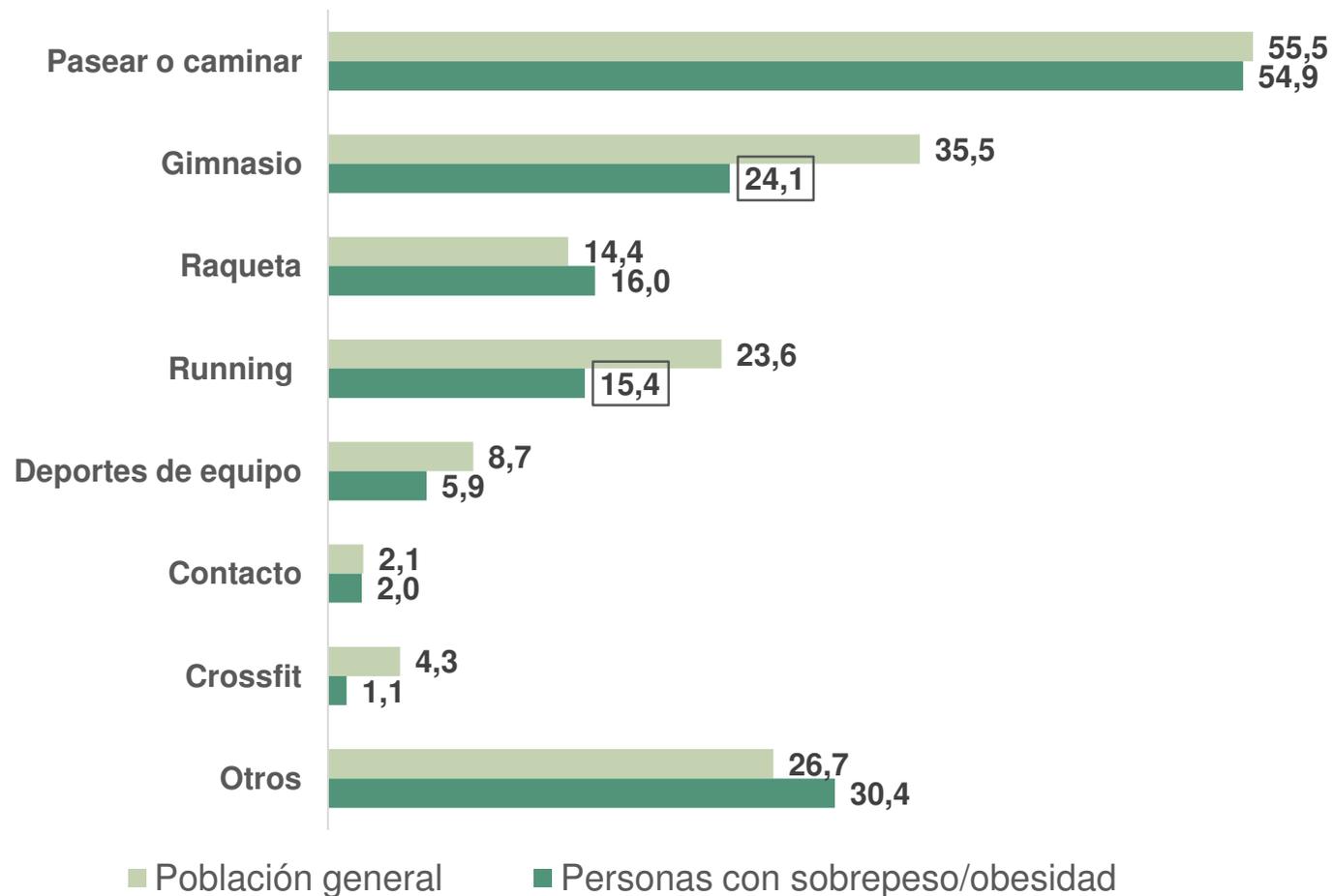
¿Cuál es la principal razón por la que no realizas ejercicio físico o no lo realizas con más frecuencia/de forma regular?



La práctica de algún deporte

¿Qué tipo de deporte o deportes practicas?

