elPeriódico

PAÍS: España
PÁGINAS: 1-3
TARIFA: 48971 €
ÁREA: 2117 CM² - 199%

FRECUENCIA: Diario
O.J.D.: 89305
E.G.M.: 540000
SECCIÓN: PORTADA

8 Abril, 2015

ENCUESTA DE LA GENERALITAT

Catalunya pierde la batalla contra la obesidad

►El sobrepeso y la depresión se mantienen como principales problemas de salud

TEMA DEL DÍA ►Páginas 2 a 4 y editorial

elPeriódico

PAÍS: España
PÁGINAS: 1-3
TARIFA: 48971 €
ÁREA: 2117 CM² - 199%

FRECUENCIA: Diario
O.J.D.: 89305
E.G.M.: 540000
SECCIÓN: PORTADA

8 Abril, 2015

HÁBITOS SALUDABLES DE LA POBLACIÓN

Catalunya apenas reduce las cifras de obesidad y depresión

El sobrepeso afecta al 48% de adultos y el 12% de los niños de 6 a 12 años son obesos

El 18% de ciudadanos sufren estados ansiosos o depresivos y el 31% sienten malestar

ÀNGELS GALLARDO
BARCELONA

Los mensajes que ensalzan una alimentación saludable en la que abunden frutas y verduras, o los que alertan de las consecuencias cardiacas que implica vivir con un peso excesivo, apenas arraigan en la población catalana. O no lo hacen en estos tiempos de crisis y búsqueda de menús poco costosos, y entre los colectivos que dan prioridad a sus hábitos de vida sedentarios. Así lo refleja la *Enquesta de Salut de Catalunya 2014*, que ayer presentó el *conseller* de Salut, Boi Ruiz, un estudio poblacional en el que han participado 4.800 ciudadanos menores de 65 años. La encuesta también se hace eco de una paradoja: aunque el 83% de los ciudadanos tienen una percepción positiva de su estado de salud, el 31% reconoce que sufre dolor o malestares crónicos y el 18% afirma que vive en un estado anímico bajo, entre la depresión y la ansiedad.

Estos datos apenas difieren de los recogidos en la encuesta del 2013, de lo que se desprende la enorme dificultad que supone modificar hábitos incorporados. Ha aumentado un 1% la proporción de afectados por algún dolor y ha bajado el 1% la de quienes sufren ansiedad o depresión. Tampoco varían de forma significativa las cifras relativas al peso: sufren obesidad el 15% de los adultos y el 12% de los menores de 12 años: el 1% menos que en el 2013, en ambos grupos. El sobrepeso, estado que precede a la obesidad, afecta al 48% de los adultos y al 19% de los niños de 6 a 12 años, el 1% más que hace un año.

LOS PEORES DE EUROPA // Estas proporciones, que sitúan a los niños catalanes –al igual que los del resto de España– entre la población infantil del Occidente europeo con más obesidad, preocupan a los médicos endocrinólogos y a los responsables de la salud pública de Catalunya, según reconocen con frecuencia, ya que son preludio de una generación de adultos propensos a las cardiopatías y con dificultades locomotoras. Excesivas horas de ordenador o tableta electrónica y una dieta poco saludable, en la que abundan los alimentos grasos, dulces y precocinados, subyacen en este grave desequilibrio metabólico, indican los dietistas de Salut, que alertan de que el problema alcanza a bebés de pocos meses.

El reflejo inverso de todo lo anterior son los datos que muestran el escaso éxito de uno de los objetivos dietéticos del Pla de Salut de Catalunya 2011–2015: la sugerencia de consumir cinco raciones de fruta o verdura cada día. En el 2014, siguió esa propuesta el 10,8% de la población, el 1% menos que en el 2013. La proporción de quienes toman las raciones de fruta y verduras recomendada es mayor entre quienes cuentan con estudios universitarios. Predominan las mujeres.

