



ESFEC 2021

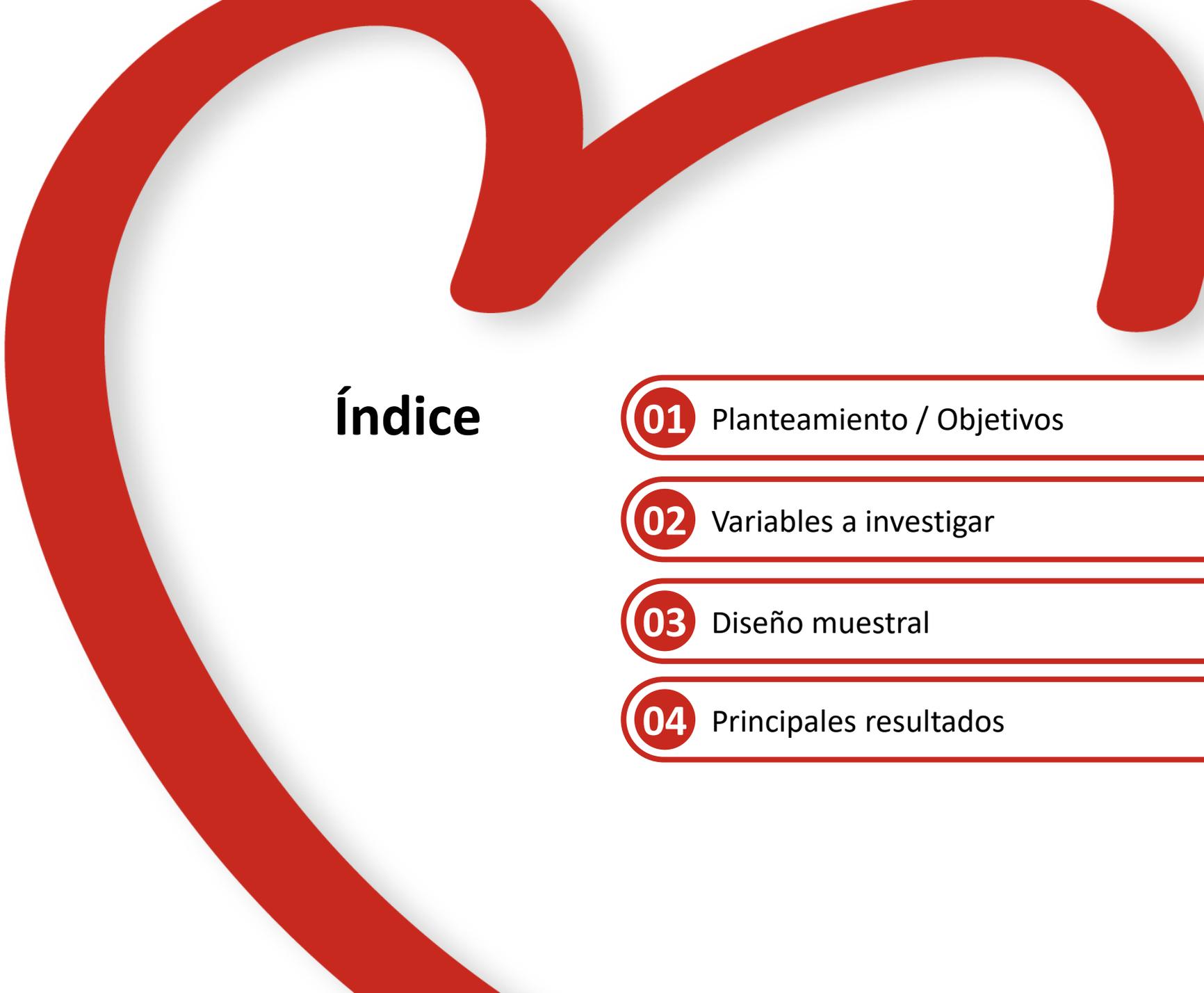
Encuesta de Salud de la Fundación
Española del Corazón



Con la colaboración de:

SIGMADOS

27/09/2021



Índice

01 Planteamiento / Objetivos

02 Variables a investigar

03 Diseño muestral

04 Principales resultados

1. PLANTEAMIENTO/OBJETIVOS

PLANTEAMIENTO / OBJETIVOS

El principal objetivo de la Fundación Española del Corazón (EC) es sensibilizar sobre la importancia de prevenir las enfermedades cardiovasculares mediante la educación sanitaria de la población, a través de campañas de divulgación sobre la adopción de hábitos saludables de vida que permitan reducir el riesgo cardiovascular. Las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte en los países desarrollados y las causantes de que cada año fallezcan más de 18 millones de personas en todo el mundo, según la *World Heart Federation (WHF)*.

Sin embargo, el 80% de las muertes prematuras por enfermedad cardiovascular se puede prevenir según la Organización Mundial de la Salud (OMS). La prevención se basa principalmente en el seguimiento de unos hábitos de vida saludables cuyos pilares fundamentales son la alimentación y la actividad física, que permiten controlar factores de riesgo como la hipercolesterolemia, la tensión arterial elevada, la diabetes....). En este contexto, es cada vez más preocupante la elevada tasa de obesidad y sobrepeso en España, especialmente en el ámbito de la población infantil.

PLANTEAMIENTO / OBJETIVOS

Continuando con su objetivo de sensibilización, la FEC ha decidido llevar a cabo campañas centradas en estos dos temas claves para la salud general y cardiovascular, en particular: la alimentación saludable y la práctica de actividad física.

Las campañas/acciones a desarrollar requieren tener como base datos reales de la situación actual en España, por lo que se planteó llevar a cabo una encuesta de ámbito nacional para obtener información sobre la situación ponderal y hábitos de salud relacionados con el sobrepeso y los factores de riesgo cardiovascular centrados principalmente en la alimentación, la actividad física y los estilos de vida.

2. VARIABLES A INVESTIGAR

The background features a dark red gradient with several stylized, semi-transparent red icons. On the left, there are two overlapping sheets of paper with horizontal lines representing text. In the center, a magnifying glass with a circular lens and a handle is positioned. To the right of the magnifying glass, there are two pencils: one red and one orange, both with sharpened tips.

VARIABLES A INVESTIGAR

CUESTIONARIO

El cuestionario aborda los siguientes bloques temáticos:

Estado de Salud

Salud percibida, problemas crónicos, consumo de medicamentos, bienestar emocional.

Peso, talla y situación ponderal



VARIABLES A INVESTIGAR

CUESTIONARIO

Alimentación

Incluye cuestionario de frecuencia de consumo y cuestionario de Adherencia a la Dieta Mediterránea.

Realización de Actividad Física

Cuestionario internacional de actividad física (IPAQ) en formato corto.



VARIABLES A INVESTIGAR

CUESTIONARIO

Hábitos y estilos de vida.

Se incluye Calidad y duración del sueño (escala de sueño MOS-SS). Consumo de tabaco y bebidas alcohólicas.

Variables de clasificación

Se han incluido variables de clasificación sociodemográfica (sexo, edad, situación laboral, estudios, status socioeconómico y zona de residencia) para el análisis de resultados.



3. DISEÑO MUESTRAL

DISEÑO MUESTRAL

ÁMBITO GEOGRÁFICO Y POBLACIONAL

La población objeto de estudio ha sido la formada por la población residente en el territorio español de 16 y más años.

TIPO DE MUESTREO Y ESTRATIFICACIÓN

El tipo de muestreo ha sido el muestreo aleatorio estratificado. El objetivo de la estratificación es conseguir grupos lo más homogéneos posible respecto a las variables a estudiar. En este aspecto y atendiendo a los objetivos de la FEC, los principales criterios de estratificación han sido la edad y el sexo, y el tamaño del municipio de residencia (hábitat).

DISEÑO MUESTRAL

TAMAÑOS MUESTRALES

Se han realizado un total de 1.600 entrevistas, para garantizar un error de muestreo absoluto inferior a $\pm 2,5\%$ en las estimaciones a un nivel de confianza del 95%.

SELECCIÓN DE LAS UNIDADES MUESTRALES

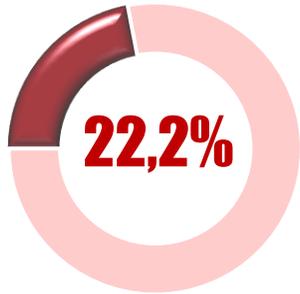
El proceso de selección de cada persona a entrevistar dentro de cada vivienda se llevó a cabo mediante muestreo estrictamente aleatorio entre el conjunto de personas residentes en la misma, a partir de tamaños previos prefijados para cada grupo de edad.

