

INDICADORES DE SEGUIMIENTO DEL

PLAN PARA LA PROMOCIÓN DE LA

ACTIVIDAD FÍSICA Y LA ALIMENTACIÓN

EQUILIBRADA

(ENCUESTA ANDALUZA DE SALUD – 2011)

Secretaría General Salud Pública,
Inclusión Social y Calidad de Vida

Marzo - 2013

Índice

	<u>Pág.</u>
1. Evolución de los indicadores	2
2. Hábitos de Alimentación	5
3. Actividad Física (AF)	11
4. Sobrepeso y Obesidad	15
5. Personas con Factores de Riesgo	16
6. Consejo de AF en Atención Primaria	20

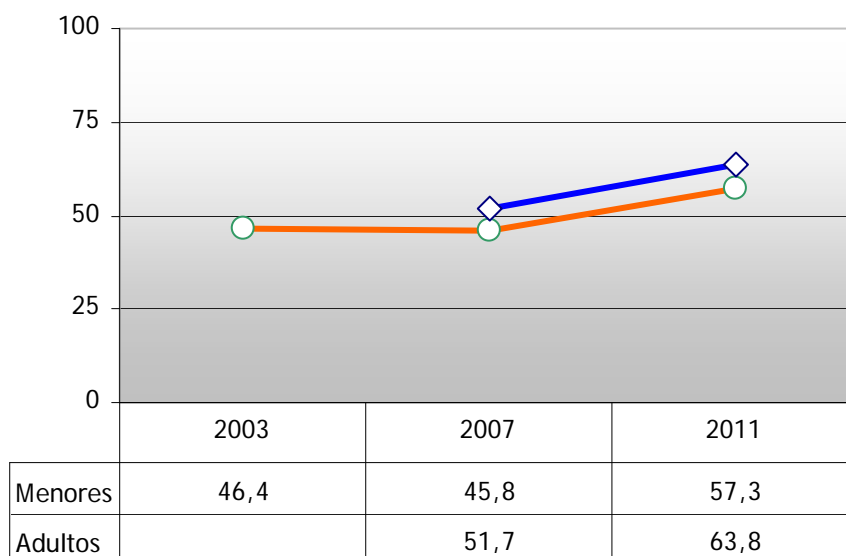
1. EVOLUCION DE LOS INDICADORES

Tabla 1.1. Evolución de la frecuencia de consumo de Fruta y Verduras de la población andaluza

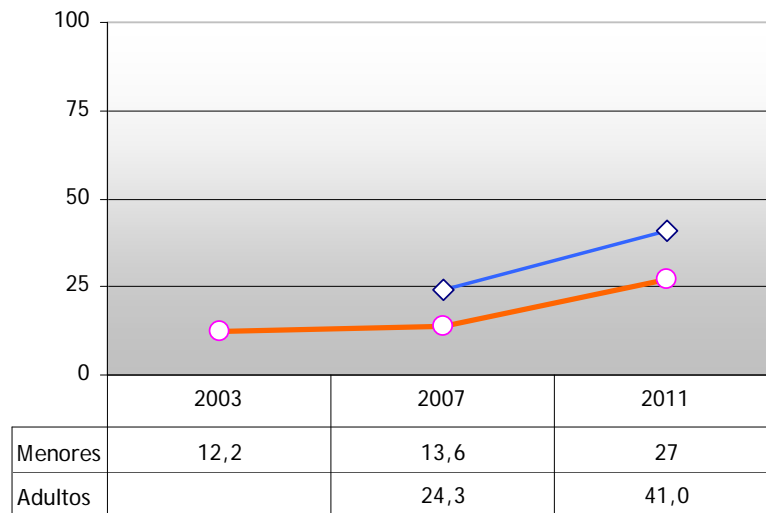
	Menores			Adultos		
	2003	2007	2011	2003	2007	2011
FRUTA						
A diario	46.4	45.8	57,3	--	51.7	63.8
Tres o más veces a la semana	35.3	39.2	32.4	-	27.2	21.6
Una/dos veces a la semana	11.4	8.7	7.2	--	14.6	9.6
Menos de 1 vez semana	6.1	6.3	3.1	--	4.5	2.9
Nunca o casi nunca	--	--	--	--	2.0	2.1
<i>Total</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>--</i>	<i>100</i>	<i>100</i>
VERDURAS						
A diario	12.2	13.6	27.0	--	24.3	41.0
Tres o más veces a la semana	48.2	60.5	48.6	--	42.8	34.1
Una/dos veces a la semana	26.7	19.5	20.5	--	26.5	19.8
Menos de 1 vez semana	12.1	6.5	3.9	--	5.6	3.7
Nunca o casi nunca	--	--	--	--	1.8	1.4
NS/NC	0.8	--	--	--	--	--
<i>Total</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>--</i>	<i>100</i>	<i>100</i>

Fuente: Encuestas Andaluzas de Salud. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Grafico 1.1. Evolución del consumo de Fruta a diario de la población andaluza



Fuente: Encuestas Andaluzas de Salud. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Gráfico 1.2. Evolución del Consumo de Verduras a diario de la población andaluza

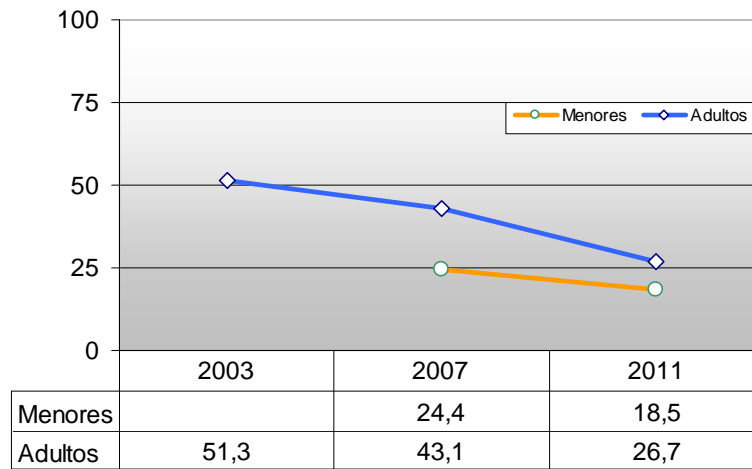
Fuente: Encuestas Andaluzas de Salud. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Tabla 1.2. Evolución de la frecuencia de práctica de Actividad Física en tiempo libre de la población andaluza

