

KANTAR TNS

Hábitos de Vida Saludable

Onda Marzo y Junio 2017

Preparado especialmente para Arcor



OMNIBUS
KANTAR TNS GALLUP



Ficha técnica y Perfil

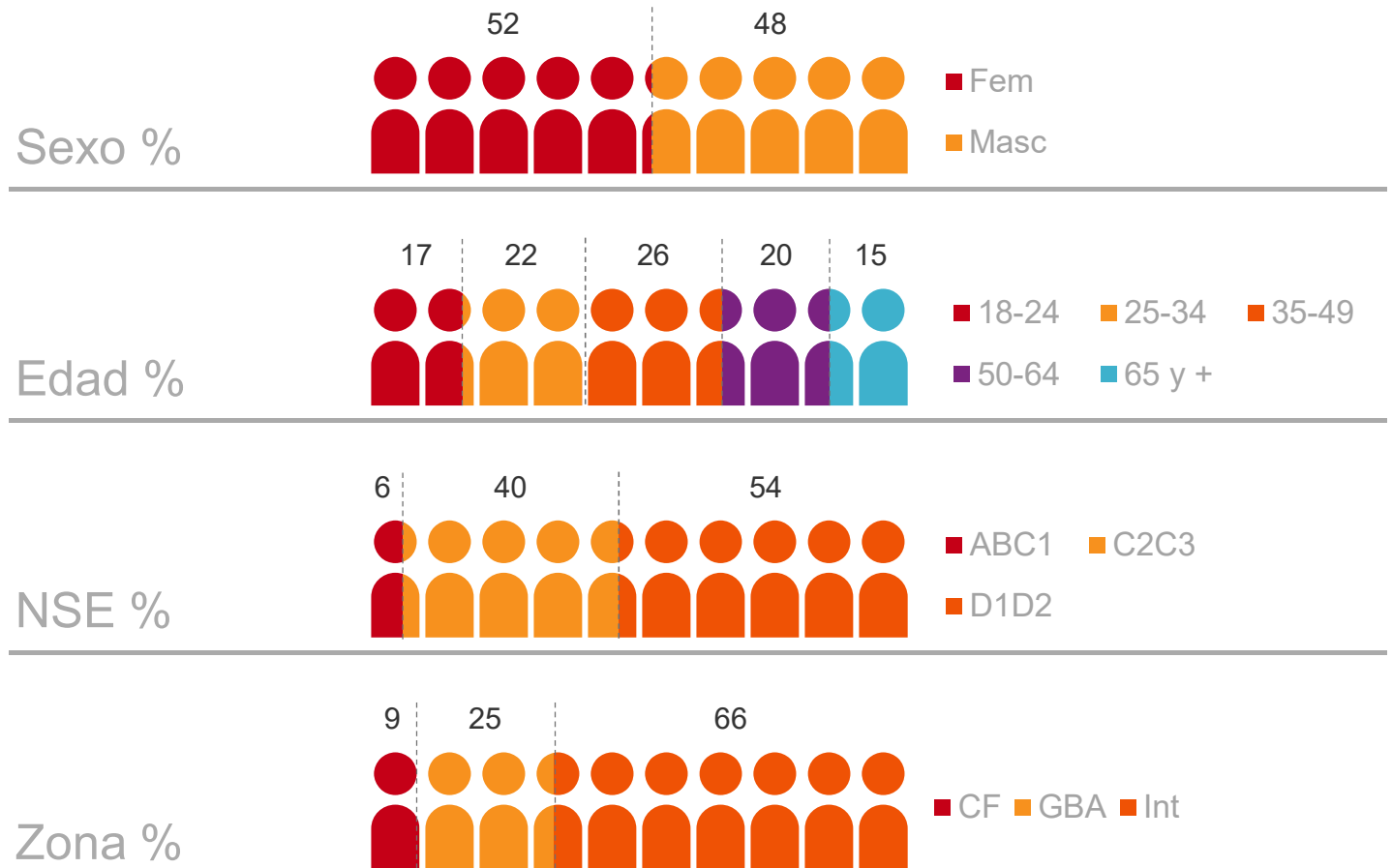
Universo: Hombres y Mujeres de 18 años y más, residentes en todo el país, de niveles ABC1, C2C3, D1D2.