4. PRINCIPALES RESULTADOS

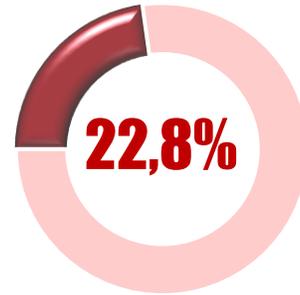


FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR

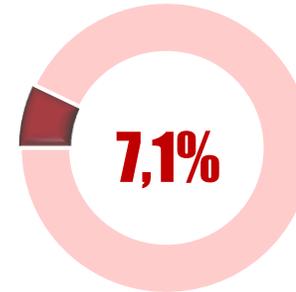
HIPERTENSIÓN



HIPERCOLESTEROLEMIA



DIABETES



SOBREPESO



OBESIDAD



SEDENTARISMO



ESTRÉS



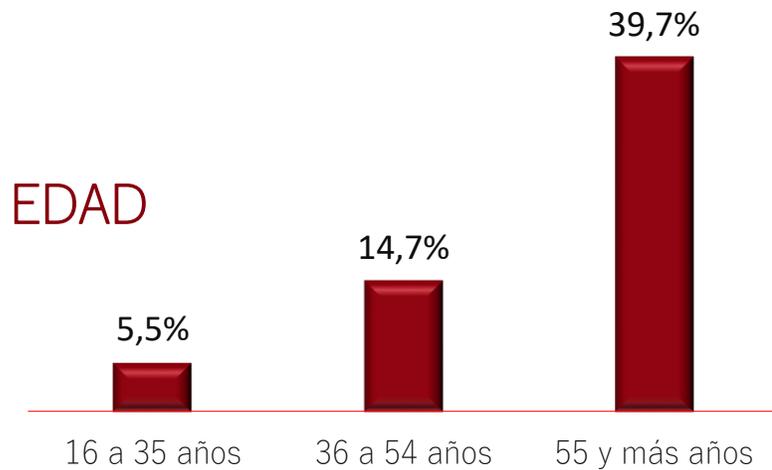
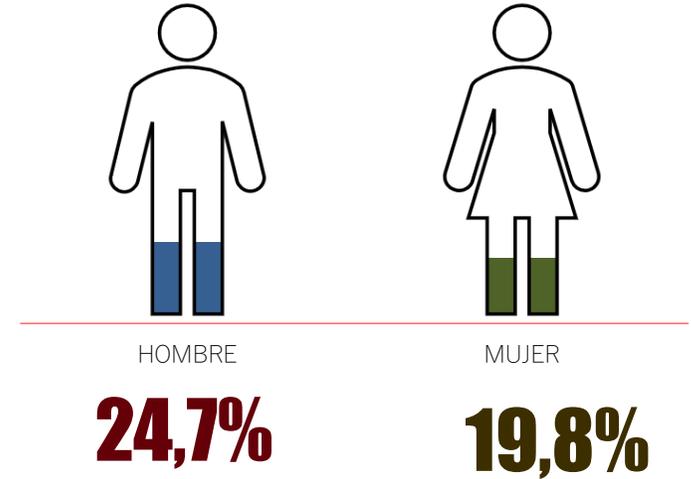
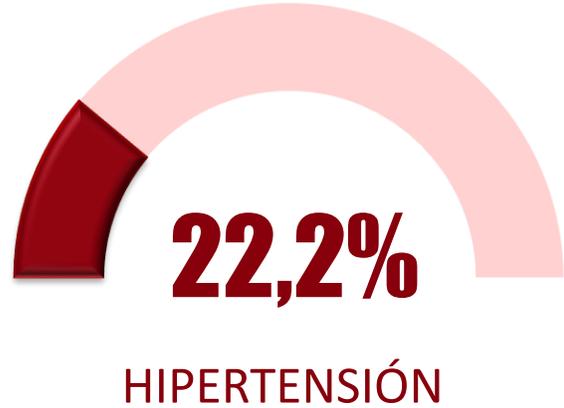
FALTA DE SUEÑO



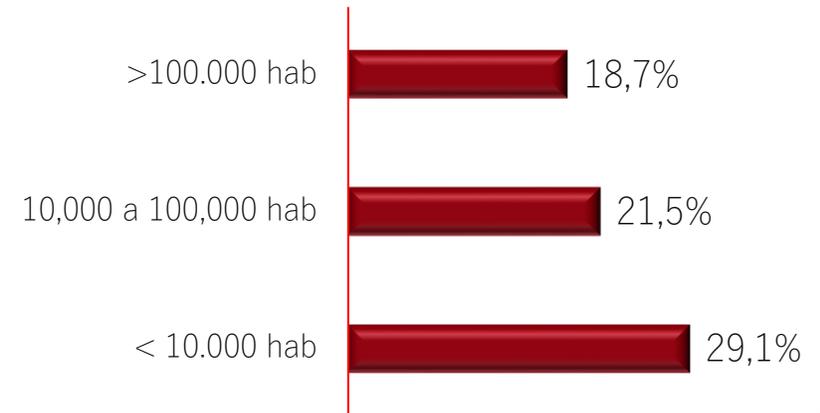
TABAQUISMO



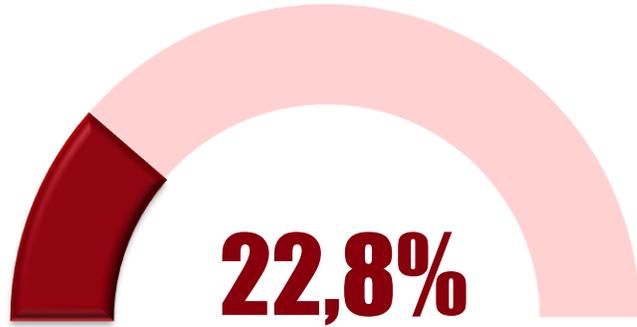
FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR: HIPERTENSIÓN



