

# La percepción de la salud en España aprueba con notable



La Encuesta Europea de Salud en España ha arrojado datos muy positivos sobre el sentir general de la población española. El Instituto Nacional de Estadística (INE) asegura que entre las personas de más de 15 años, tres de cada 10 realizan ejercicio físico más de dos días por semana, el número de fumadores desciende con respecto a 2009 y hasta el 71% reconoce que su estado es bueno o muy bueno.

**M**ás de dos tercios de la ciudadanía afirma sentirse bien o muy bien con respecto a su salud.

Prácticamente todos los datos son más positivos en hombres que en mujeres, las que utilizaron en mayor medida la atención sanitaria, tanto general como especialista. Sin embargo, el 6,3% de las mujeres de 50 a 69 años declara no haberse realizado nunca una mamografía para la detección precoz del cáncer de mama y un 13,8% de mujeres de 25 a 64 años nunca se ha realizado una citología vaginal.

Por su parte, sólo el 8,3% de la población de 50 a 69 años se ha hecho una prueba de sangre oculta en heces para la detección precoz del cáncer colorrectal en el último año. La higiene dental sigue siendo uno de los escollos dentro de la atención médica, ya que la mitad de la población de 15 y más años no fue en el último año, y hasta el 2,7% no ha ido nunca.

### El 71% de la población percibe su salud como buena o muy buena

Las personas mayores de 15 perciben su salud muy positivamente. Por sexo, el 75,1% de los hombres declara tener un buen estado de salud, frente al 67% de las mujeres. Como es natural, esta consideración disminuye con la edad. Así, mientras que en el grupo de edad de 15 a 24 años, el 93,1% de los hombres y el 88,3% de las mujeres valoran su salud como buena o muy buena, en el de 85 y más años los porcentajes bajan al 36,8% en los hombres y al 26,8% en las mujeres. En todos los grupos de edad, el porcentaje de valoración positiva del estado de salud es superior en los hombres que en las mujeres.

Sin embargo, el porcentaje de personas de 15 y más años que valora positivamente su estado de salud es similar al de 2009, con la sola diferencia de que en el estudio de hace cinco años se investigó la ciudadanía a partir de los 16 años. Si se analizan las cifras por sexo, el porcentaje de hombres disminuye (75,1% frente a 75,5%) y el de mujeres aumenta (67% frente a 66,1%).

### La salud de hierro... ¿es navarra?

Si el barómetro fija el grado medio de satisfacción de los adultos con respecto a su salud en un 71%, entonces algunos se consideran muy afortunados. Las comunidades autónomas con mayor porcentaje de adultos contentos con su salud son Comunidad Foral de Navarra (74,9%), Comunidad de Madrid (74,8%) e Illes Balears (74,7%). También Cantabria, Cataluña o País Vasco pueden presumir de muy buenas valoraciones.

Por el contrario, estos datos bajan en Galicia, donde sólo 6 de cada 10 personas están satisfechas con su salud. De modo similar, Castilla y León (66,1%) y Canarias (66,2%), bajan la media significativamente, junto con Región de Murcia, Ceuta o Principado de Asturias, donde las cifras no llegan al 70%.

### Las enfermedades crónicas más frecuentes

Los problemas crónicos de salud más frecuentes a partir de los 15 años son la hipertensión arterial (18,4%), los dolores lumbares (17,3%), el colesterol elevado (16,5%), la artrosis (16,4%), los dolores cervicales (14,7%) y la alergia (13,4%). Los siguen las varices, las migrañas, la depresión, la ansiedad crónica y la diabetes.

### Valoración positiva del estado de salud. Porcentaje de personas de 15 y más años por comunidades (y ciudades) autónomas

|                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| Navarra, Comunidad Foral de | 74,9      |
| Madrid, Comunidad de        | 74,8      |
| Balears, Illes              | 74,7      |
| Rioja, La                   | 74,5      |
| Cantabria                   | 74,2      |
| Cataluña                    | 73,8      |
| Extremadura                 | 73,3      |
| País Vasco                  | 73,1      |
| Melilla                     | 71,8      |
| Comunitat Valenciana        | 71,7      |
| Andalucía                   | 70,8      |
| Castilla-La Mancha          | 70,8      |
| Aragón                      | 70,6      |
| Asturias, Principado de     | 68,5      |
| Ceuta                       | 68,1      |
| Murcia, Región de           | 66,8      |
| Canarias                    | 66,2      |
| Castilla y León             | 66,1      |
| Galicia                     | 60        |
| <b>Total</b>                | <b>71</b> |