Diseño muestral: muestra parametrizada según sexo, edad, NSE y zona.

Tamaño muestral: 1200 casos.

Técnica de recolección: CAWI (Computer Assisted Web Interview) a través de panel online.

Fecha de campo: marzo y junio 2017



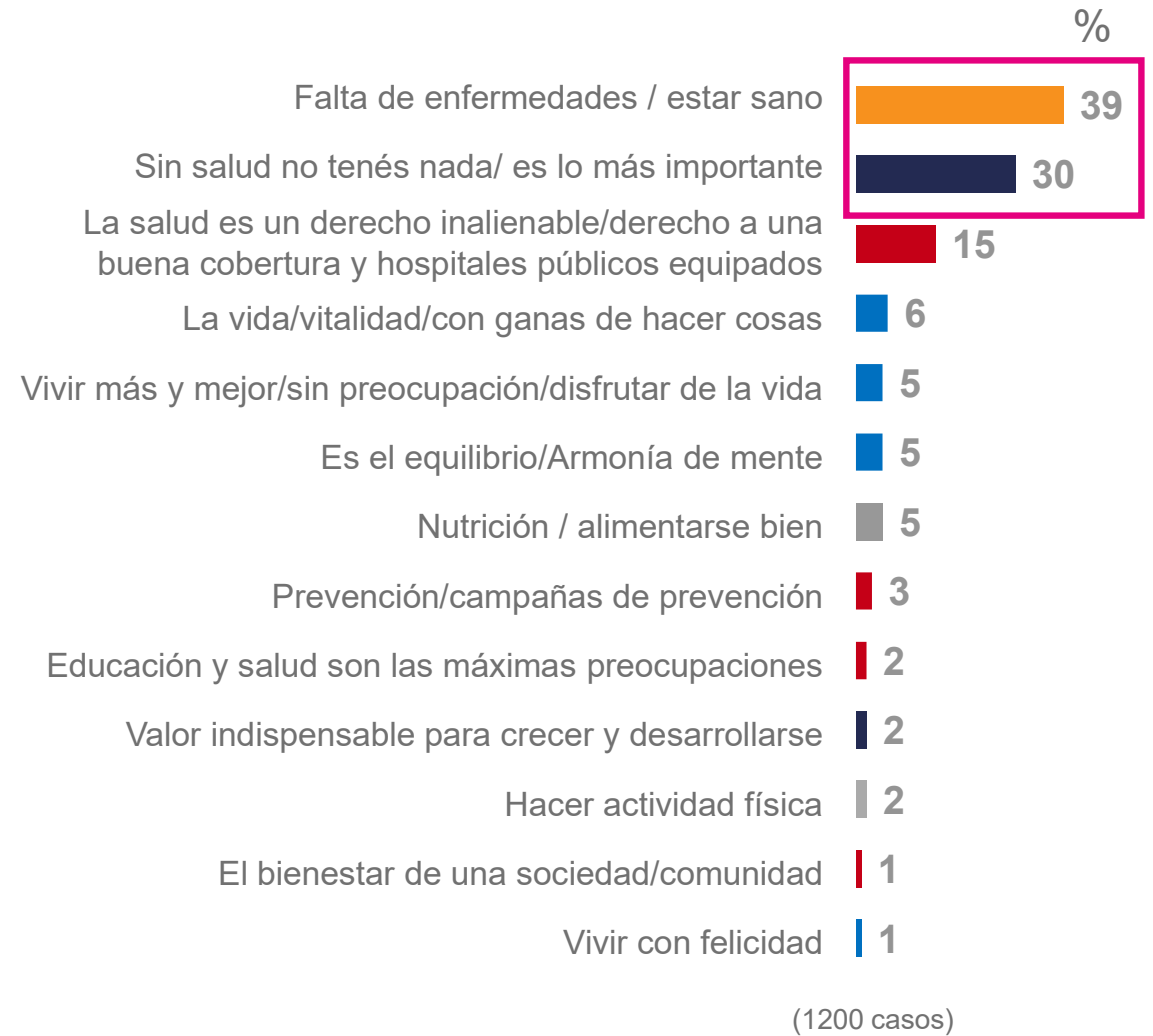
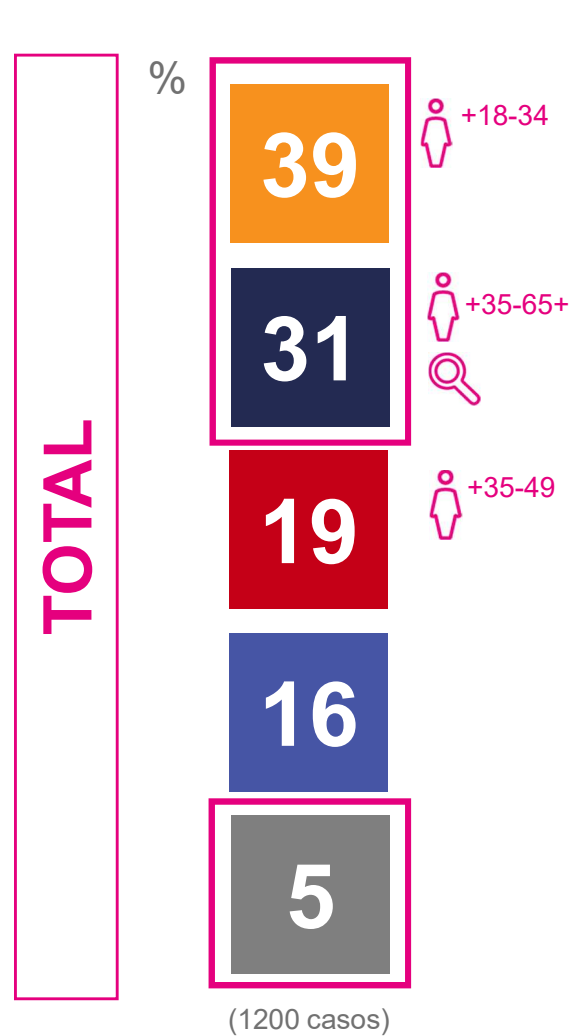
¿Qué es para vos la Salud?