	Menores			Adultos		
	2003	2007	2011	2003	2007	2011
<i>No hago ejercicio</i>	26.8	24.4	18.5	51.3	43.1	26.8
<i>Alguna activ. física o deportiva ocasional</i>	49.4	49.5	52,0	36.3	44.6	56.0
<i>Act. física regular, varias veces al mes</i>	16.3	16.9	22.9	9.2	9.1	12.0
<i>Entrenamiento físico varias veces a la semana</i>	4.8	6.6	6.7	2.9	3.2	5.3
<i>Otros, ns/nc</i>	2.7	2.6	--	0.4	--	--
TOTAL	100	100	100	100	100	100

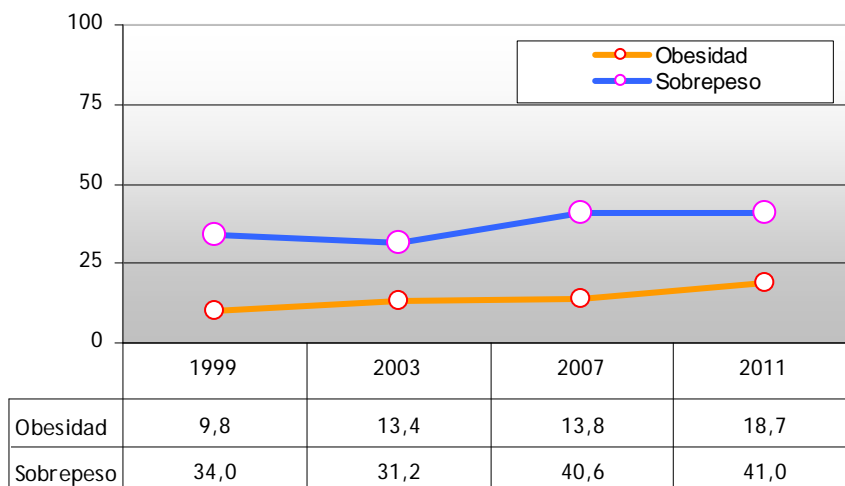
Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2003 y 2007. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Grafico 1.3. Evolución del Sedentarismo en tiempo libre de la población andaluza



Fuente: Encuestas Andaluzas de Salud. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Grafico 1.4. Evolución del sobrepeso y obesidad en personas de 16 años y más.



Fuente: Encuestas Andaluzas de Salud. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

2. HABITOS DE ALIMENTACION

Tabla 2.1. Frecuencia de consumo de alimentos en adultos. (%).

	A diario	3 o mas veces a la semana	1-2 veces a la semana	Menos de 1 vez semana	Nunca o casi nunca	TOTAL
FRUTA	63,8	21,6	9,6	2,9	2,1	100
VERDURA	41,0	34,1	19,8	3,7	1,4	100
LEGUMBRES	2,6	26,1	61,2	8,6	1,6	100
CARNES	7,0	42,6	41,4	8,0	1,1	100
PESCADO	2,8	35,0	52,4	8,5	1,4	100
HUEVOS	1,7	22,1	57,2	16,7	2,3	100
LACTEOS	90,9	2,9	2,5	0,8	2,9	100

Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2011. Sv de Epidemiología. y Salud Laboral

Tabla 2.2. Frecuencia de consumo de fruta y verduras a diario, según edad y sexo (%).

Edad	FRUTA			VERDURA		
	Hombre	Mujer	Total	Hombre	Mujer	Total
0 – 4	51,5	54,6	53,0	32,0	31,9	31,9
5 – 9	54,6	58,3	56,4	22,7	27,7	25,2
10 – 15	47,4	51,2	49,2	15,7	20,6	18,0
16 – 24	46,4	49,2	47,8	21,5	30,2	25,7
25 – 34	49,8	61,8	55,3	31,2	42,6	36,4
35 – 44	54,5	67,2	60,9	36,4	47,7	42,1
45 – 54	59,1	71,1	65,0	36,9	51,2	44,0
55 – 64	71,8	70,4	71,1	43,5	47,0	45,3
65 – 74	77,3	81,1	79,4	46,1	51,2	48,9
75>	82,0	82,3	82,2	48,7	52,0	50,7
TOTAL	57,1	64,8	61,0	32,7	41,3	37,0

Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2011. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Tabla 2.3. Frecuencia de consumo de Fruta según diferentes variables sociodemográficas: Menores (%)

		Todos los días	5-6 veces a la semana	3-4 veces a la semana	1-2 veces a la semana	Menos de 1 vez semana	TOTAL
TOTAL		57,28	16,16	16,26	7,20	3,11	100
SEXO	Varones	55,48	16,43	16,94	7,51	3,65	100
	Mujeres	59,15	15,87	15,56	6,88	2,54	100
EDAD	0 – 4	69,31	15,64	9,46	3,86	1,74	100
	5 – 9	56,75	17,02	17,33	5,67	3,22	100
	10 – 15	49,54	15,77	19,97	10,78	3,94	100

INGRESOS MENSUALES FAMILIARES	< 1000 €	59,88	13,27	16,81	6,49	3,54	100
	De 1.000– 1.999 €	55,96	16,59	16,47	8,18	2,80	100
	De 2.000- 2.999 €	60,87	15,65	14,78	5,65	3,04	100
	3.000 € y mas	78,05	12,20	4,88	4,88	0,00	100
PROVINCIAS	Almería	62,72	11,24	13,02	8,28	4,73	100
	Cádiz	64,66	7,77	16,61	6,36	4,59	100
	Córdoba	48,62	17,68	20,44	12,71	0,55	100
	Granada	50,69	20,74	16,13	9,22	3,23	100
	Huelva	50,42	10,08	18,49	15,13	5,88	100
	Jaén	45,07	19,01	24,65	8,45	2,82	100
	Málaga	42,94	22,03	24,86	7,63	2,54	100
	Sevilla	73,61	16,52	6,01	1,50	2,36	100
TAMAÑO HABITAT	< 2.000 hab.	50,98	25,49	5,88	13,73	3,92	100
	Entre 2.001-10.000 hab	58,51	14,86	15,79	7,74	3,10	100
	De 10.001-50.000 hab.	58,32	12,94	15,63	8,07	5,04	100
	50.000 y mas hab..	57,71	18,28	16,30	5,95	1,76	100
	Capitales de provincia	55,51	17,91	18,31	6,30	1,97	100

Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2011. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Tabla 2.4. Frecuencia de consumo de Verduras de los menores de Andalucía (%)

		Todos los días	5 - 6 veces a la semana	3 - 4 veces a la semana	1 - 2 veces a la semana	Menos de 1 vez semana	TOTAL
TOTAL		27,02	17,02	31,55	20,51	3,90	100
SEXO	Varones	25,23	16,85	31,77	22,17	3,98	100
	Mujeres	28,87	17,20	31,32	18,79	3,82	100
EDAD	0 - 4	41,78	21,28	26,69	9,09	1,16	100
	5 - 9	25,38	16,62	31,54	22,92	3,54	100
	10 - 15	18,30	14,46	34,88	26,26	6,10	100
INGRESOS MENSUALES FAMILIARES	< 1000 €	30,38	13,57	33,33	17,11	5,60	100
	De 1.000 – 1.999 €	22,17	17,57	34,32	22,29	3,66	100
	De 2.000 - 2.999 €	33,04	15,65	29,13	20,00	2,17	100
	3.000 € y mas	43,90	17,07	29,27	7,32	2,44	100
PROVINCIAS	Almería	44,64	15,48	21,43	12,50	5,95	100
	Cádiz	15,30	6,41	31,67	39,15	7,47	100
	Córdoba	14,44	15,00	41,67	27,78	1,11	100
	Granada	32,26	29,49	23,04	11,06	4,15	100
	Huelva	12,61	10,92	30,25	35,29	10,92	100
	Jaén	11,27	10,56	41,55	30,99	5,63	100
	Málaga	20,40	14,73	45,04	18,98	0,85	100
	Sevilla	43,82	24,30	22,13	7,81	1,95	100
TAMAÑO HABITAT	Menos de 2.000 h.	17,65	27,45	33,33	19,61	1,96	100
	Entre 2001-10.000 h.	25,16	17,39	30,75	23,91	2,80	100
	De 10.001- 50.000 h.	24,96	17,83	29,20	22,07	5,94	100
	> 50.000 h.	24,83	15,08	32,82	23,50	3,77	100
	Capitales de provincia	33,46	16,54	33,46	13,98	2,56	100

Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2011. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Tabla 2.5. Frecuencia de consumo de Fruta de la población andaluza de 16 años y más, según diferentes variables sociodemográficas.

	FRUTA	A diario	3 ó más veces a la semana	1-2 veces a la semana	Menos de 1 vez semana	Nunca o casi nunca	TOTAL
TOTAL		63,79	21,63	9,59	2,92	2,06	100
SEXO	Varones	59,30	23,69	11,49	3,25	2,28	100
	Mujeres	68,17	19,62	7,75	2,61	1,85	100
EDAD	16 – 24	47,75	27,22	16,72	4,50	3,81	100
	25 – 34	55,42	24,68	11,97	4,77	3,16	100
	35 – 44	60,97	23,61	9,87	3,19	2,35	100
	45 – 54	65,22	23,71	7,93	1,85	1,29	100
	55 – 64	71,09	17,90	7,76	2,13	1,13	100
	65 – 74	79,52	13,12	4,48	2,08	0,80	100
	75>	82,75	12,50	4,23	0,00	0,53	100
ESTADO CIVIL	Casado/a	68,63	19,96	7,60	2,24	1,58	100
	Soltero/a	50,83	26,35	14,40	4,96	3,47	100
	Separado/a	57,38	25,41	13,11	4,10	0,00	100
	Divorciado/a	59,55	24,16	13,48	1,69	1,12	100
	Viudo/a	78,63	15,10	4,31	0,78	1,18	100
NIVEL DE ESTUDIOS	No sabe leer o escribir	85,19	5,93	5,19	2,96	0,74	
	No ha estudiado pero sabe leer y escribir	80,37	12,07	4,51	1,72	1,33	100
	Estudios primarios (hasta 5º EGB, ingreso)	68,70	17,99	9,35	2,22	1,74	100
	EGB completa o similar (bachiller elemental)	60,45	23,51	10,32	3,31	2,40	100
	ESO	50,51	28,31	13,90	5,08	2,20	100
	Estudios de FP I	62,50	19,77	10,76	3,49	3,49	100
	Estudios de FP II	61,10	21,96	11,46	2,63	2,86	100
	Estudios secundarios (BUP, Superior)	56,59	28,21	10,14	3,21	1,86	100
	Estudios universitarios de grado medio	60,56	26,08	9,70	2,16	1,51	100
	Estudios universitarios de grado superior	60,78	25,45	8,57	3,12	2,08	100
Otros estudios	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	100	
INGRESOS MENSUALES FAMILIARES	< 1000 €	63,56	19,90	11,69	3,17	1,68	100
	De 1.000 – 1.999 €	64,39	21,99	9,34	2,73	1,55	100
	De 2.000 - 2.999 €	62,54	23,66	9,32	2,51	1,97	100
	3.000 € y mas	62,65	22,89	6,02	1,20	7,23	100
TIPO DE EJERCICIO DEL TRABAJO - ACTIV. HABITUAL	Sentado la mayor parte de la jornada	60,75	24,36	9,68	2,75	2,45	100
	De pie la mayor parte sin grandes desplazamientos o esfuerzo	65,55	20,64	9,47	2,81	1,53	100
	Caminando, llevando algún peso, desplazamientos frecuentes	63,23	19,95	10,04	3,26	3,53	100
	Trabajo pesado, tareas que requieren gran esfuerzo físico	64,05	18,95	9,80	6,54	0,65	100
SITUACION LABORAL	Ama de casa	59,98	25,28	9,64	3,06	2,03	100
	Busca 1º empleo	58,34	22,19	12,74	3,65	3,08	100