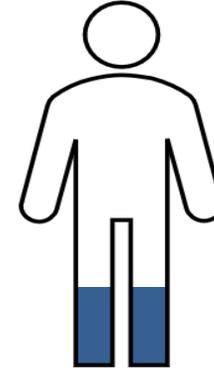
HABITAT



FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR: HIPERCOLESTEROLEMIA

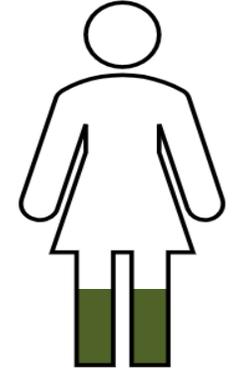


HIPERCOLESTEROLEMIA



HOMBRE

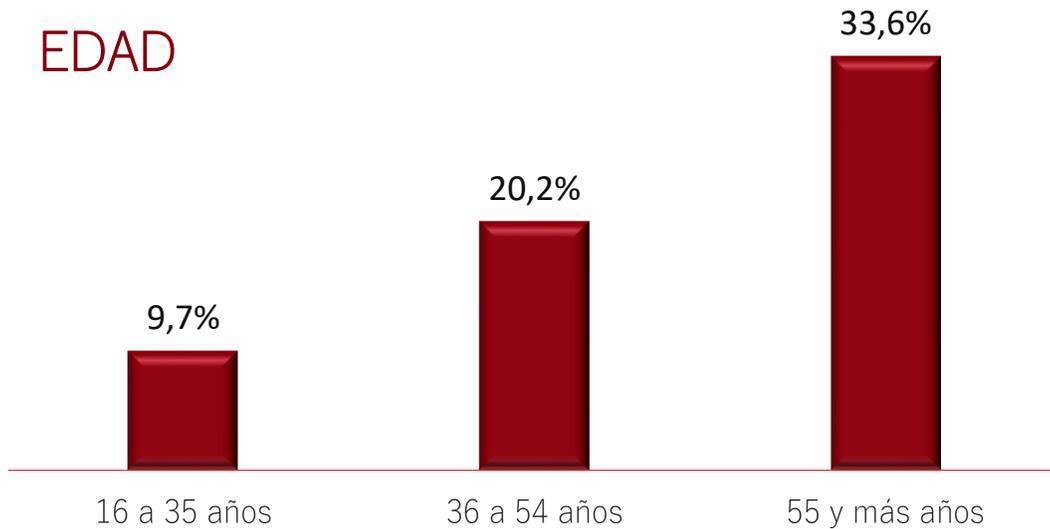
23,1%



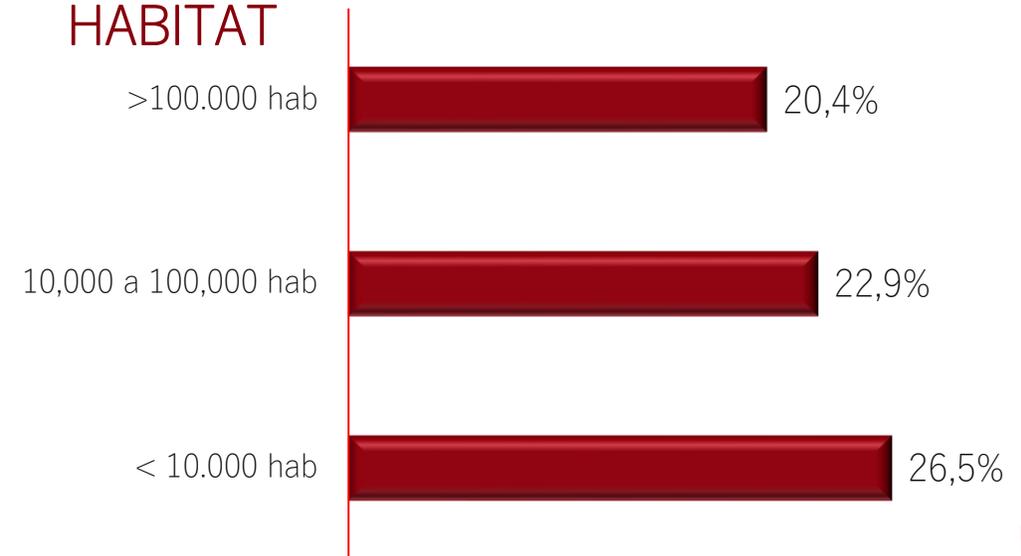
MUJER

22,5%

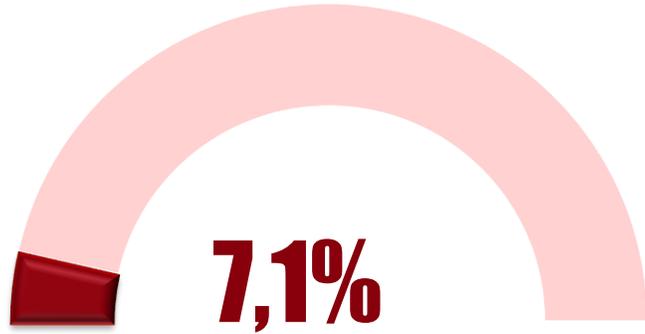
EDAD



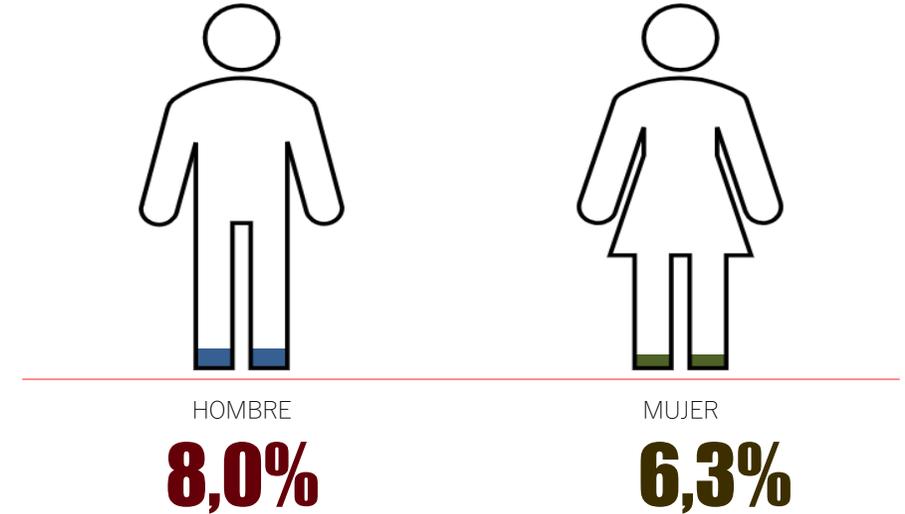
HABITAT



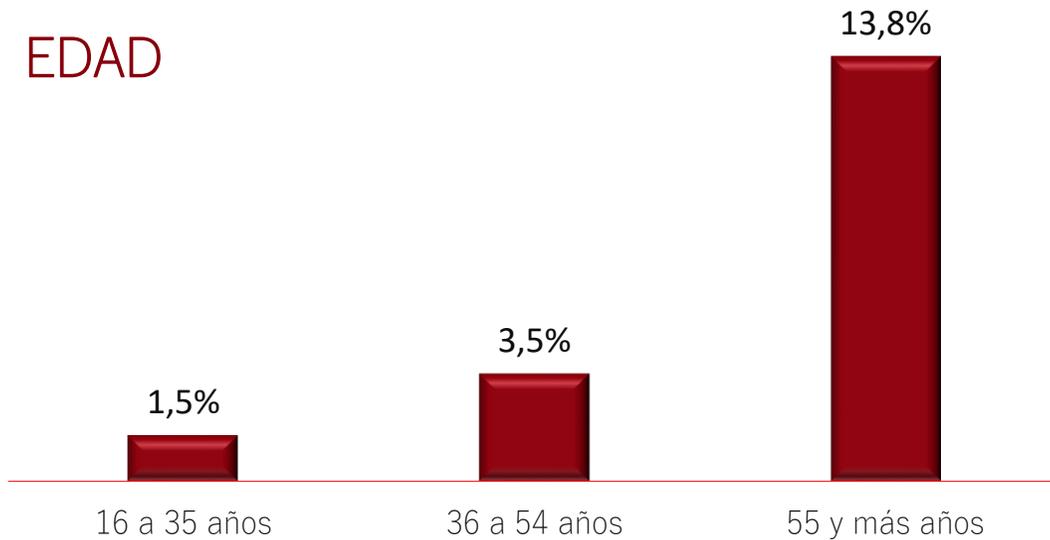
FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR: DIABETES