Base: Total muestral (1200 casos)

La Salud está asociada espontáneamente a la ausencia de enfermedades/sanidad. La adopción de hábitos saludables ‘como tener una alimentación balanceada y realizar alguna actividad deportiva’, registran pocas menciones.

- Neto Ausencia de enfermedades
- Neto Salud como valor indispensable
- Neto Derecho Social / Bienestar Social
- Neto Calidad de vida / equilibrio / vitalidad
- Neto Adopción de hábitos saludables



RANKING DE MITOS Y CREENCIAS

TOTAL

	T2B %	¿Verdadero o Falso?	
Hay que beber por lo menos 2 litros de agua por día.	84	✓	
La salud mental es un componente igual o más importante que la física en la percepción de la propia salud.	80	✓	
Los alimentos frescos son más nutritivos que los congelados, industrializados o enlatados	79	✗	+Mujeres +50-64
La felicidad es un estado de bienestar subjetivo que influye sobre la salud de los individuos.	75	✓	+50-65+
Los pesticidas no deben utilizarse	66	✗	+50-65+
La dieta saludable es más cara	61	✓	+Mujeres +18-64

(1200 casos)

 Diferencias Analíticas
 ✓ Verdadero
✗ Falso

Al indagar en los grados de acuerdo sobre los mitos/creencias de SALUD, 8 de cada 10 están muy de acuerdo que ‘la salud mental es un componente igual o más importante que la física’ y que ‘la felicidad es un estado de bienestar subjetivo que influye en la salud’. Se registra un bajo nivel de acuerdo en la relación entre la temperatura y el peso saludable.