ESPALDA Y CERVICALES // Entre el 31% que da cuenta de algún malestar, destacan los afectados por dolor crónico de espalda –en la zona lumbar, dorsal o cervical– y los afectados por artrosis o artritis reumatoide. En todos ellos, predomina ampliamente la población femenina. El 22% de los ciudadanos mantienen excesivamente alto el nivel de colesterol y otro 22% de mujeres –frente al 12% de los hombres– se declaran afectadas por dolor de cabeza o migraña crónicos. El 22% de las mujeres encuestadas y el 10% de los hombres –el 18% de media– viven atrapados por estados ansiosos o depresivos.

Todos estos malestares son atenuados, de forma mayoritaria, con fármacos que se recetan de forma indefinida, aunque avanza entre los médicos de familia el criterio de recomendar ejercicio físico y cambios dietéticos como vía prioritaria para reducir el colesterol, evitar la diabetes y mejorar el estado de ánimo. Aun así, la encuesta de salud refleja que el 61% de los mayores de 15 años y el 25% de los menores de 14 han consumido algún fármaco en los dos días previos al test. Es así entre el 96% de los mayores de 75 años.

La ausencia de ejercicio físico, o la vida completamente sedentaria, es habitual en el 24% de las mujeres de 1 a 74 años y en el 20% de los hombres de esas edades. El «ocio sedentario», es decir, el hábito de no moverse ni para practicar juegos, predomina en un 23% de los niños de 3 a 14 años y en un 21% de las niñas de esas edades. Los especialistas responsabilizan de ese deficitario hábito a pediatras y padres, casi en las mismas proporciones. La actividad física se ha incorporado a la vida cotidiana del 70% de los hombres de 15 a 69 años, al igual que en el 65% de las mujeres de esas edades. Estas proporciones crecen, pero de forma muy sutil, entre la población adulta de Catalunya. El tipo de ejercicio más practicado es la marcha, o simplemente caminar a diario. ≡

los controles

1 El 51% se toma la presión arterial

El 51% de la población catalana mayor de 15 años mide su presión arterial de forma recurrente. Esto es así entre el 93% de quienes han cumplido los 75 años. Estos controles son facilitados de forma gratuita en numerosas farmacias. El 60% de los ciudadanos de las mismas edades se controlan con frecuencia el nivel de colesterol.

2 Alerta general ante el cáncer de mama

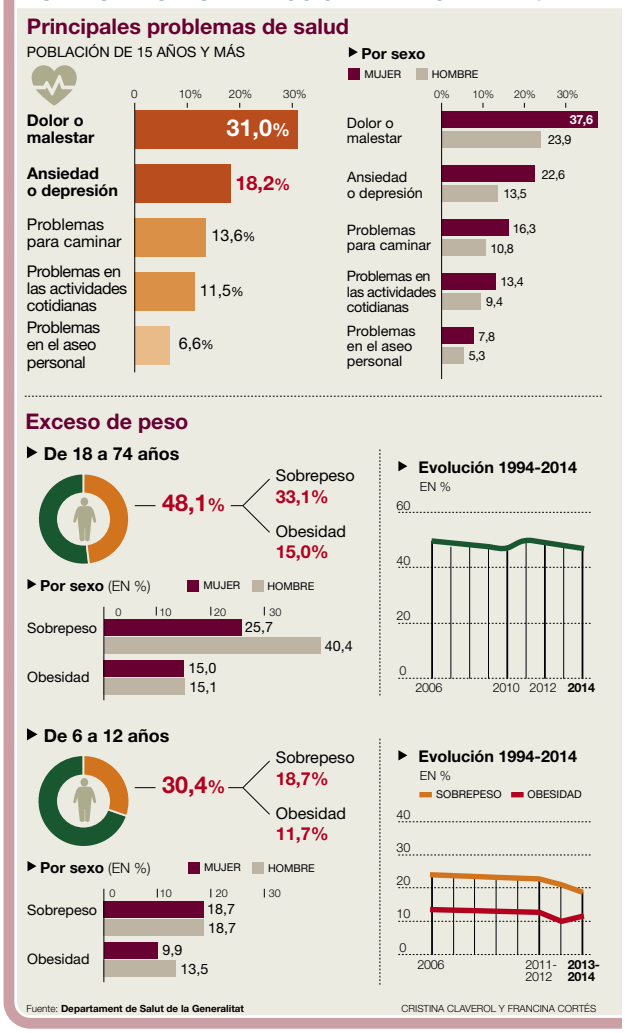
Las radiografías de mama, las mamografías susceptibles de detectar un cáncer de mama incipiente, se han incorporado a los hábitos periódicos de la mayoría de mujeres en Catalunya. Las realiza el 93% de las que tienen de 50 a 69 años, franja considerada de máximo riesgo.