	En paro, ha trabajado	40,91	24,24	22,73	3,03	9,09	100
	Estudiante	79,55	13,28	5,25	1,28	0,64	100
	Incapacidad/invalidez	74,06	17,26	5,27	2,21	1,19	100
	Jubilado	44,78	31,12	17,08	4,93	2,09	100
	Trabaja	68,35	13,92	8,86	3,16	5,70	100
	Otros	68,75	31,25	0,00	0,00	0,00	100
	PROVINCIAS	Almería	64,74	10,63	10,45	6,16	8,02
Cádiz		63,62	22,40	7,47	3,15	3,36	100
Córdoba		75,99	14,38	7,58	1,42	0,63	100
Granada		68,25	19,30	7,55	3,08	1,82	100
Huelva		64,71	15,93	11,52	5,15	2,70	100
Jaén		77,08	11,93	8,33	1,89	0,76	100
Málaga		63,65	22,74	10,17	2,56	0,88	100
Sevilla		51,26	33,54	11,88	2,24	1,09	100
TAMAÑO HABITAT	Menos de 2.000 h.	69,68	15,84	7,24	5,43	1,81	100
	Entre 2001-10.000 h.	66,46	22,12	8,25	1,90	1,27	100
	De 10.001- 50.000 h.	63,41	21,63	9,78	3,42	1,76	100
	> 50.000 h.	59,42	25,40	9,06	3,38	2,73	100
	Capitales de provincia	65,13	19,30	10,80	2,41	2,36	100

Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2011 Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Tabla 2.6. Frecuencia de consumo de Verduras de la población andaluza de 16 años y más, según diferentes variables sociodemográficas

		A diario	Tres o más veces a la semana	Una/dos veces a la semana	Menos de 1 vez semana	Nunca o casi nunca	TOTAL
TOTAL		41,04	34,05	19,82	3,70	1,39	100
SEXO	Varones	35,98	34,67	23,17	4,47	1,72	100
	Mujeres	45,97	33,45	16,56	2,95	1,06	100
EDAD	16 – 24	25,75	31,29	30,83	8,08	4,04	100
	25 - 34	36,43	34,09	23,59	4,36	1,53	100
	35 - 44	42,17	35,11	18,24	3,19	1,29	100
	45 - 54	44,18	33,55	19,50	2,22	0,55	100
	55 – 64	45,36	34,59	16,92	2,38	0,75	100
	65 – 74	49,12	35,47	11,88	3,21	0,32	100
	75>	50,88	34,39	11,93	1,93	0,88	100
ESTADO CIVIL	Casado/a	44,31	34,98	17,44	2,56	0,71	100
	Soltero/a	32,06	32,32	25,93	6,66	3,04	100
	Separado/a	38,52	39,34	18,85	2,46	0,82	100
	Divorciado/a	44,94	30,34	21,35	2,81	0,56	100
	Viudo/a	49,12	33,07	15,07	1,96	0,78	100
NIVEL DE ESTUDIOS	No sabe leer o escribir	42,96	30,37	21,48	3,70	1,48	
	No ha estudiado, sabe leer y escribir	55,63	27,02	13,11	3,05	1,19	100
	Estudios primarios	41,87	32,59	19,67	4,12	1,74	100
	EGB completa) o similar (bachiller elemental)	38,31	38,38	18,77	3,25	1,30	100
	ESO	29,83	32,03	29,32	6,44	2,37	100
	Estudios de FP I	43,15	31,20	19,53	3,21	2,92	100
	Estudios de FP II	38,10	34,52	21,90	4,76	0,71	100
Estudios secundarios (BUP, Superior)	34,07	38,31	22,71	4,24	0,68	100	

	Est universitarios de grado medio	44,09	33,76	19,57	1,94	0,65	100
	Est. universitarios grado superior	45,95	35,51	15,93	1,83	0,78	100
	Otros estudios	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	100
INGRESOS MENSUALES FAMILIARES	< 1000 €	39,15	33,93	21,01	3,98	1,93	100
	De 1.000 – 1.999 €	43,66	33,47	18,40	3,66	0,81	100
	De 2.000 - 2.999 €	43,09	33,75	18,13	3,77	1,26	100
	3.000 € y mas	49,40	32,53	10,84	7,23	0,00	100
TIPO DE EJERCICIO DEL TRABAJO - ACTIV. HABITUAL	Sentado la mayor parte de la jornada	34,58	40,60	19,25	3,63	1,94	100
	De pie la mayor parte sin grandes desplazamientos o esfuerzo	44,52	31,63	19,51	3,20	1,14	100
	Caminando, llevando algún peso, desplazamientos frecuentes	40,76	30,57	21,47	5,98	1,22	100
	Trabajo pesado, tareas que requieren gran esfuerzo físico	42,21	25,32	25,97	5,84	0,65	100
SITUACION LABORAL	Ama de casa	40,43	35,42	20,04	3,34	0,77	100
	Busca 1º empleo	36,79	33,64	23,19	4,29	2,08	100
	En paro, ha trabajado	27,27	21,21	31,82	7,58	12,12	100
	Estudiante	48,82	34,44	13,30	2,68	0,75	100
	Incapacidad / invalid	49,11	33,22	14,61	2,29	0,76	100
	Jubilado	23,91	33,40	31,31	8,16	3,23	100
	Trabaja	42,77	29,56	22,01	3,77	1,89	100
<i>Otros</i>	62,50	31,25	6,25	0,00	0,00	100	
PROVINCIAS	Almeria	45,71	28,36	18,10	3,73	4,10	100
	Cádiz	17,44	43,59	32,04	4,62	2,31	100
	Córdoba	63,15	19,69	14,65	2,20	0,31	100
	Granada	44,76	37,76	14,13	2,38	0,98	100
	Huelva	29,41	39,71	22,30	7,11	1,47	100
	Jaén	56,90	20,60	16,26	5,10	1,13	100
	Málaga	48,48	29,37	17,82	3,45	0,88	100
	Sevilla	34,51	41,58	19,84	3,13	0,95	100
TAMAÑO HABITAT	Menos de 2.000 h.	52,04	28,05	16,29	2,71	0,90	100
	Entre 2001-10.000 h.	42,38	36,30	16,79	3,45	1,09	100
	De 10.001- 50.000 h.	39,79	34,06	20,48	4,55	1,12	100
	> 50.000 h.	30,48	38,96	25,02	3,45	2,08	100
	Capitales de provincia	47,93	29,86	17,55	3,30	1,36	100

Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2011. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Tabla 2.7. Frecuencia de consumo de Fruta y Verduras de la población andaluza de 65 años y más, según sexo y edad.

	A diario		3 ó más veces a la semana		1-2 veces a la semana		Menos de 1 vez semana		Nunca o casi nunca	
	Hombre	Mujer	Hombre	Mujer	Hombre	Mujer	Hombre	Mujer	Hombre	Mujer
FRUTA										
65-74	43,9	56,1	45,1	54,9	60,7	39,3	46,2	53,9	60,0	40,0
Mayor igual 75	38,7	61,3	42,3	57,8	33,3	66,7	0,0	0,0	33,3	66,7
VERDURAS Y HORTALIZAS										
65-74	42,5	57,5	43,9	56,1	52,7	47,3	55,0	45,0	100,	0,0
Mayor igual 75	37,2	62,8	41,3	58,7	38,2	61,8	45,5	54,6	20,0	80,0

Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2011. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

3. ACTIVIDAD FISICA

Tabla 3.1. Sedentarismo en tiempo libre en la población andaluza, según edad y sexo.