TOTAL	PROMEDIO T2B SALUD: 49%	T2B %	¿Verdadero o Falso?	
	La salud mental es un componente igual o más importante que la física en la percepción de la propia salud.	80	✓	
	La felicidad es un estado de bienestar subjetivo que influye sobre la salud de los individuos.	75	✓	+50-65+
	Los pesticidas no deben utilizarse	66	✗	+50-65+
	La salud es la ausencia de enfermedad	54	✗	+50-65+
	Cuando estoy nervioso/ansioso y/o deprimido, mi alimentación se altera y suelo engordar	50	✓	+18-24/50-65
	Vivir a menos de 21 CC permite mantener un peso saludable	8	✓	
	Para estar sano siempre es necesario tomar suplementos vitamínicos	8	✗	

(1200 casos)

Diferencias Analíticas
 Verdadero
 Falso

TOTAL

PROMEDIO T2B ALIMENTACION: 41%

	T2B %	¿Verdadero o Falso?	
Hay que beber por lo menos 2 litros de agua por día.	84	✓	
Los alimentos frescos son más nutritivos que los congelados, industrializados o enlatados	79	✗	+Mujeres
La dieta saludable es más cara	61	✓	+Mujeres
La comida orgánica-natural es más saludable	59	✗	+18-24 +65+
Los aditivos son peligrosos.	59	✗	+35-65+
La lenteja es una fuente de proteínas similar a la carne ("la lenteja es la carne de los pobres")	59	✗	+35-65+ 🔍
El alcohol fija las grasas	56	✗	+Mujeres
La sal hace mal	55	✗	+35-65+
El pan engorda	48	✗	🔍
Ciertas combinaciones de alimentos pueden generar alteraciones en la digestión y la putrefacción de los alimentos en el estómago	47	✗	+Mujeres +35-65+
Para comer sano, lo mejor es eliminar todo el colesterol/grasa de la dieta	46	✗	

Diferencias Analíticas
 Verdadero
 Falso
 Core Target: con hijos ≤ 12 años

(1200 casos)

Asimismo, con respecto a la ALIMENTACION, la mayor cantidad de menciones se registran, en general, en el segmento etario madura: 50 años y más.

TOTAL	PROMEDIO T2B ALIMENTACION (CONT.): 41%	T2B %	¿Verdadero o Falso?	
	Los alimentos que contienen grasas vegetales son todos más saludables que los de origen animal	44	×	
	Eliminar el consumo de azúcar evita enfermedades	42	×	
	El azúcar estimula a los niños	39	×	+Mujeres +18-24
	Los aceites son más saludables que la manteca.	38	×	+Mujeres
	Hay alimentos que adelgazan – las frutas, los alimentos light, los productos integrales	35	×	
	El azúcar es un ingrediente peligroso pues no es un producto de origen natural	31	×	
	Mezclar hidratos de carbono y proteínas engorda	30	×	
	Después de un atracón, se debe realizar un día de ayuno.	17	×	
	Las personas adultas no deben consumir leche debido a la intolerancia a la lactosa	13	×	
Las vitaminas engordan	8	×		
Para estar bien alimentado hay que comer mucha carne.	7	×		

(1200 casos)

Diferencias Analíticas
 Verdadero
 Falso
 🔍 Core Target: con hijos ≤ 12 años

Con respecto a los mitos/creencias asociadas a la ACTIVIDAD FISICA, 3 de cada 10 están muy de acuerdo que ‘los deportistas necesitan consumir azúcares’ y que ‘transpirar mucho quema grasas’. 2 de cada 10, por su parte, están muy de acuerdo de que ‘para compensar un atracón, hay que realizar actividad física intensa’.