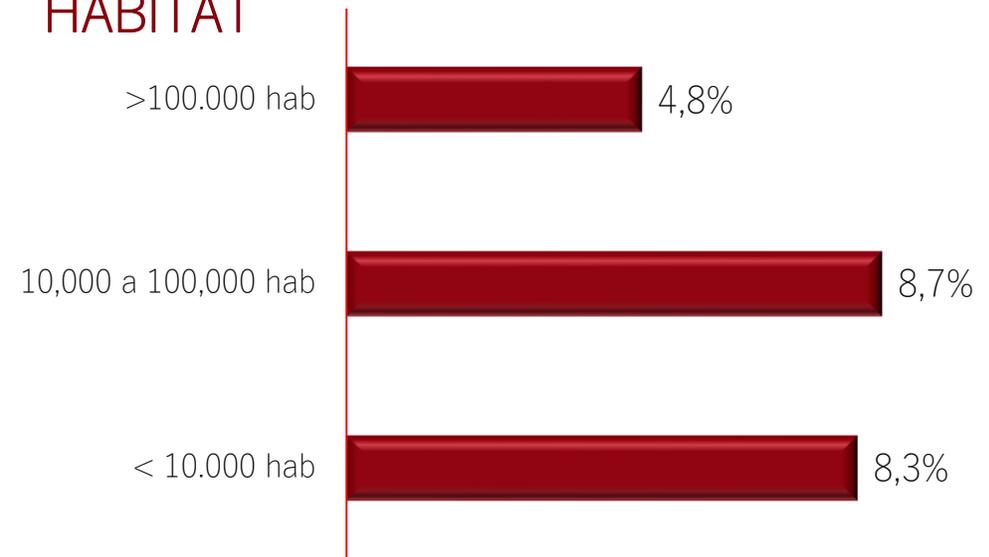
DIABETES



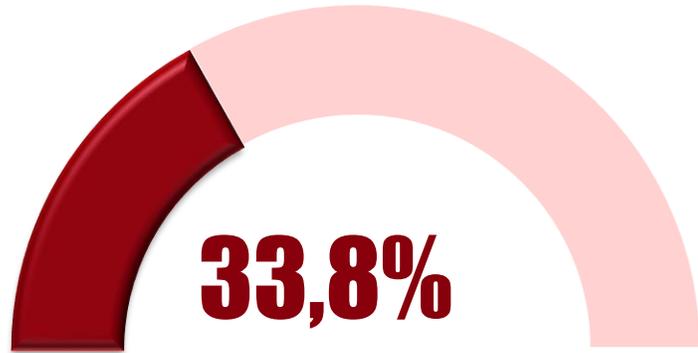
EDAD



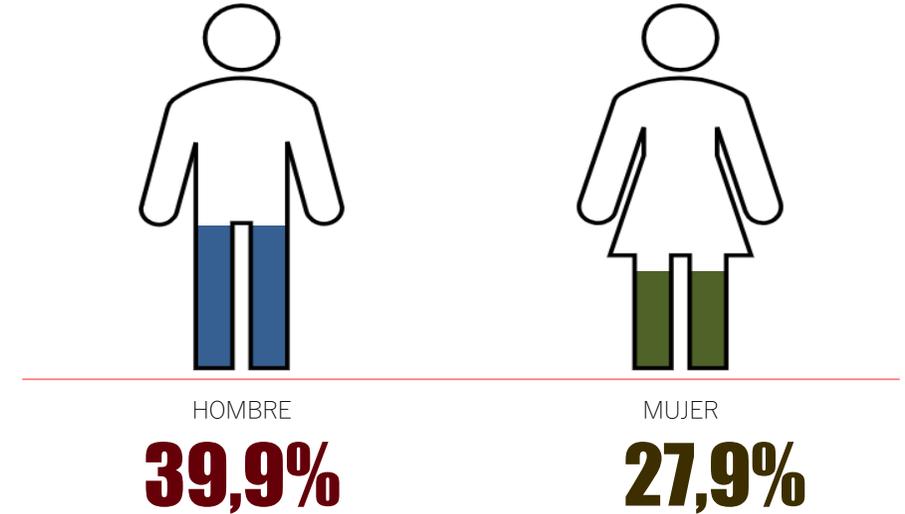
HABITAT



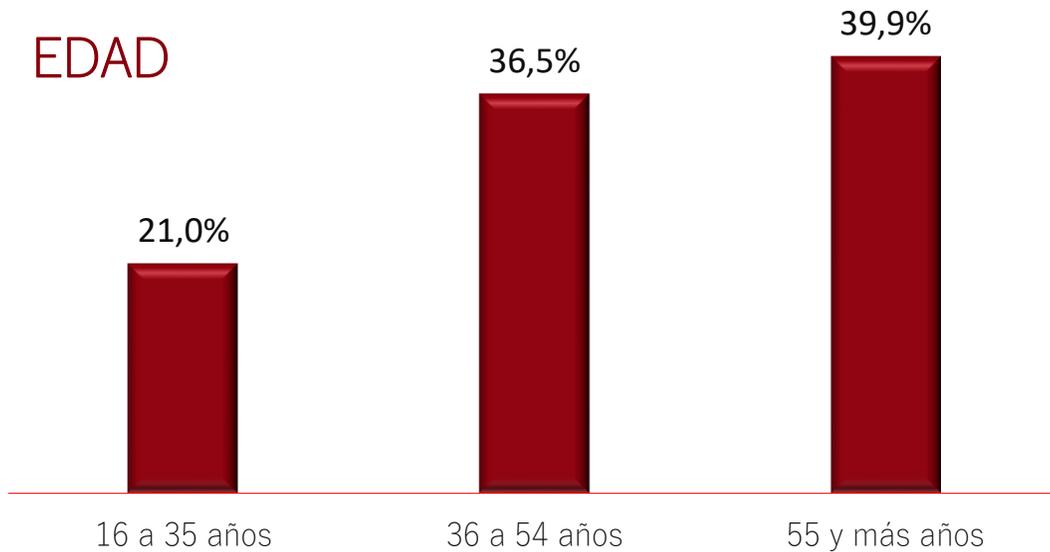
FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR: SOBREPESO



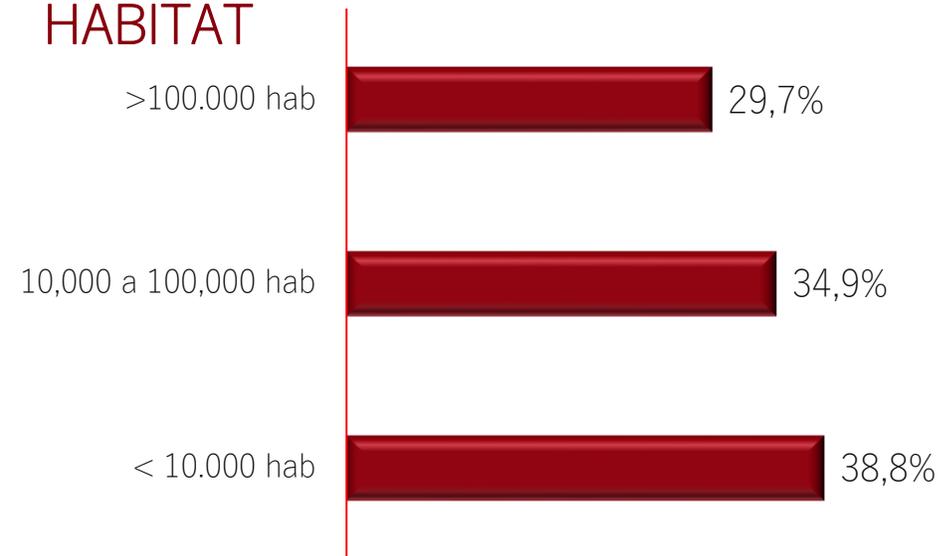
SOBREPESO



EDAD



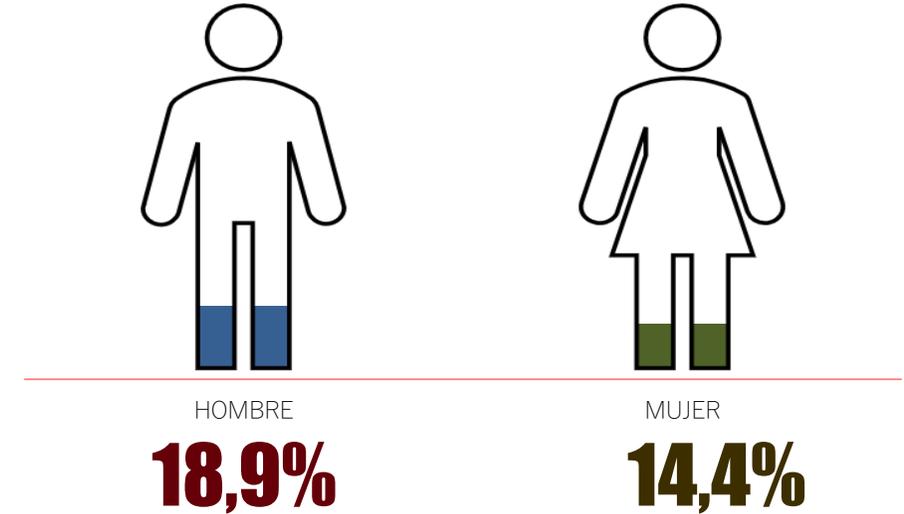
HABITAT



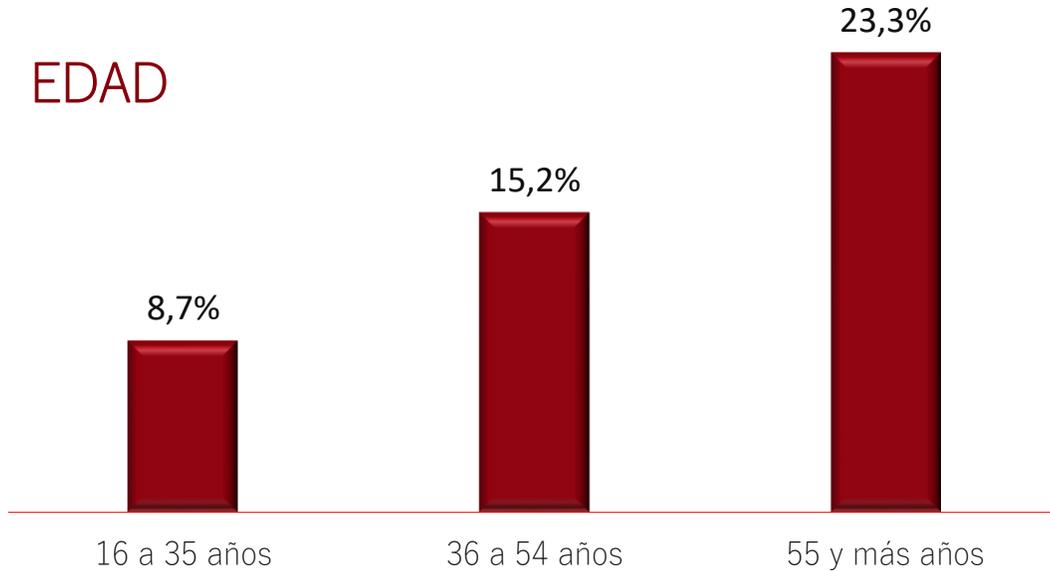
FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR: OBESIDAD