Edad	Hombre	Mujer	Total (100 %)
0 – 4	42,3	44,0	43,1
5 – 9	3,0	6,2	4,6
10 - 15	3,7	11,5	7,4
16 – 24	15,5	29,7	22,4
25 - 34	19,8	28,2	23,7
35 - 44	24,9	28,5	26,7
45 - 54	24,6	28,8	26,7
55 – 64	24,9	25,6	25,3
65 – 74	20,2	32,6	27,0
75>	28,4	51,1	42,3
TOTAL (100 %)	20,6	28,6	24,7

Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2011. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Tabla 3.2. Frecuencia de práctica de actividad física en tiempo libre de la población andaluza menor de 16 años, según diferentes variables sociodemográficas.

		No hago ejercicio	Alguna AF o deportiva ocasional	AF regular, varias veces al mes	Entrenamiento físico varias veces a la semana	
	TOTAL	18,5	52,0	22,9	6,7	100
SEXO	Varones	16,0	46,5	27,2	10,3	100
	Mujeres	21,1	57,7	18,3	2,9	100
EDAD	0-4	45,7	49,6	3,8	0,9	100
	5-9	4,6	65,4	24,4	5,5	100
	10-15	7,5	42,5	37,5	12,5	100
INGRESOS MENSUALES FAMILIARES	< 1000 €	18,6	55,1	22,7	3,6	100
	De 1.000 – 1.999 €	19,5	50,3	22,6	7,7	100
	De 2.000 - 2.999 €	15,2	53,2	24,9	6,8	100
	3.000 € y mas	10,9	50,0	26,1	13,0	100
PROVINCIAS	Almería	24,1	41,8	21,2	12,9	100
	Cádiz	18,3	55,5	23,1	3,2	100
	Córdoba	16,7	41,2	30,7	11,5	100
	Granada	10,9	61,5	21,3	6,3	100
	Huelva	17,2	51,6	23,0	8,2	100
	Jaén	17,7	45,1	28,8	8,5	100
	Málaga	20,5	46,2	24,6	8,7	100
Sevilla	19,7	60,2	17,7	2,4	100	
TAMAÑO HABITAT	Menos de 2.000 h.	20,8	45,3	26,4	7,6	100
	Entre 2001-10.000 h.	16,5	49,1	26,5	7,9	100
	De 10.001- 50.000 h.	19,2	56,3	18,7	5,9	100
	> 50.000 h.	19,2	51,4	23,9	5,5	100
	Capitales de provincia	18,0	50,0	24,2	7,8	100

En el barrio donde usted reside hay espacios verdes suficientes	Mucho	17,0	51,3	23,0	8,8	100
	Algo	17,1	49,6	26,3	7,1	100
	Nada	21,5	55,8	18,1	4,6	100

Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2011. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Tabla 3.3. Frecuencia de práctica de actividad física en tiempo libre de la población andaluza de 16 años y más, según diferentes variables sociodemográficas.

		No hago ejercicio	Alguna AF o deportiva ocasional	AF regular, varias veces al mes	Entrenamiento físico varias veces a la semana	
Total		26,78	55,95	11,98	5,29	100
SEXO	Varones	22,33	51,36	17,59	8,73	100
	Mujeres	31,12	60,42	6,52	1,94	100
EDAD	16-24	22,38	41,18	23,64	12,80	100
	25-34	23,71	47,17	18,85	10,28	100
	35-44	26,71	56,37	12,37	4,55	100
	45-54	26,68	61,27	9,38	2,67	100
	55-64	25,28	68,21	5,76	0,75	100
	65-74	27,00	68,05	3,83	1,12	100
	75 y +	42,38	55,87	1,05	0,70	100
ESTADO CIVIL	Casado/a	26,81	61,25	9,07	2,87	100
	Soltero/a	22,49	45,35	20,57	11,59	100
	Separado/a	40,65	46,34	8,94	4,07	100
	Divorciado/a	31,46	52,25	11,80	4,49	100
	Viudo/a	37,45	59,41	2,75	0,39	100
NIVEL DE ESTUDIOS	No sabe leer o escribir	42,65	55,88	0,74	0,74	
	No ha estudiado pero sabe leer y escribir	34,44	62,78	1,99	0,79	100
	Estudios primarios (hasta 5º EGB, ingreso)	29,56	62,44	6,02	1,98	100
	EGB completa (8º) o similar (bachiller elemental)	29,31	57,26	10,12	3,31	100
	ESO	24,75	43,90	19,32	12,03	100
	Estudios de FP I	21,16	55,36	15,65	7,83	100
	Estudios de FP II	23,57	52,86	16,90	6,67	100
	Estudios secundarios (BUP, Superior)	23,27	47,39	19,22	10,12	100
	Estudios universitarios de grado medio	17,63	51,61	21,08	9,68	100
	Estudios universitarios de grado superior	14,81	57,14	20,26	7,79	100
	Otros estudios	0,00	0,00	0,00	0,00	100
INGRESOS MENSUALES FAMILIARES	< 1000 €	29,85	60,12	7,55	2,48	100
	De 1.000 – 1.999 €	26,13	57,60	11,25	5,02	100
	De 2.000 - 2.999 €	21,90	53,50	16,16	8,44	100
	3.000 € y mas	13,25	46,99	30,12	9,64	100
TIPO DE EJERCICIO DEL TRABAJO -	Sentado la mayor parte de la jornada	40,04	43,56	10,39	6,01	100
	De pie la mayor parte sin grandes desplazamientos o	20,31	64,24	11,46	3,99	100