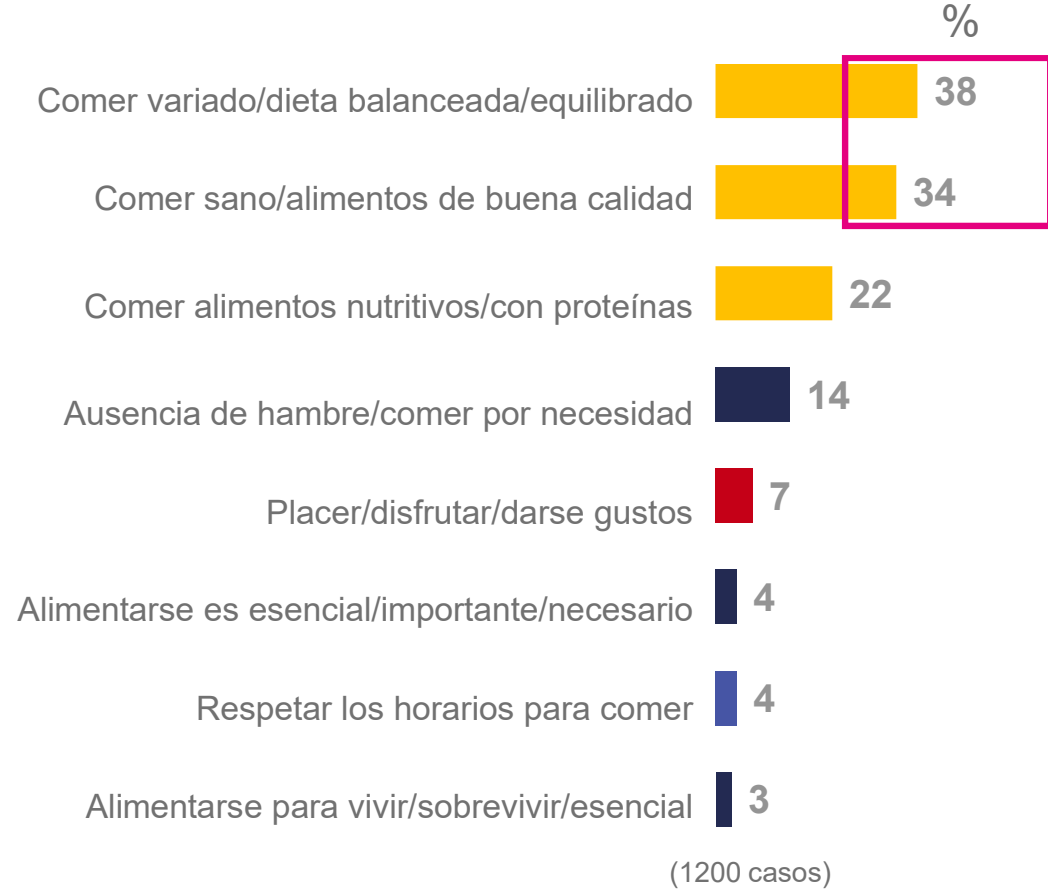
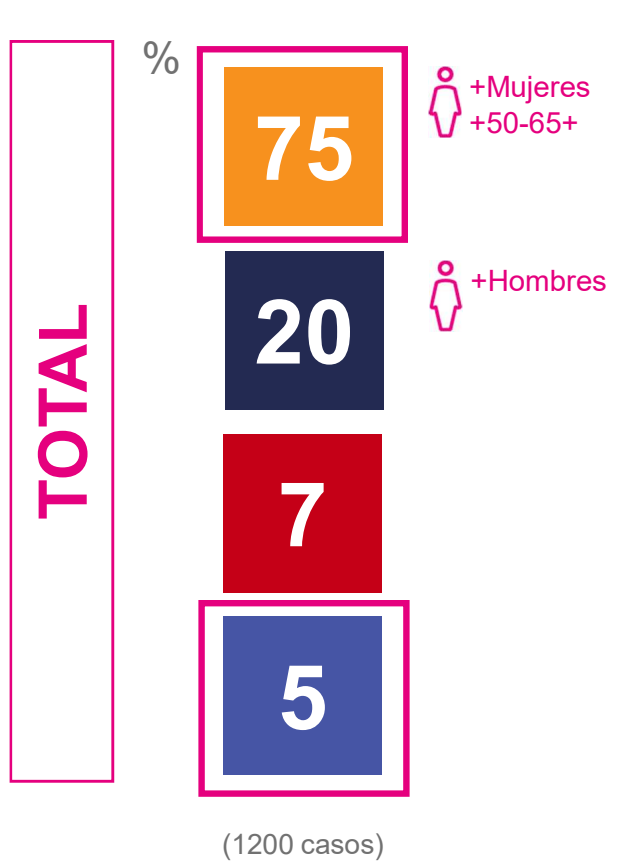
TOTAL	PROMEDIO T2B ACTIVIDAD FISICA: 28%	T2B %	¿Verdadero o Falso?	
	Los deportistas necesitan consumir azúcares	33	✓	+Hombres +65+
	Transpirar mucho quema grasas.	28	✗	+18-49
	Para compensar un atracón, hay que realizar actividad física intensa	23	✗	+18-24