### Tres de cada 10 personas mayores de 15 años realizan ejercicio físico más de dos días por semana

### Valoración positiva del estado de salud. Porcentaje de personas por sexo y grupo de edad. 2014

|                  | Hombres | Mujeres |
|------------------|---------|---------|
| De 15 a 24 años  | 93,1    | 88,3    |
| De 25 a 34 años  | 87,9    | 83,2    |
| De 35 a 44 años  | 83,4    | 79,2    |
| De 45 a 54 años  | 75,5    | 71,3    |
| De 55 a 64 años  | 65,5    | 57      |
| De 65 a 74 años  | 59,7    | 46,8    |
| De 75 a 84 años  | 39,6    | 34,4    |
| De 85 y más años | 36,8    | 26,8    |

Fuente: Encuesta Europea de Salud en España Año 2014

Salvo éste último, todos estos problemas tienen una mayor presencia en mujeres que en hombres.

Por su parte, el 20,7% de la población de 65 años y mayor tiene dependencia funcional, es decir, dificultad para realizar alguna actividad básica de la vida diaria como alimentarse, asearse, vestirse, sentarse o levantarse. Ocho de cada 10 disponen de ayuda personal o técnica para llevarlas a cabo. Aunque disminuye en todos los casos con respecto a 2009, este porcentaje es todavía superior en las mujeres (25,2%) que en los hombres (15,0%).

### Aumentan las visitas al médico especialista

Mientras que el 2014 ha visto un dato similar al de 2009 en cuanto a las visitas al médico de familia, el 14,2% de personas de 15 años y mayores ha visto a un especialista en las cuatro últimas semanas anteriores a la encuesta, frente al 11,8% que lo hizo en 2009. Al igual que en la medicina general, las mujeres también utilizan este servicio con mayor frecuencia (16,5% frente a 11,9% de los hombres).

Además, durante el 2014, el 19,4% de ellos acudió a un servicio de radiología, el 15,6% visitó un fisioterapeuta y el 4,6% consultó un psicólogo. El 2,7% de esta franja de la población nunca ha ido al dentista y el 51,2% no fue en el último año. Por otra parte, casi tres de cada 10 personas de 15 y más años fue atendida en un servicio de urgencias en 2014, aunque las hospitalizaciones han descendido respecto a 2009, tanto aquellas con pernoctación como en un hospital de día.

Si el consumo de medicamentos recetado por un profesional de la salud sigue siendo más elevado que el de no recetados, lo cierto es que el consumo de ambos ha aumentado desde 2009. En el caso de los primeros, en un 54,8% frente a un 53,0%, mientras que un 21,6% de personas declaran automedicarse frente al 15,9% de hace cinco años. Otros datos interesantes para entender el comportamiento de la población en cuanto a la salud muestran que al 18,7% de la población de 15 y más años se les administró la vacuna de la gripe, una cifra que se dispara a más de la mitad de las personas en edad de jubilación. Por su parte, 2014 vio siete de cada 10 personas medirse la tensión arterial, el nivel de azúcar en la sangre y el colesterol, unas prácticas preventivas que se incrementan progresivamente con la edad.

### Atención médica recibida en los últimos 12 meses Porcentaje de personas de 15 y más años por comunidades (y ciudades) autónomas