ACTIV. HABITUAL	esfuerzo					
	Caminando, llevando algún peso, desplazamientos frecuentes	21,98	53,73	16,42	7,87	100
	Trabajo pesado, tareas que requieren gran esfuerzo físico	35,29	32,03	19,61	13,07	100
SITUACIÓN LABORAL	Trabaja	26,90	49,89	16,18	7,03	100
	Está en el paro y ha trabajado antes	25,32	56,58	13,16	4,94	100
	Busca primer empleo	27,27	63,64	7,58	1,52	100
	Jubilado (trabajó anteriormente)	30,28	65,25	3,62	0,85	100
	Sus labores/Ama de casa	28,38	66,19	4,42	1,02	100
	Estudiante	17,27	38,14	26,00	18,60	100
	Incapacidad/invalidez permanente	36,88	58,75	4,38	0,00	100
	<i>Otros</i>	31,25	62,50	6,25	0,00	100
PROVINCIAS	Almería	30,30	45,35	11,52	12,83	100
	Cádiz	28,89	53,15	14,39	3,57	100
	Córdoba	19,03	66,82	10,22	3,93	100
	Granada	30,53	51,40	11,34	6,72	100
	Huelva	32,35	50,98	11,76	4,90	100
	Jaén	16,79	66,04	11,32	5,85	100
	Málaga	23,40	57,27	13,42	5,91	100
	Sevilla	30,60	55,77	10,72	2,92	100
TAMAÑO HABITAT	Menos de 2.000 h.	23,18	66,36	5,00	5,45	100
	Entre 2001-10.000 h.	25,39	58,93	10,70	4,99	100
	De 10.001- 50.000 h.	30,01	54,32	11,57	4,10	100
	> 50.000 h.	24,98	55,35	14,00	5,67	100
	Capitales de provincia	26,15	55,07	12,45	6,33	100
En el barrio donde usted reside hay espacios verdes suficientes	Mucho	25,08	55,94	13,19	5,79	100
	Algo	24,09	58,32	11,52	6,07	100
	<i>Nada</i>	31,52	52,91	11,70	3,87	100

Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2011. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Tabla 3.4. Frecuencia de práctica de actividad física en tiempo libre de la población andaluza de 65 y más años, según sexo y edad

	No hago ejercicio.		Alguna actividad ocasional		Actividad física regular		Varias veces a la semana	
	Hombre	Mujer	Hombre	Mujer	Hombre	Mujer	Hombre	Mujer
65-74	31,67	68,33	48,62	51,38	33,33	66,67	100	0,00
Mayor igual 75	23,73	76,27	47,34	52,66	100,00	0,00	0,00	100,0
TOTAL	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %

Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2011. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Tabla 3.4. Frecuencia de práctica de actividad física en tiempo libre de la población andaluza de 65 y más años, según grupos de edad y provincia de residencia

	No hago ejercicio.		Alguna actividad ocasional		Varias veces al mes		Varias veces a la semana	
	65-74 a.	75 ≤ a.	65-74 a.	75 ≤ a.	65-74 a.	75 ≤ a.	65-74 a.	75 ≤ a.
Almería	10,06	9,50	4,93	5,64	12,50	16,67	42,86	25,00
Cádiz	15,38	16,12	12,68	12,23	12,50	0,00	14,29	0,00
Córdoba	7,69	10,74	11,74	11,60	8,33	0,00	0,00	0,00
Granada	10,65	13,22	10,56	11,91	12,50	16,67	28,57	25,00
Huelva	7,10	6,61	6,34	6,27	4,17	0,00	0,00	0,00
Jaén	2,37	10,33	11,97	11,60	8,33	0,00	0,00	0,00
Málaga	18,34	12,40	21,83	21,00	25,00	0,00	0,00	25,00
Sevilla	28,40	21,07	19,95	19,75	16,67	66,67	14,29	25,00
	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %

Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2011. Sv de Epidemiología. y Salud Laboral

Tabla 3.5. Frecuencia de práctica de actividad física en tiempo libre de la población andaluza de 65 y más años, según grupos de edad y estado civil.

	No hago ejercicio.		Alguna actividad ocasional		Varias veces al mes		Varias veces a la semana	
	65-74	Mayor igual 75	65-74	Mayor igual 75	65-74	Mayor igual 75	65-74	Mayor o igual 75
Casado/a	68,6	44,6	67,8	51,1	70,8	83,3	85,7	50,0
Soltero/a	3,6	3,3	4,9	4,4	4,2	0,0	0,0	0,0
Separado/a	1,8	0,8	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Divorciado/a	1,8	0,8	0,9	0,9	4,2	0,0	14,3	0,0
Viudo/a	24,3	50,4	24,9	43,6	20,8	16,7	0,0	50,0

4. SOBREPESO Y OBESIDAD

Gráfico 4. Evolución del Sobrepeso y Obesidad en la población andaluza de 16 y más años

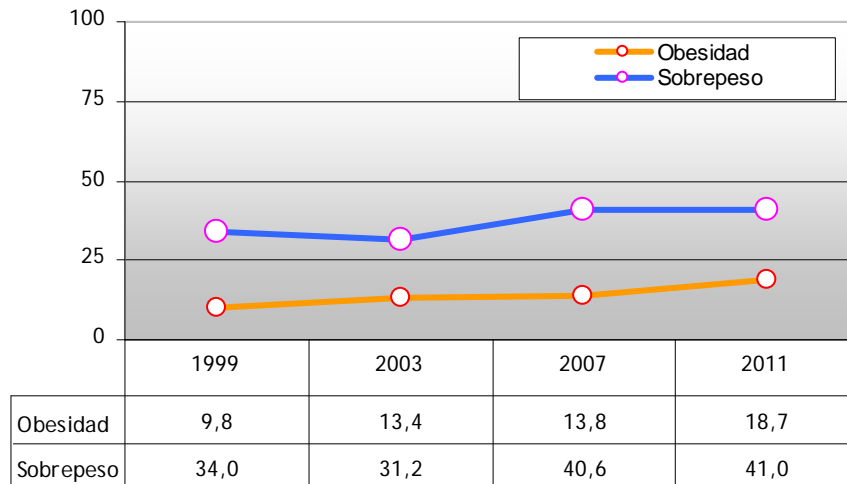


Tabla 4.1. Distribución de IMC la población andaluza de 16 y mas años, según edad y sexo.