(1200 casos)

Diferencias Analíticas
 Verdadero
 Falso

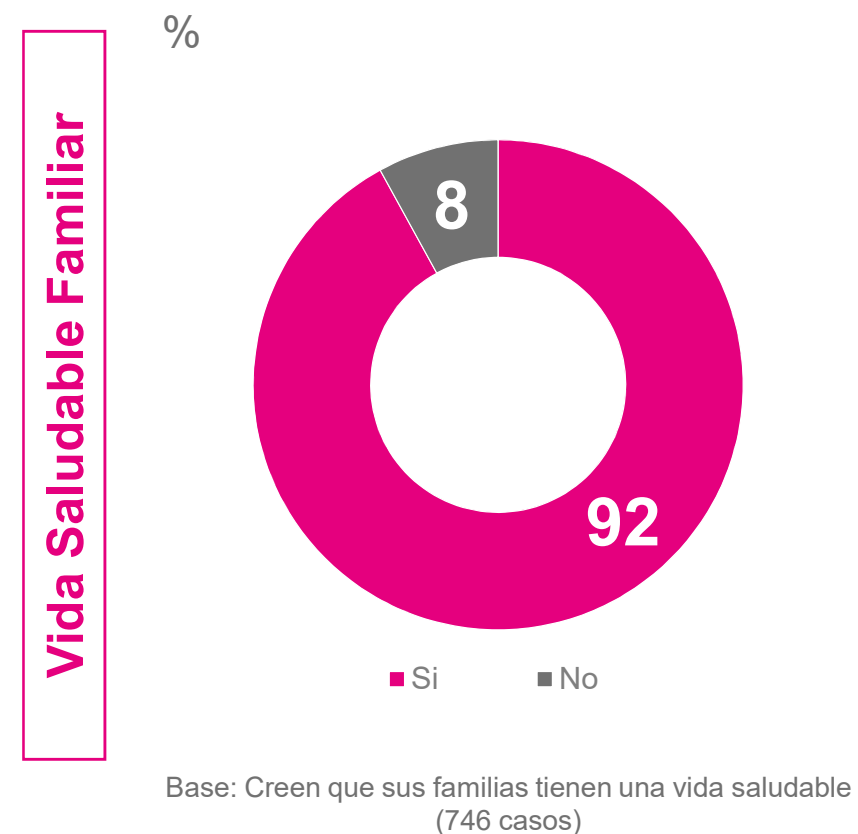
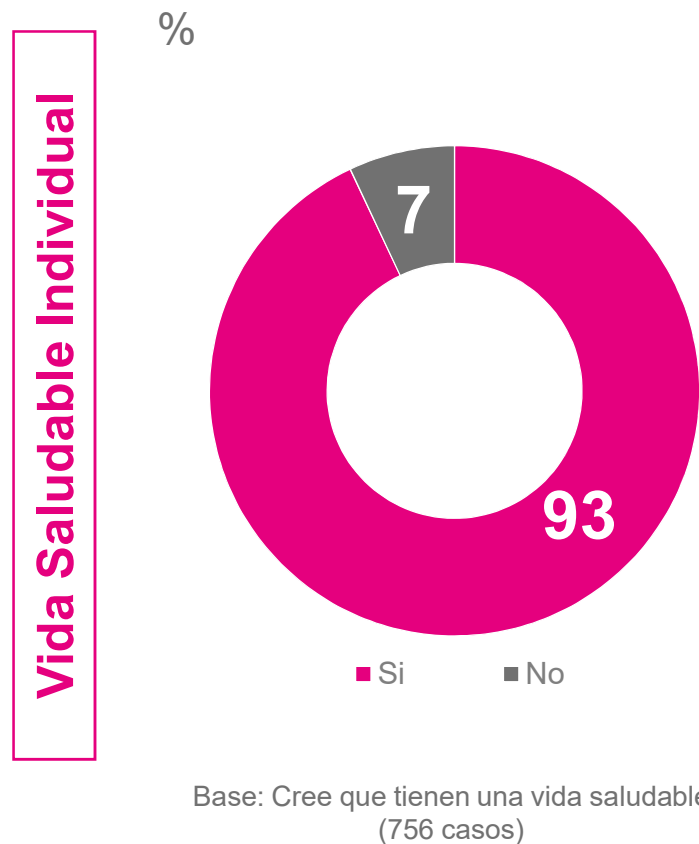
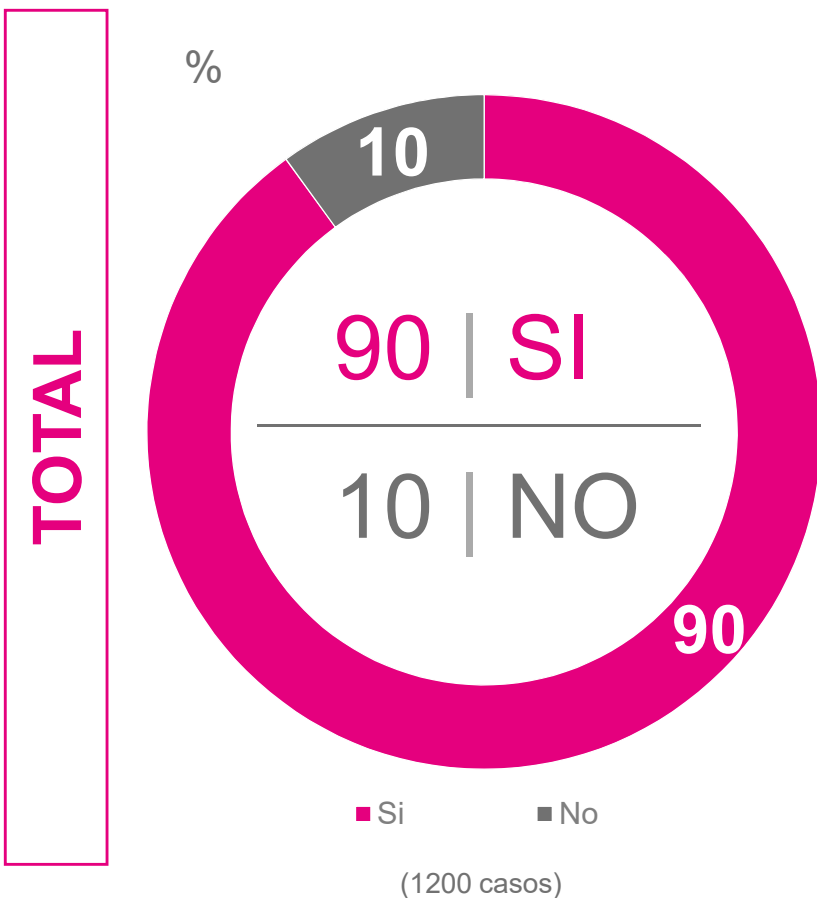
La Alimentación está asociada espontáneamente a tener una dieta equilibrada/balanceada/sana. La adopción de hábitos saludables registra pocas menciones.

- Neto Dieta Equilibrada/Balanceada
- Neto Supervivencia/Necesidad para Vivir
- Neto Disfrute
- Neto Hábitos Saludables



 Diferencias Analíticas

Hay un alto grado de acuerdo en la existencia de alimentos buenos y malos reafirmando la falsa creencia de su existencia: no hay ningún alimento perjudicial salvo que se lo consuma en exceso y frecuentemente.