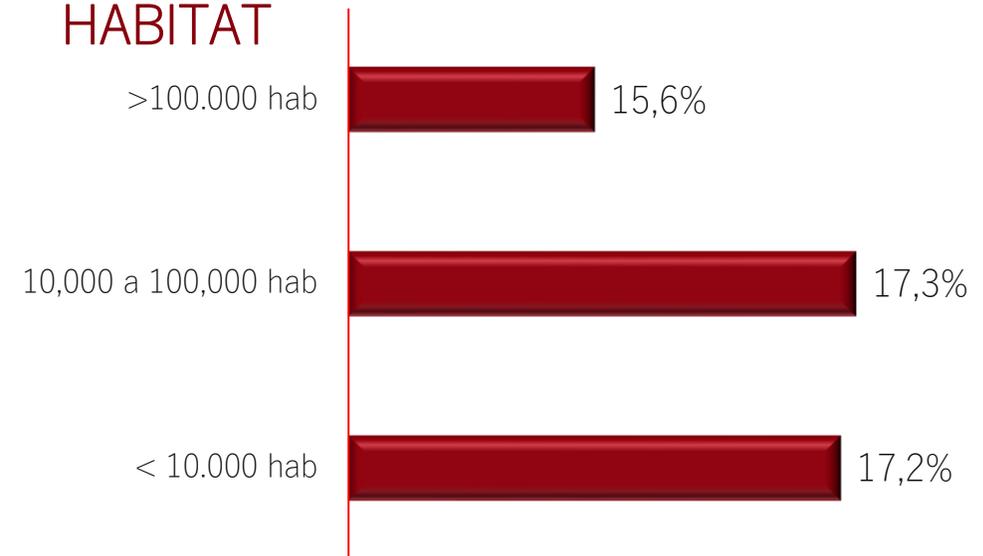
OBESIDAD



EDAD



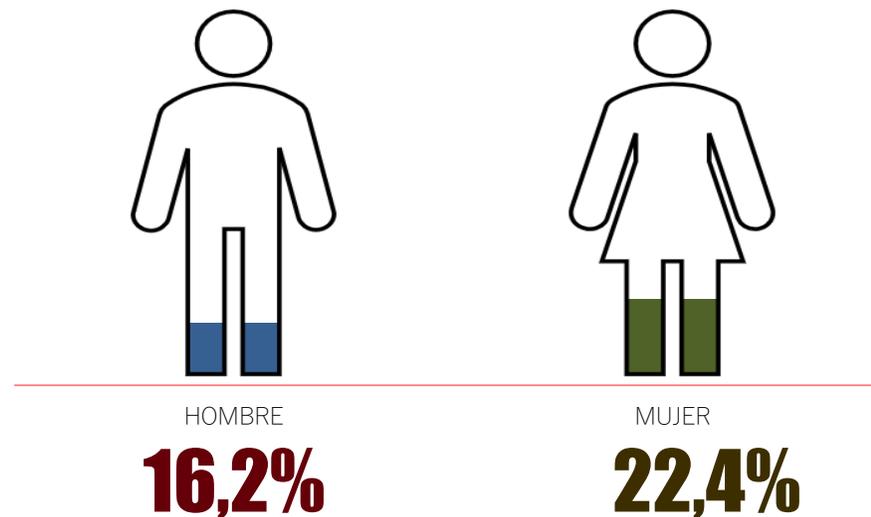
HABITAT



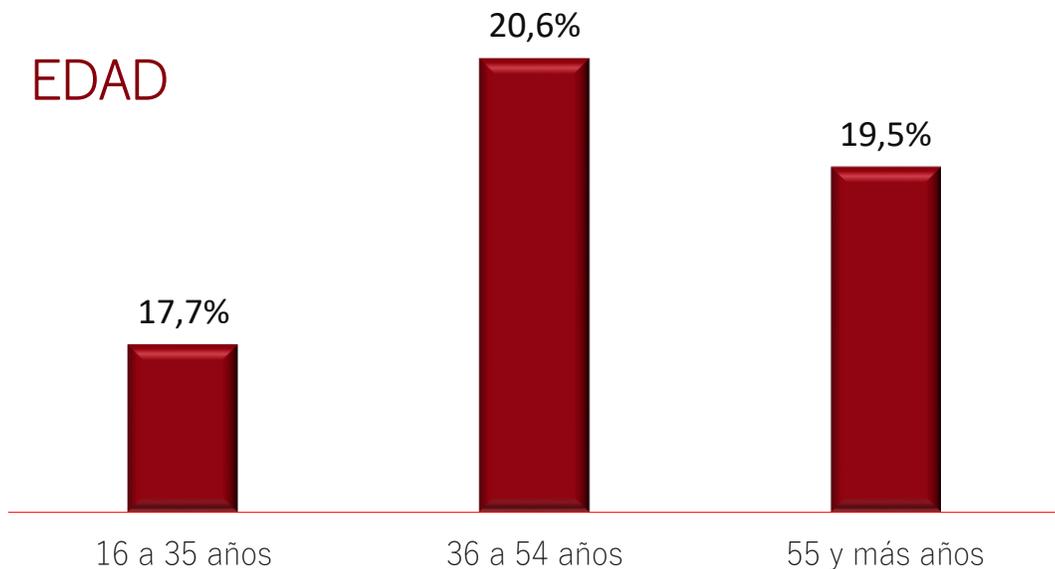
FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR: SEDENTARISMO