	Bajo Peso	Normopeso	Sobrepeso	Obesidad	TOTAL
Hombres					
16-24	1,6	69,2	26,3	2,9	100%
25-34	0,3	52,5	40,6	6,6	100%
35-44	0,2	34,6	52,2	13,0	100%
45-54	0,6	24,8	60,0	14,5	100%
55-64	0,0	21,1	56,1	22,9	100%
65-74	0,3	21,8	60,9	17,0	100%
75 y +	1,4	20,6	57,4	20,6	100%
Total	0,6	38,7	48,4	12,3	100%
Mujeres					
16-24	9,0	76,4	11,9	2,7	100%
25-34	3,2	69,0	20,3	7,5	100%
35-44	2,8	57,9	28,9	10,5	100%
45-54	1,2	41,2	42,5	15,1	100%
55-64	0,0	29,7	47,4	22,9	100%
65-74	0,3	19,8	47,5	32,4	100%
75 y +	0,4	19,9	48,7	31,0	100%
Total	2,7	49,2	32,9	15,2	100%

Tabla 4.2. Evolución del Índice de Masa Corporal en la población andaluza de 16 de más años, según diferentes variables sociodemográficas.

		<i>Bajo peso</i>	<i>Peso normal</i>	<i>Sobrepeso</i>	<i>Obesidad</i>	
TOTAL		1,79	38,5	41,0	18,7	100
SEXO	Hombre	0,98	34,0	48,8	16,2	100
	Mujer	2,60	43,0	33,1	21,3	100
EDAD	16 – 24	5,3	72,7	19,2	2,8	100
	25 – 34	1,6	60,0	31,4	7,0	100
	35 – 44	1,5	46,6	40,2	11,7	100
	45 – 54	0,9	33,2	51,1	14,8	100
	55 – 64	0,0	25,4	51,7	22,9	100
	65 – 74	0,3	20,7	53,5	25,5	100
	75 >	0,8	20,2	52,5	26,5	100
NIVEL DE RENTA MENSUAL	Menos de 1000 €	1,8	31,3	41,6	25,3	100
	Entre 1001 y 2000	1,7	38,0	41,4	18,9	100
	Entre 2001 y 3000	1,5	44,3	40,9	13,4	100
	Más de 3001 €	0,0	48,8	43,9	7,3	100
PERCEPCIÓN DE ESTADO DE SALUD	Excelente	2,2	52,0	38,9	6,9	100
	Muy buena	2,7	45,5	39,9	11,9	100
	Buena	1,6	37,3	42,5	18,7	100
	Regular	0,9	26,6	40,4	32,1	100
	Mala	0,8	24,5	37,8	37,0	100
EN RELACIÓN A SU ESTATURA, ¿DIRÍA USTED QUE SU PESO ES...?	Bastante mayor de lo normal	0,0	0,8	25,0	74,3	100
	Algo mayor de lo normal	0,1	13,6	55,4	31,0	100
	Normal	1,5	54,8	37,9	5,7	100
	Menor de lo normal	20,4	69,1	8,0	2,6	100
NIVEL DE ESTUDIOS	No sabe leer o escribir	0,9	23,9	38,5	36,8	100
	No ha estudiado pero sabe leer y escribir	0,3	18,0	45,7	36,0	100
	Estudios primarios (hasta 5º EGB, ingreso)	0,7	29,6	43,4	26,6	100
	EGB completa (8º) o similar (bachiller elemental)	1,8	37,8	41,8	18,6	100
	ESO	4,1	53,2	35,2	7,6	100
	Estudios de FP I	2,0	40,1	41,0	16,9	100
	Estudios de FP II	1,7	40,8	43,8	13,7	100
	Estudios secundarios (BUP, B. Superior)	3,4	48,6	38,6	9,4	100
	Estudios universitarios de grado medio	1,8	53,1	38,8	6,4	100
	Estudios universitarios de grado superior	2,1	53,5	33,9	10,5	100
	Otros estudios	0,0	0,0	0,0	0,0	100
PROVINCIAS	Almería	2,5	38,2	38,2	21,1	100
	Cádiz	2,2	41,8	38,8	17,2	100
	Córdoba	2,2	34,3	43,9	19,6	100

	Granada	2,1	36,0	39,9	21,9	100
	Huelva	2,8	42,3	36,0	19,0	100
	Jaén	0,4	31,8	45,3	22,5	100
	Málaga	1,6	37,6	43,3	17,5	100
	Sevilla	1,4	41,9	40,3	16,5	100
TAMAÑO HABITAT	Menos de 2.000 h.	2,8	37,0	40,7	19,4	100
	Entre 2001-10.000 h.	1,7	35,1	42,2	21,0	100
	De 10.001- 50.000 h.	1,5	37,8	40,6	20,1	100
	> 50.000 h.	1,8	40,1	40,7	17,5	100
	Capitales de provincia	2,0	40,2	40,8	16,9	100
SITUACIÓN LABORAL	Trabaja	1,5	41,5	42,8	14,3	100
	Está en el paro y ha trabajado antes	1,3	42,7	39,2	16,9	100
	Busca primer empleo	6,3	64,1	25,0	4,7	100
	Jubilado (trabajó anteriormente)	0,7	18,9	52,0	28,3	100
	Sus labores/Ama de casa	0,9	29,7	40,9	28,6	100
	Estudiante	8,1	66,1	23,8	2,1	100
	Incapacidad/invalidez permanente	1,3	32,0	32,7	34,0	100
	Otros	0,0	40,0	40,0	20,0	100

5. PERSONAS CON OTROS FACTORES DE RIESGO

Tabla 5.1. Porcentaje de población andaluza de 16 años y más con factores de riesgo, que consume fruta y verdura a diario

	FRUTA		VERDURAS Y HORTALIZAS	
	2007	2011	2007	2011
Diabetes	64.8	77,4	32.0	45,8
Hipertensión	68.1	78,9	35.0	50,9
Colesterol (dislipemia)	63.0	76,6	30.9	44,6
Trastornos cardíacos	57.6	78,3	29.0	51,3
Osteoporosis	72.6	77,9	34.3	53,7
Sobrepeso	53.1	64,8	26.9	42,3
Obesidad	58.4	72,1	26.0	46,6

Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2011. Sv de Epidemiología

Tabla 5.2. Frecuencia de actividad física en tiempo libre de personas de 16 años y más con patologías / FF RR. (en %)