3 Prevención del cáncer de útero

Aumenta la proporción de mujeres que acceden cada año a una citología vaginal, una biopsia de células del cuello del útero que permite detectar un cáncer aún asintomático. Acceden a esta prueba el 79% de las mujeres de 25 a 65 años, el 12% más que hace diez años.

4 Más controles en los universitarios

La prevención de enfermedades o la promoción de hábitos saludables es más frecuente entre la población universitaria que en los sectores sociales con menos estudios. Esto se detecta así en la mayoría de controles de salud preventivos, con excepción de las mamografías y la presión arterial.



El 61% de los mayores de 15 años toman medicamentos de forma continua para atenuar males crónicos

elPeriódico

PAÍS: España
PÁGINAS: 1-3
TARIFA: 48971 €
ÁREA: 2117 CM² - 199%

FRECUENCIA: Diario
O.J.D.: 89305
E.G.M.: 540000
SECCIÓN: PORTADA

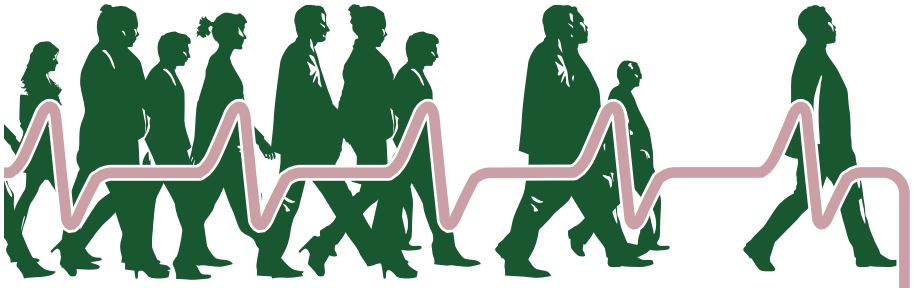
8 Abril, 2015

PULSAR LA OPINIÓN PÚBLICA

1 **La Enquesta de Salut 2014** ha entrevistado a 4.798 personas residentes en Catalunya

2 **El estudio,** que desde el 2010 se realiza anualmente, es una herramienta clave para detectar tendencias de salud

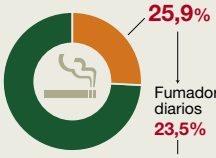
3 **La información se obtiene** de entrevistas hechas por encuestadores en domicilios particulares



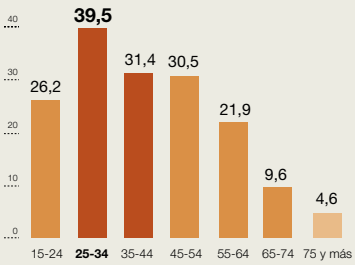
COMPORTAMIENTOS RELACIONADOS CON LA SALUD

Consumo de tabaco
2014

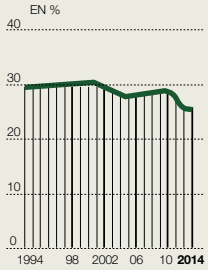
▶ **Fumadores**
De más de 15 años



▶ **Total por edad** (EN %)



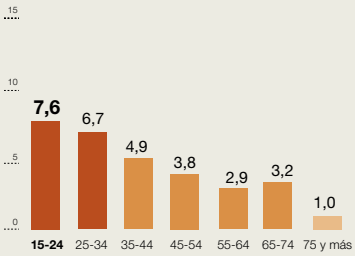
▶ **Evolución 1994-2014**
EN %



Consumo de alcohol
2014

▶ **Población que hace un consumo de riesgo de alcohol**
De más de 15 years

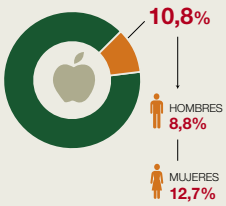
▶ **Total por edad** (EN %)