% sobre los que practican algún deporte



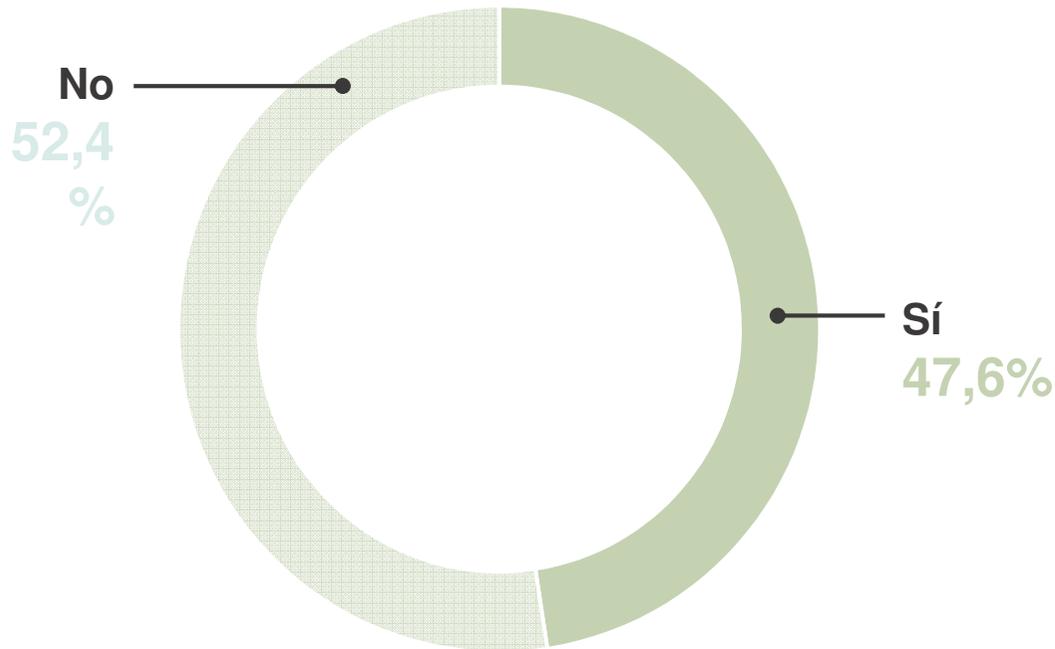
Referencia significativa con la población general
95% de confianza

Lesiones

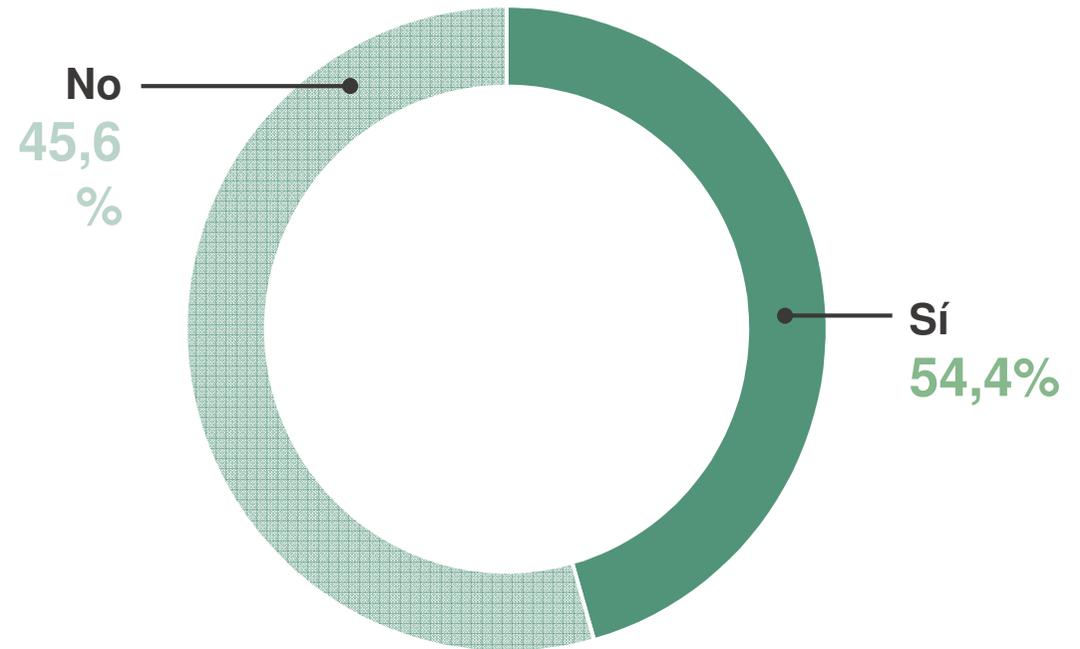


¿Has sufrido en el último año alguna lesión o dolencia en la espalda (lumbalgias), caderas, rodillas o tobillos?

Población general



Personas con sobrepeso/obesidad



Diferencia significativa con la población general
95% de confianza