	No hago ejercicio	Alguna activ. física o deportiva ocasional	Activ física regular, varias veces al mes	Entrenamiento físico varias veces a la semana	Total
2007					
Diabetes	52,1	44,0	2,9	1,0	100
Hipertensión	45,2	50,3	4,1	0,5	100
Colesterol (dislipemia)	50,3	45,1	4,1	0,7	100
Ttnos cardíacos	55,1	42,0	2,9	0,0	100
Osteoporosis	54,3	42,2	2,9	0,6	100
Sobrepeso	43,4	45,4	9,1	2,1	100
Obesidad	56,2	40,1	2,8	0,8	100
2011					
Diabetes	35,6	59,4	3,8	1,1	100
Hipertensión	31,0	64,2	4,0	0,8	100
Colesterol (dislipemia)	33,2	61,1	4,4	1,4	100
Ttnos cardíacos	44,5	52,9	1,5	1,1	100
Osteoporosis	46,3	47,8	5,9	0,0	100
Sobrepeso	25,6	57,7	11,2	5,6	100
Obesidad	32,8	60,9	5,0	1,4	100

Fuente: Encuestas Andaluzas de Salud, 2007 y 2011. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

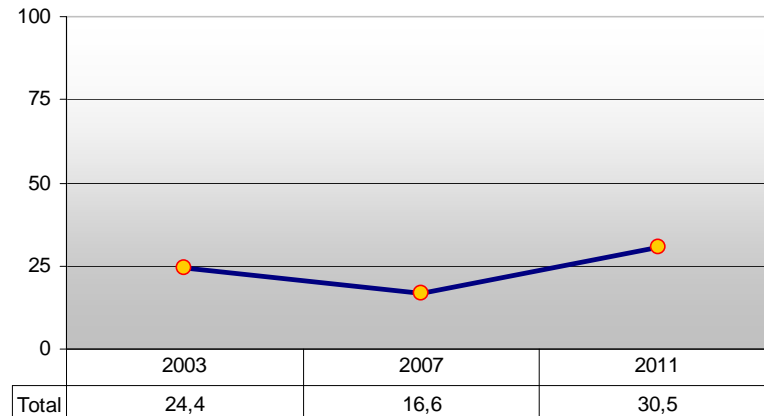
Tabla 5.3. IMC en personas de 16 años y mas con patologías / FF RR. (en %)

	Bajopeso	Normopeso	Sobrepeso I	Sobrepeso II	Obesidad	Total
2007						
Diabetes	0,5	17,3	18,5	30,1	33,6	100
Hipertensión	0,2	16,9	19,9	31,8	31,2	100
Colesterol (dislipemia)	0,2	20,8	19,8	29,6	29,6	100
Ttnos cardíacos	1,1	20,9	16,8	28,7	32,5	100
Osteoporosis	1,2	37,3	19,9	16,9	24,7	100
2011						
Diabetes	0,2	15,6	17,2	25,1	41,9	100
Hipertensión	0,3	15,2	16,0	31,7	36,8	100
Colesterol (dislipemia)	0,5	20,2	15,7	29,3	34,3	100
Ttnos cardíacos	0,8	19,9	15,4	31,1	32,8	100
Osteoporosis	0,0	30,6	15,3	17,7	36,3	100

Fuente: Encuestas Andaluzas de Salud, 2007 y 2011. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

6. CONSEJO DE ACTIVIDAD FÍSICA EN ATENCIÓN PRIMARIA

Gráfico 6. Evolución del porcentaje de personas mayores de 16 años sedentarias en su tiempo libre, que han recibido al recomendación de su médico de hacer actividad física.



Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2003, 2007, 2011. Sv de Epidemiología y Salud Laboral.
 Datos referidos a personas que han visitado a su médico en el último año

**Tabla 6.1. ¿Le ha aconsejado su médico que haga algún tipo de ejercicio físico? (en %)
 Adultos que han acudido a su CS en el último año.**

		<i>No hago ejercicio</i>	<i>Alguna activ. física o deportiva ocasional</i>	<i>Activ. física regular, varias veces al mes</i>	<i>Entrenamiento físico varias veces a la semana</i>
2003	Si	24,4	38,9	18,7	15,5
	No	75,6	61,1	81,3	84,5
	<i>Total</i>	<i>100,0</i>	<i>100,0</i>	<i>100,0</i>	<i>100,0</i>
2007	Si	16,6	27,7	19,5	9,4
	No	83,4	72,3	80,5	90,6
	<i>Total</i>	<i>100,0</i>	<i>100,0</i>	<i>100,0</i>	<i>100,0</i>
2011	Si	30,5	42,4	23,4	14,6
	No	69,5	57,6	76,6	85,4
	<i>Total</i>	<i>100,0</i>	<i>100,0</i>	<i>100,0</i>	<i>100,0</i>

Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2003, 2007, 2011. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Tabla 6.2. Porcentaje de personas adultas a los que su medico les ha recomendado hacer actividad física, por provincias y actividad física que realiza en su tiempo libre

	<i>No hago ejercicio</i>	<i>Alguna activ. física o deportiva ocasional</i>	<i>Activ. física regular, varias veces al mes</i>	<i>Entrenamiento físico varias veces a la semana</i>	Total (100%)
Almeria	33,1	48,1	7,8	11,0	100%
Cádiz	25,2	65,1	8,6	1,1	100%
Cordoba	13,6	82,1	3,1	1,2	100%
Granada	28,0	60,7	8,7	2,0	100%
Huelva	28,6	65,2	6,3	0,0	100%
Jaen	13,5	78,2	6,5	1,8	100%
Málaga	20,0	72,9	5,7	1,4	100%
Sevilla	31,6	58,8	7,7	1,9	100%

Datos referidos a personas que han acudido al Centro de Salud en el último año.
Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2011. Sv de Epidemiología y Salud Laboral

Tabla 6.3. Porcentaje de personas adultas con factores de riesgo, a los que su medico les ha recomendado hacer actividad física, según actividad física que realiza en su tiempo libre

	<i>No hago ejercicio</i>	<i>Alguna activ. física o deportiva ocasional</i>	<i>Activ. física regular, varias veces al mes</i>	<i>Entrenamiento físico varias veces a la semana</i>	Total (100%)
Diabetes	28,3	66,0	4,8	1,0	100%
Hipertensión	22,2	72,5	4,7	0,6	100%
Colesterol (dislipemia)	27,0	66,9	4,7	1,2	100%
Ttnos cardíacos	29,8	67,8	1,7	0,8	100%
Osteoporosis	34,6	56,4	9,0	0	100%
Sobrepeso	22,3	68,4	6,6	2,6	100%
Obesidad	27,4	67,3	4,8	0,6	100%

Datos referidos a personas que han acudido al Centro de Salud en el último año.
Fuente: Encuesta Andaluza de Salud, 2011. Sv de Epidemiología y Salud Laboral