

FUMAR: Cuatro de cada diez españoles fuman, el doble que el año pasado

- En el mismo informe se observa un repunte en el consumo de alcohol y de las rutinas saludables: dormir y el ejercicio físico



Imagen de archivo de un fumador.

Salud, ejercicio físico, alcohol, consumo

<https://www.eldia.es/sociedad/2024/03/26/cuatro-diez-espanoles-fuman-doble-99966807.html>

Efe

Martes, 26 marzo 2024

El 41% de los españoles fuma, casi el doble que hace un año, cuando era el 23,2%, según el VI estudio de salud y estilo de vida de Aegon, que también constata un incremento del consumo de alcohol, si bien hay cambios positivos en las rutinas del sueño que mejoran y en el ejercicio físico, que aumenta su práctica.

El estudio, realizado en mayo de 2023 sobre una muestra de 1.600 personas, se centra en la percepción del estado de salud física y emocional y el bienestar de los españoles en los últimos doce meses y constata que la valoración del estado de salud general se mantiene prácticamente igual al ejercicio anterior. Un 68% la puntúa con un siete (en una escala del uno al diez) y solo el 11% la suspende, por debajo del cuatro.

En el caso de la adicción al tabaco, un 58,8% declara no fumar, frente al 76,8% de un año antes, un porcentaje este último que se repetía en 2021.

Entre los que fuman (41%), el 24,8% dice que consume la misma cantidad de cigarrillos que hace un año (entonces era el 16%), un 6,9% que fuma más (hace un año lo admitía el 3,7%) y un 9,5% ha reducido el número de cigarrillos, en 2022 esa franja la ocupaba el 3,6%.

Entre los motivos señalados por los españoles para evaluar positivamente el estado de salud propio destaca, principalmente, hacer ejercicio físico con regularidad (49,1%) y cuidar la alimentación

(45,9%).

Ambos indicadores han subido significativamente respecto a hace un año cuando afirmaba practicar deporte el 34,9% y vigilaba sus comidas el 35,4%. Las razones más habituales para tener una percepción negativa del estado de salud es sentir dolor continuo (71,5%) y tener estrés, ansiedad o estar triste, para el 59,8%.

Por comunidades autónomas, las regiones con mejor percepción de la salud son Castilla-La Mancha (7,4), Canarias (7,3) y Madrid (7,2) mientras que lo que peor la evalúan son catalanes (6,6) y Asturias (6,7), si bien todos puntúan por encima de aprobado.