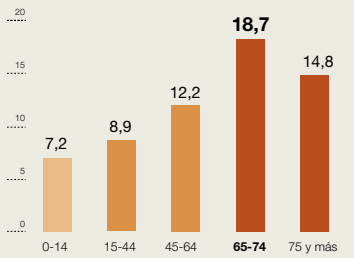
▶ **Evolución 1994-2014**
EN %

Hábitos alimenticios
2014

▶ **Personas que comen 5 piezas de fruta diaria**



▶ **Total por edad** (EN %)



Población de 3 a 14 años que consume pocos productos hipercalóricos

Población que desayuna dos veces

UN CONSUMO QUE AFECTA A LA SALUD

Más alcohol en los jóvenes

El hábito de beber en proporciones de riesgo crece entre los menores de 24 años

À. G.
BARCELONA

Beber alcohol en proporciones que ponen en riesgo la salud es un hábito cotidiano para el 4,5% de la población de Catalunya –hace un año lo era para el 3,9%–, con especial incidencia entre los hombres de 15 a 24 años, indica la *Enquesta de Salut de Catalunya 2014*. El consumo de riesgo está definido como aquel que supera las 28 unidades básicas de bebida semanales, en el caso de los hombres, y 17 en las mujeres. Una copa de vino o cava, una lata de cerveza y un chupito de whisky equivalen a una unidad básica de bebida alcohólica. La distribución por sexos refleja un consumo de riesgo muy desigual: lo practica el 7,3% de los hombres y el 1,7% de las mujeres. La máxima proporción –el 11% de consumidores– se concentra entre los jóvenes de sexo masculino de 15 a 24 años. Estos, cada vez beben de forma más excesiva y frecuente.

Predominan los chicos con estudios primarios o sin formación académica, y, en una significativa menor proporción se encuentran los que han ido a la universidad. Son minoría las jóvenes adscritas al sector social mejor situado económicamente. Esta distribución social del consumo se repite al analizar el hábito de fumar tabaco. El 26% de la población catalana se declara consumidora habitual de cigarrillos –apenas el 0,5% menos que hace un año–, una proporción que no se redujo con la entrada en vigor de la ley española antitabaco del 2010. La medida legal hizo desistir del hábito de fumar a cerca del 5% de la población de Catalunya –hasta entonces, fumó un 31% de ciudadanos–, pero no ha logrado incidir en uno de cada cuatro catalanes habituados al tabaco. **«Será difícil atravesar esa barrera del 25% de fumadores; es la población más reticente al cambio»**, afirma un especialista en terapias antitabaco. El máximo consumo se concentra en los hombres de 25 a 54 años. Entre las mujeres, fuman más las situadas entre los 25 y los 45 años.

Los pobres están peor

La salud mental de la población –concepto que agrupa las enfermedades psíquicas severas: esquizofrenia, depresión grave o psicosis– no experimenta variaciones significativas, indican los técnicos de Salut. Estos trastornos mentales graves afectan al 8,5% de los ciudadanos mayores de 15 años –el 6,5% de los hombres y el 10,5% de las mujeres– con mayor incidencia entre los 45 y los 74 años. De nuevo, la incidencia es proporcional a la extracción socioeconómica: la cifra de afectados por problemas de salud mental es relativamente baja en las zonas mejor cuidadas de la ciudad, ocupadas por ciudadanos con recursos, y aumenta en los barrios más afectados por las consecuencias de la crisis económica.

También se produce este desigual reparto de las desgracias al observar a la población que sufre alguna discapacidad, situación que afecta al 13% de los ciudadanos de Catalunya. Las mujeres con estudios primarios, o sin ninguna formación, son las que cargan con más discapacidades, seguidas de los hombres en su misma situación académica y económica. ≡