|                         | Consulta médica | Hospitalización | Uso del hospital de día | Asistencia urgencias |
|-------------------------|-----------------|-----------------|-------------------------|----------------------|
| Andalucía               | 82,8            | 8,2             | 6,1                     | 30,9                 |
| Aragón                  | 83,9            | 7,9             | 3,3                     | 20,6                 |
| Asturias, Principado de | 88              | 8,9             | 5,5                     | 25,1                 |
| Baleares, Illes         | 80,7            | 10,3            | 8,6                     | 30,4                 |
| Canarias                | 80,2            | 7,9             | 4,5                     | 31,3                 |
| Cantabria               | 86,2            | 7,9             | 8                       | 27,1                 |
| Castilla y León         | 85,7            | 9,1             | 6,6                     | 24,7                 |
| Castilla-La Mancha      | 82,9            | 8,8             | 5,2                     | 28,4                 |
| Cataluña                | 84,5            | 8,3             | 7,1                     | 27,8                 |
| Comunitat Valenciana    | 85,3            | 9,4             | 8,6                     | 26,2                 |
| Extremadura             | 85              | 7,9             | 12,7                    | 28,7                 |
| Galicia                 | 86,5            | 7,9             | 5,9                     | 30,1                 |
| Madrid, Comunidad de    | 86,7            | 9,1             | 6,6                     | 22,7                 |
| Murcia, Región de       | 81              | 10,2            | 5,7                     | 32,6                 |
| Navarra, Com. Foral de  | 84,3            | 9,2             | 4,6                     | 22                   |
| País Vasco              | 87,2            | 10,5            | 5,6                     | 25,2                 |
| Rioja, La               | 86,2            | 8,7             | 7,6                     | 22,6                 |
| Ceuta                   | 79,3            | 12              | 11,8                    | 33,7                 |
| Melilla                 | 73,3            | 7,7             | 7,9                     | 31,4                 |
| <b>Total</b>            | <b>84,5</b>     | <b>8,7</b>      | <b>6,6</b>              | <b>27,4</b>          |

Sin embargo, sólo el 8,3% de la población de 50 a 69 años se ha hecho una prueba de sangre oculta en heces (PSOH) para la detección precoz del cáncer colorrectal en el último año y, aunque ocho de cada 10 mujeres de esta edad declara haberse hecho una mamografía, el 6,3% nunca se la ha realizado. En mujeres de entre 25 y 64 años, además, un 72,7% se ha realizado una citología vaginal en los últimos tres años, pese a que hasta un 13,8% que afirma no haberla realizado nunca.

### Obesidad y sobrepeso

Se considera que una persona adulta sufre de obesidad cuando su índice de masa corporal es igual o superior a 30 kg/m<sup>2</sup>, mientras que hablamos de sobrepeso cuando este índice se comprende entre 25,0 y 29,9 kg/m<sup>2</sup>. Dicho esto, el INE ha concluido que la obesidad afecta al 16,9% de adultos españoles y el sobrepeso, al 35,7%. Ambas cifras son mayores en hombres que en mujeres, especialmente en cuando al sobrepeso, analizado en un 43,6% de hombres y un 28,1% de mujeres.

Si más de la mitad de la población adulta está por encima del peso considerado como normal, entre los menores de 15 a 17 años, la obesidad afecta al 2,4% y el sobrepeso al 16,0%. Esto demuestra que la obesidad aumenta con la edad, que en los hombres aumenta hasta el grupo de 65 y más años y en las mujeres, hasta el de 75 y más años.



Huelga decir que el mismo problema en sentido contrario aparece en el 2,2% de la población adulta, con un peso considerado insuficiente. En el caso de los jóvenes, éste se da en casi una de cada 10 personas. En todos los grupos de edad las mujeres presentan mayor porcentaje de peso insuficiente que los hombres, especialmente entre los 15 y 17 años (13,5%) y entre 18 y 24 años (11,3%).

### Menos fumadores que hace 5 años

Uno de los mejores porcentajes que ha puesto de relieve la encuesta del INE es que el número de fumadores diarios ha descendido respecto a 2009: de un 26,2% en 2009 al 23,0% de 2014, aunque es sólo entre la población de 15 a 54 años ya que, por el contrario, aumenta en las personas de más edad.

El 23,0% de los mayores de 15 años afirma fumar a diario, el 2,4% es fumador ocasional, el 25,7% se declara exfumador y el 49,0% nunca ha fumado. En todos los grupos de edad hay más fumadores hombres que mujeres. El porcentaje de fumadores diarios alcanza su máximo en el grupo de edad de 25 a 34 años en los hombres (35,1%) y en el de 45 a 54 años en las mujeres (26,4%). Por otra parte, las comunidades autónomas con mayor porcentaje de fumadores diarios en la población adulta son Extremadura y Región de Murcia –que superan el 25%–, Andalucía, Aragón y Cataluña. Si en Melilla apenas supera el 15%, la siguen Galicia y Asturias como las regiones en las que menos se fuma, precisamente dos de las comunidades en las que peor se percibe la salud. Al igual que con el tabaco, el alcohol también tiene una mayor influencia entre el sexo masculino. Lo consumen semanalmente el 2,5% de manera intensiva, mientras que el 9,1% reconoce haberlo hecho al menos una vez al mes. Esto es más frecuente entre los jóvenes, especialmente entre los 15 y los 24 años.