SEDENTARISMO



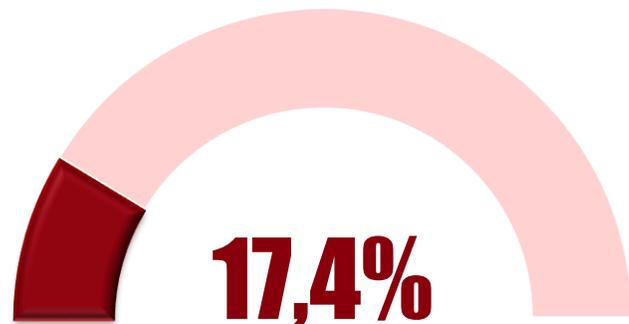
EDAD



HABITAT

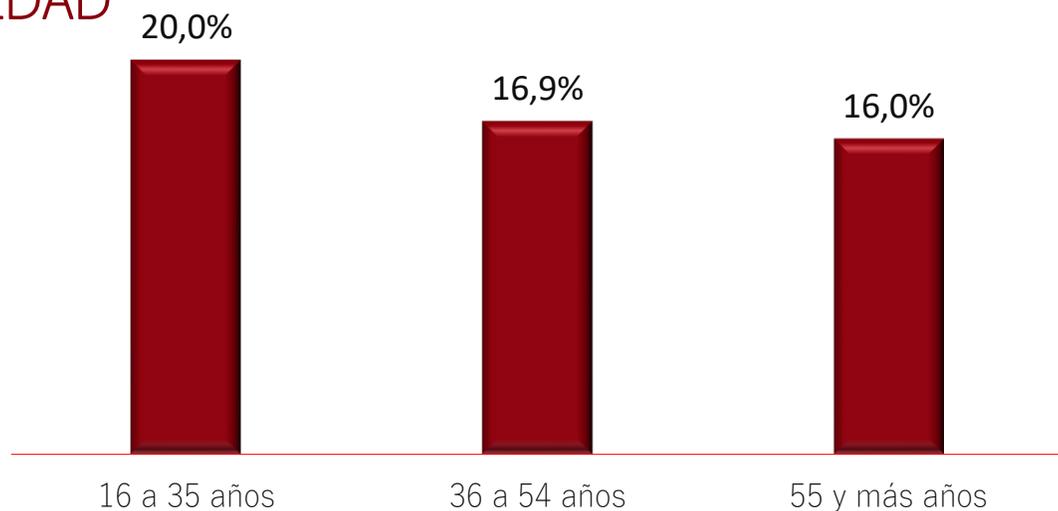


FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR: ESTRÉS

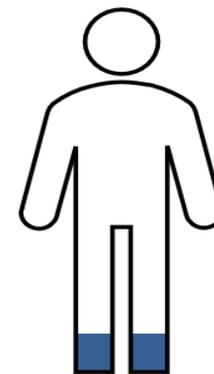
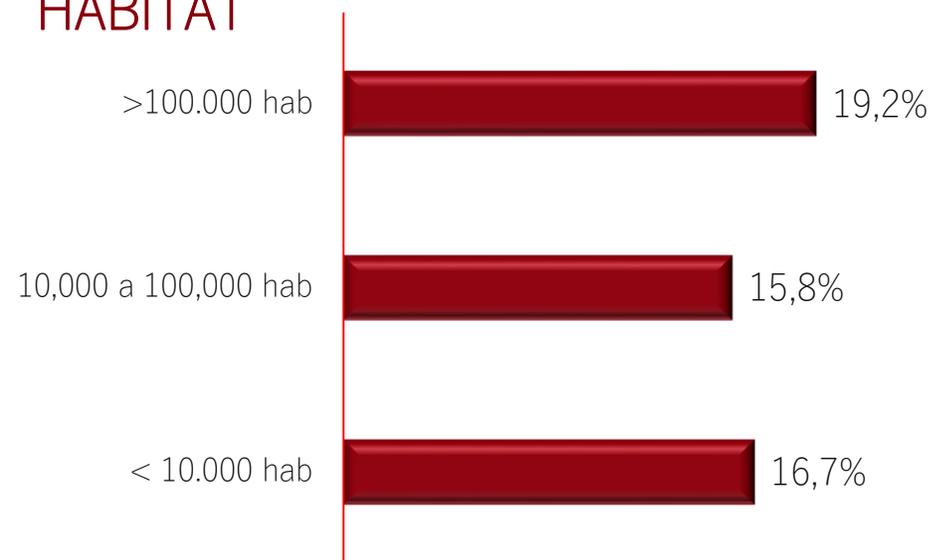


ESTRÉS

EDAD



HABITAT



HOMBRE

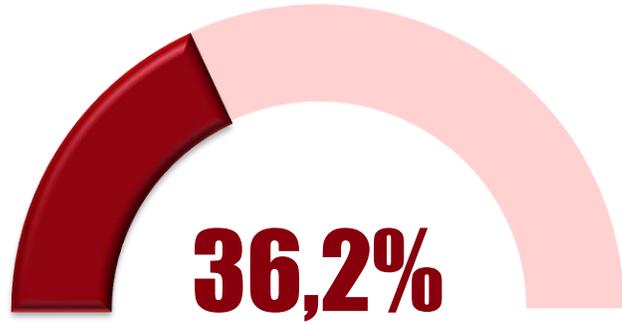
12,7%



MUJER

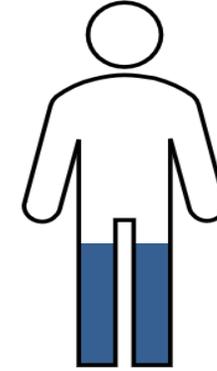
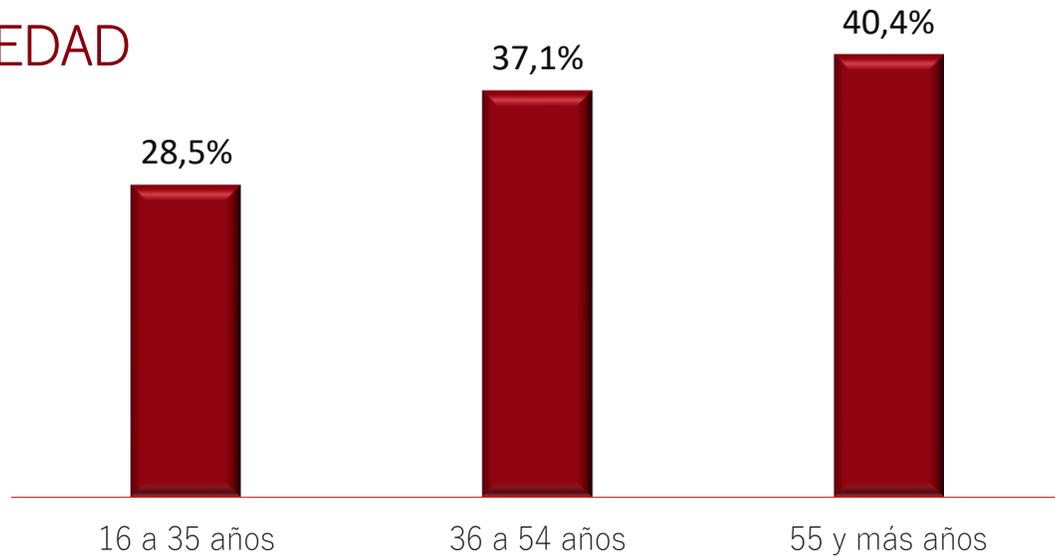
21,8%

FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR: FALTA DE SUEÑO



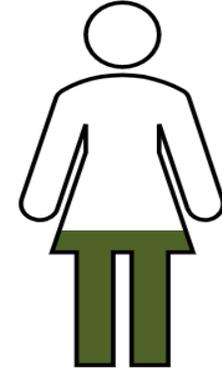
FALTA DE SUEÑO

EDAD



HOMBRE

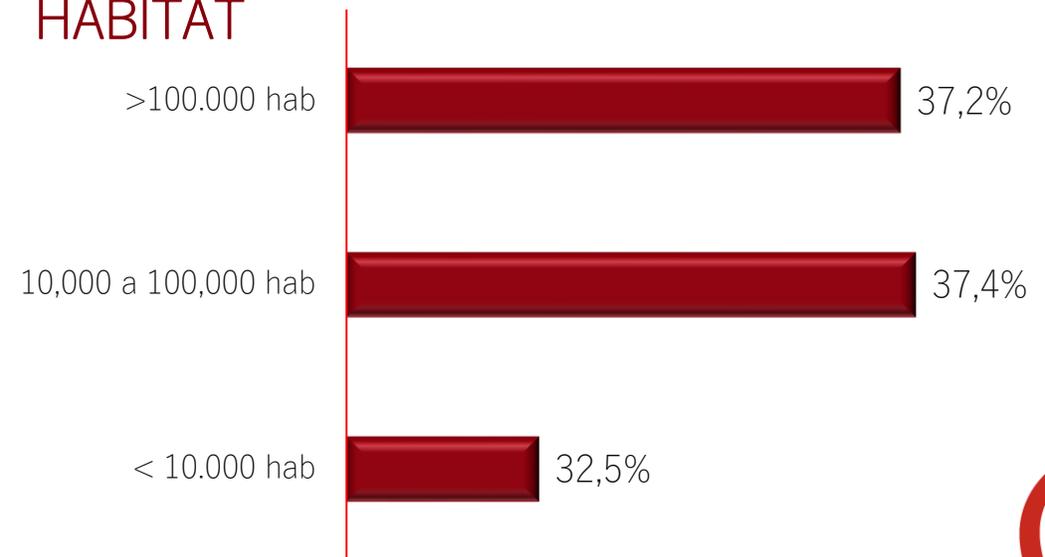
34,5%



MUJER

37,8%

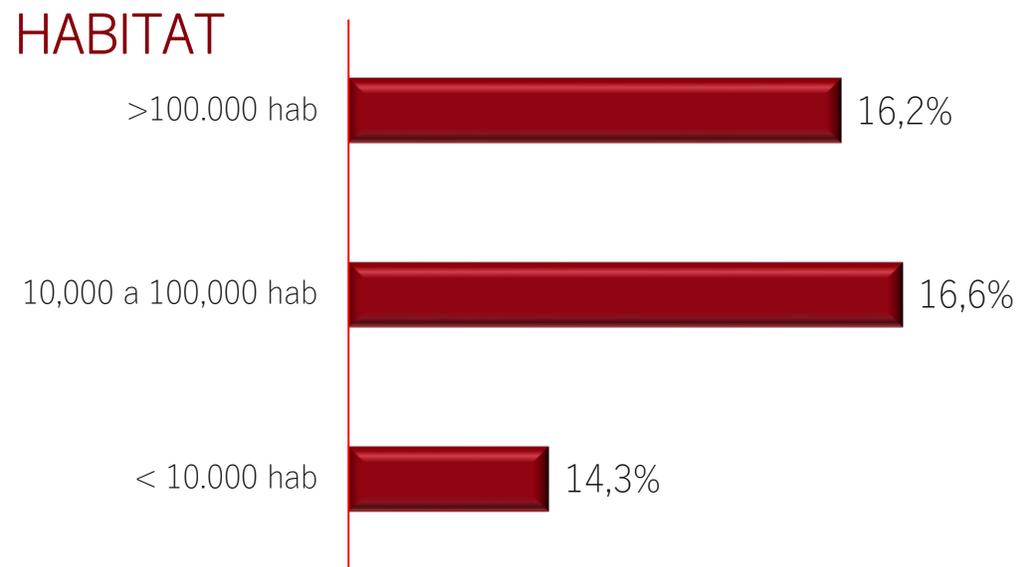
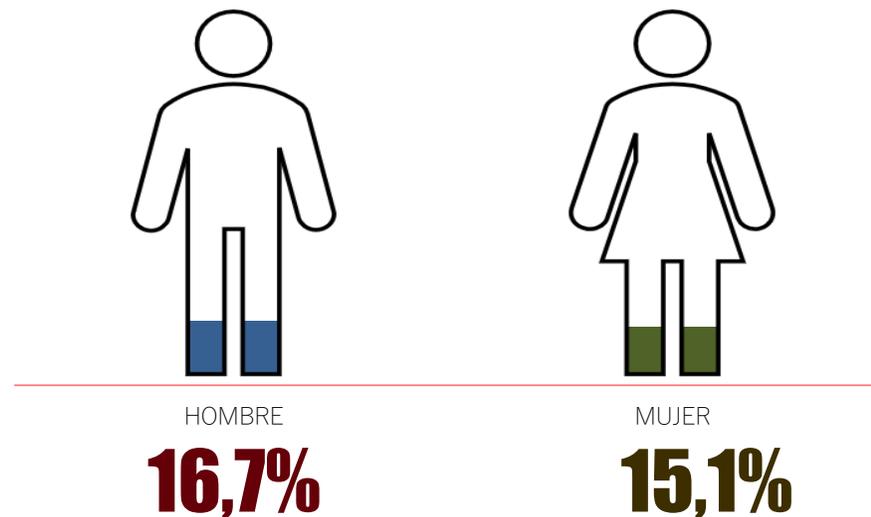
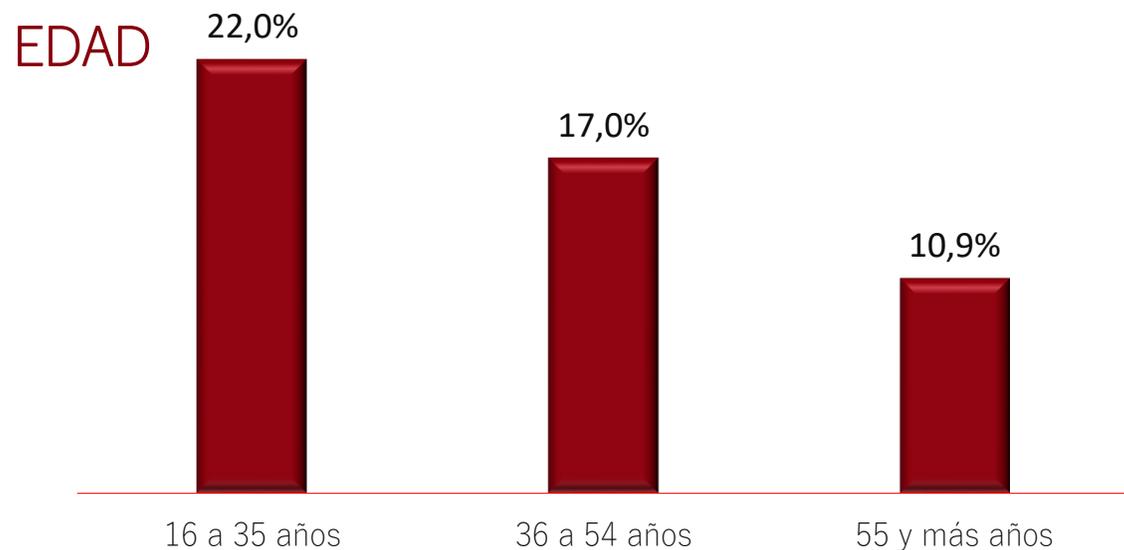
HABITAT



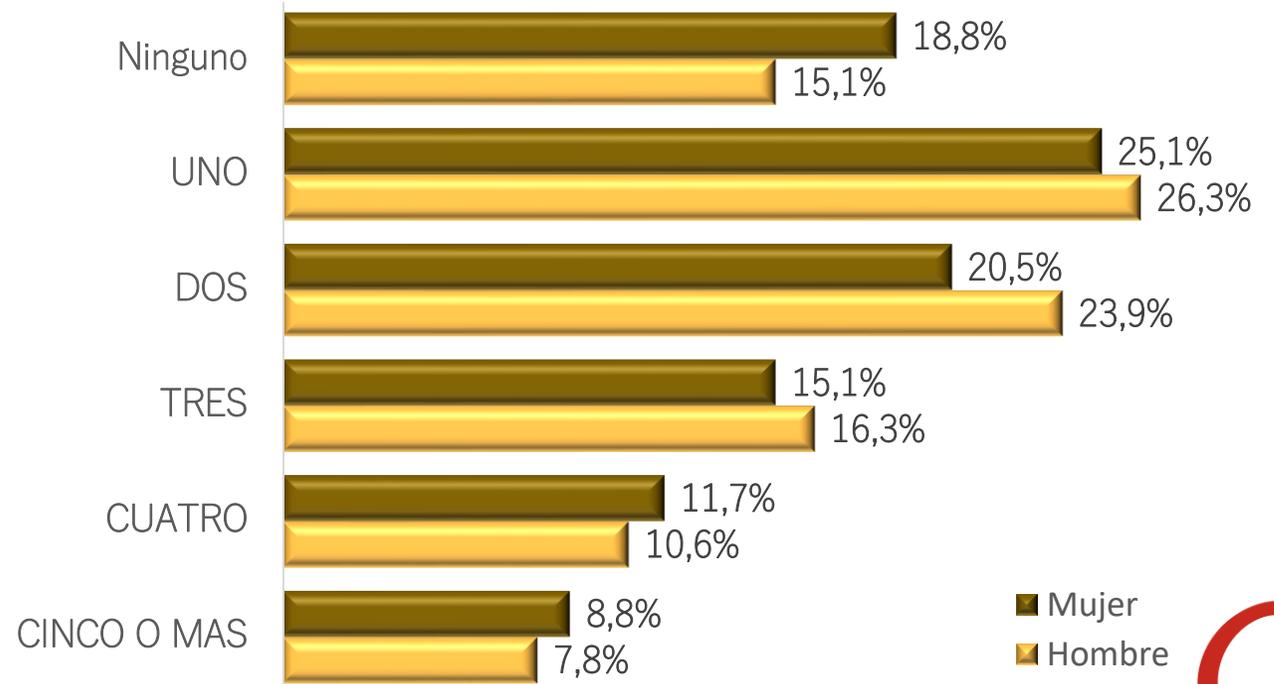
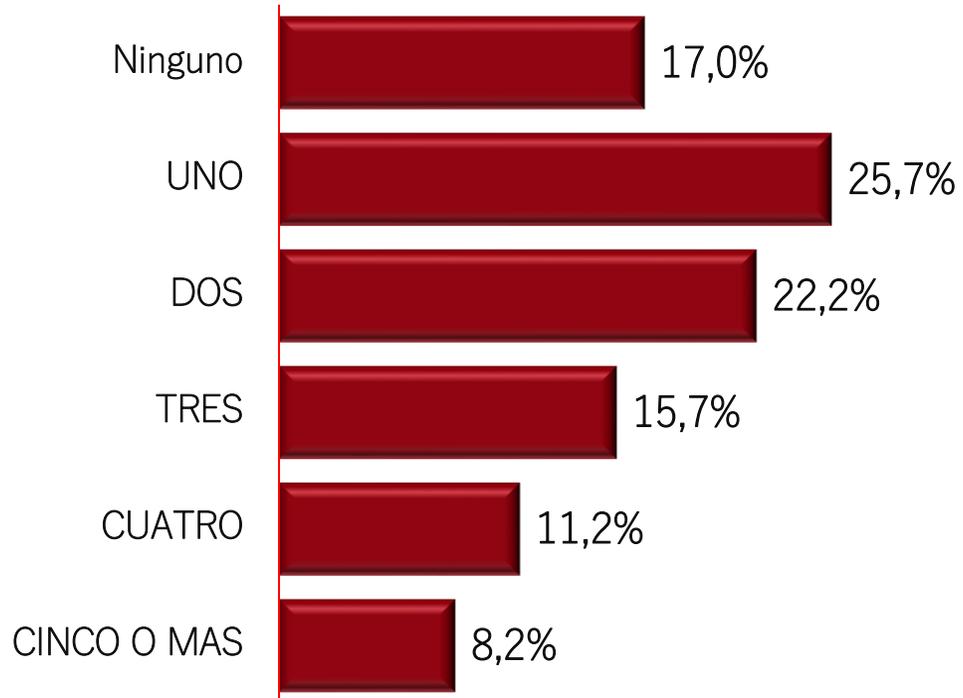
FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR: TABAQUISMO