### ¿Nos cuidamos lo suficiente?

Un buen síntoma de que la percepción de la salud es algo que preocupa a los españoles se pone de manifiesto con el hecho de que tres de cada 10 personas adultas realizan ejercicio físico en su tiempo libre más de dos días a la semana. El 14,3% realiza

ejercicio físico uno o dos días y el 54,7% no realiza ejercicio físico en su tiempo de ocio. Por sexo, estos datos se dividen en cinco de cada 10 hombres y cuatro de cada 10 mujeres.

En cuanto a la actividad física realizada durante los desplazamientos, ocho de cada 10 personas mayores de 15 años declara caminar para desplazarse de un lugar a otro, mientras que uno de cada 10 utiliza la bicicleta (14,8% de los hombres y 5,8% de las mujeres), una tendencia cada vez más común especialmente en los territorios urbanos.

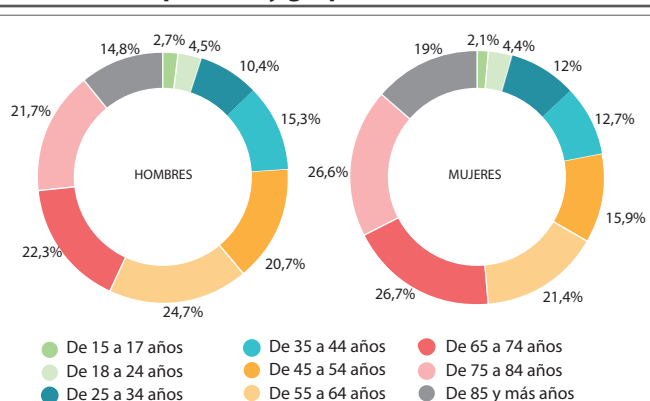
La alimentación ha conseguido también captar una mayor atención por parte de la ciudadanía en los últimos años. Llevar una vida más saludable pasa inevitablemente por comer mejor. Así, seis de cada 10 personas afirman comer fruta a diario. Esto se incrementa con la edad, ya que tan sólo cuatro de cada 10 jóvenes de 15 a 24 años lo hace, frente a ocho de cada 10 personas de 75 y más años. Por su parte, el consumo de verduras es algo inferior al de fruta, sólo presente en la alimentación diaria de cuatro de cada 10 personas.

### Es tendencia

Con la finalidad de planificar y evaluar las actuaciones en materia sanitaria, esta encuesta se ha llevado a cabo entre el INE y el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Todos estos datos reflejan los hábitos de unas 23.000 viviendas distribuidas en 2.500 secciones censales, con las que el Instituto Nacional de Estadística busca proporcionar información sobre la valoración del estado de salud general, identificar los principales problemas de salud de los ciudadanos, conocer el grado de acceso y utilización de los servicios de salud, y especificar los factores determinantes de la salud.

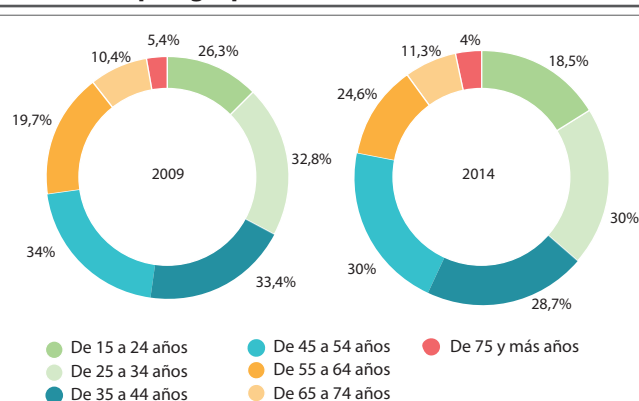
Uno de los elementos más beneficiosos para la salud de la población de hoy es que cuidarse está de moda. Una alimentación más equilibrada y una conciencia activa de que hacer ejercicio es altamente beneficioso ha contribuido a una mejor salud general. Sin embargo, todo ello debe ir acompañado de las correctas prácticas preventivas, con las que fomentar un sistema de salud óptimo en todas las etapas.

Porcentaje de personas con obesidad por sexo y grupos de edad



Fuente: Encuesta Europea de Salud en España Año 2014

Porcentaje de fumadores diarios por grupos de edad 2009-2014



\*Los datos del primer grupo de edad en 2009 son datos que corresponden al intervalo de edad 16-24