TABAQUISMO

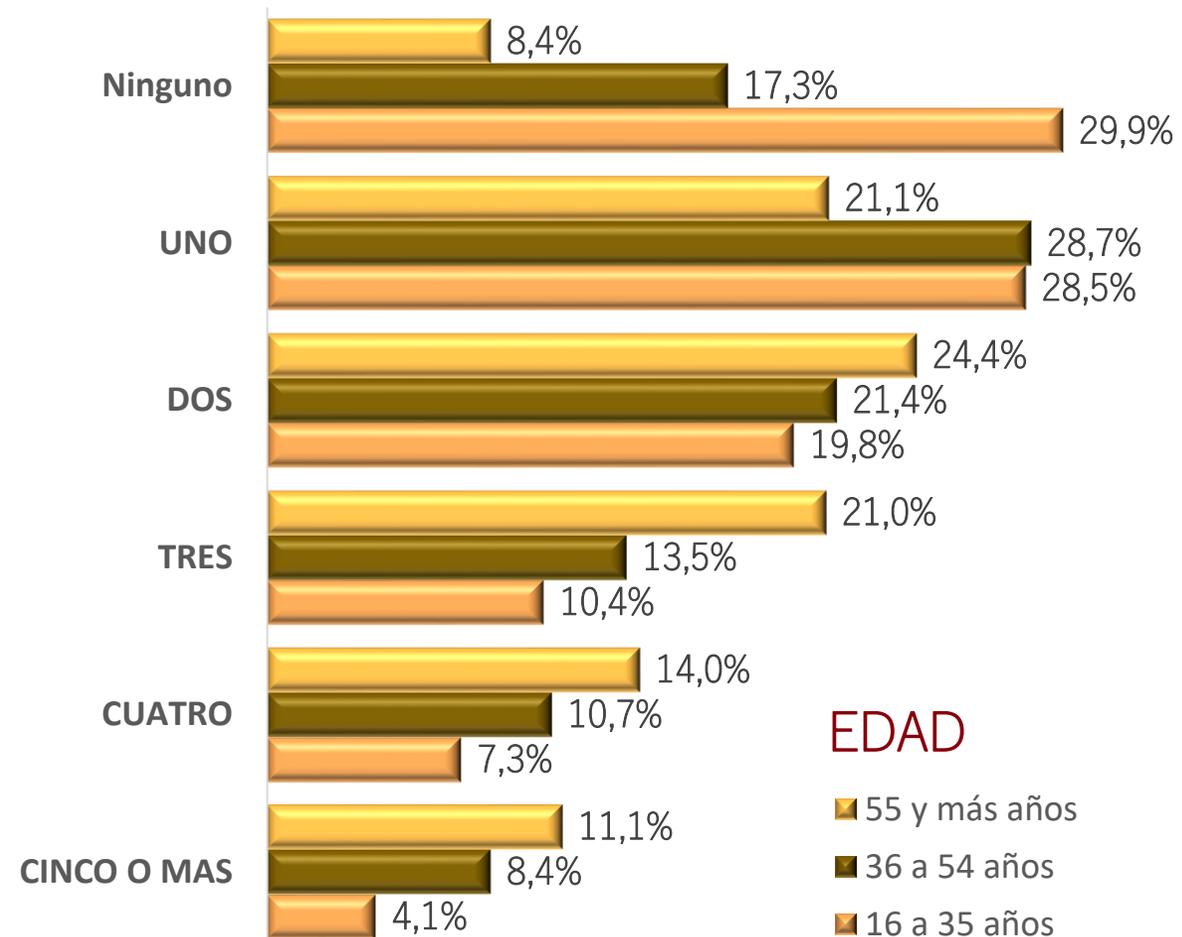
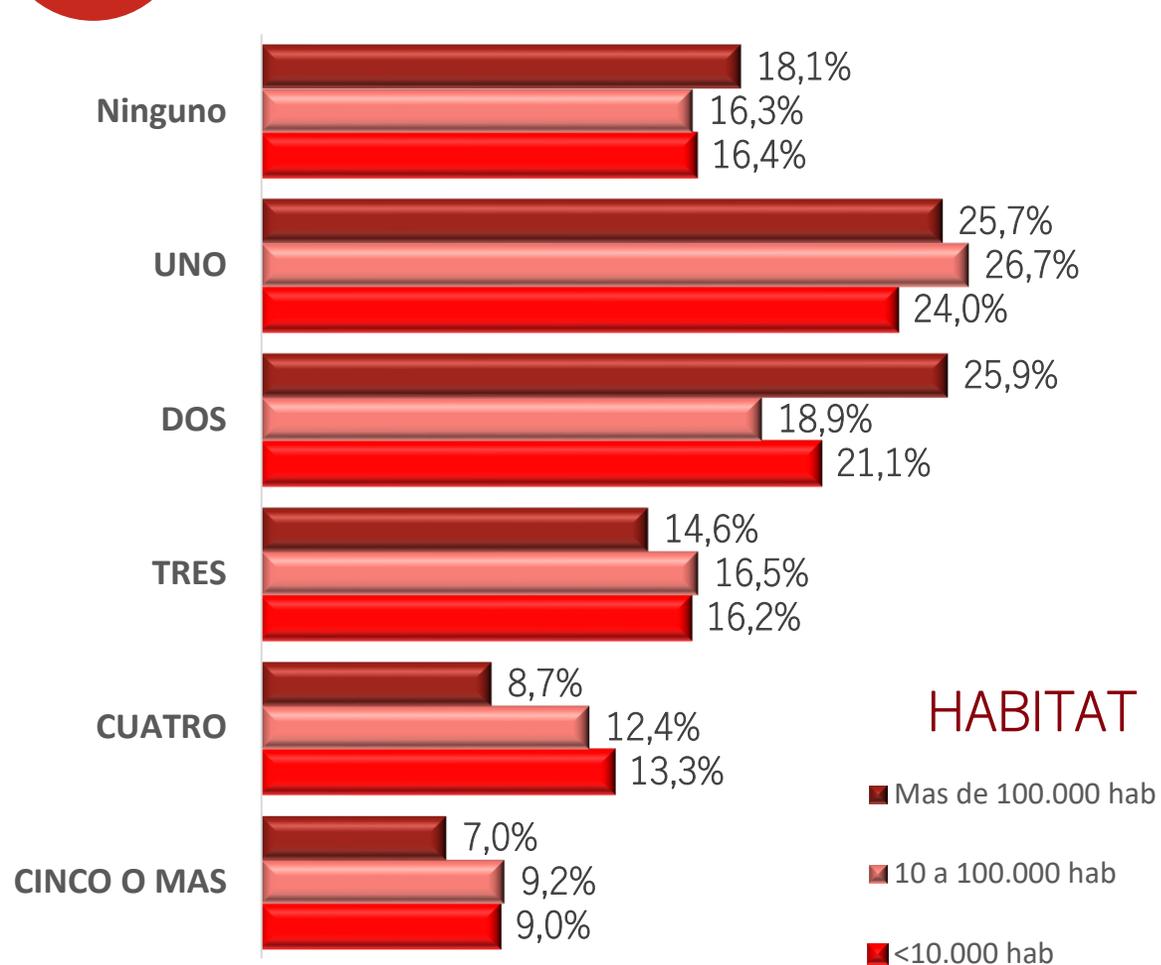


NUMERO DE FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR



■ Mujer
■ Hombre

NUMERO DE FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR





FEC