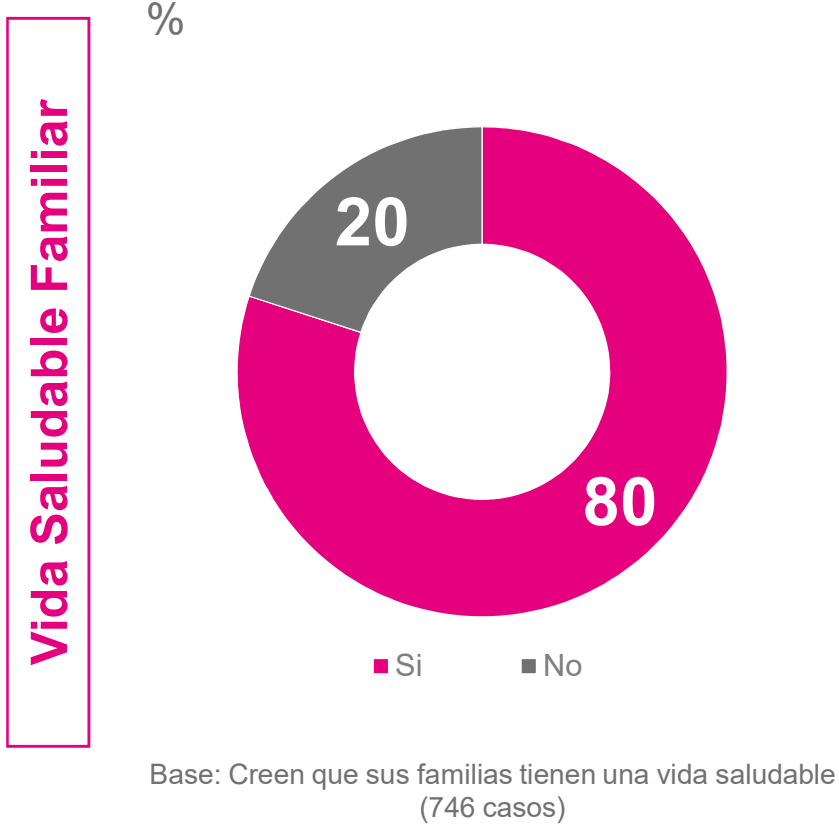
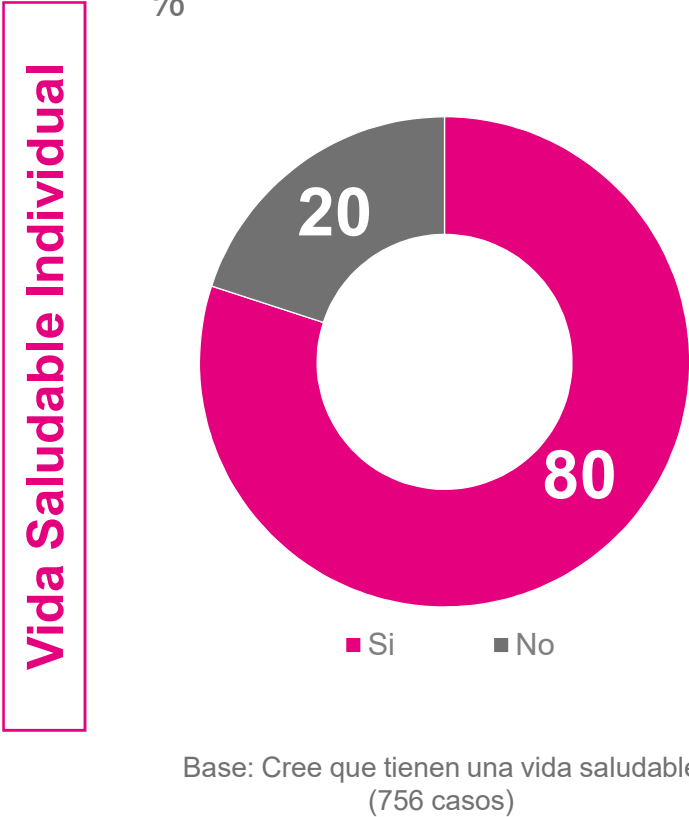
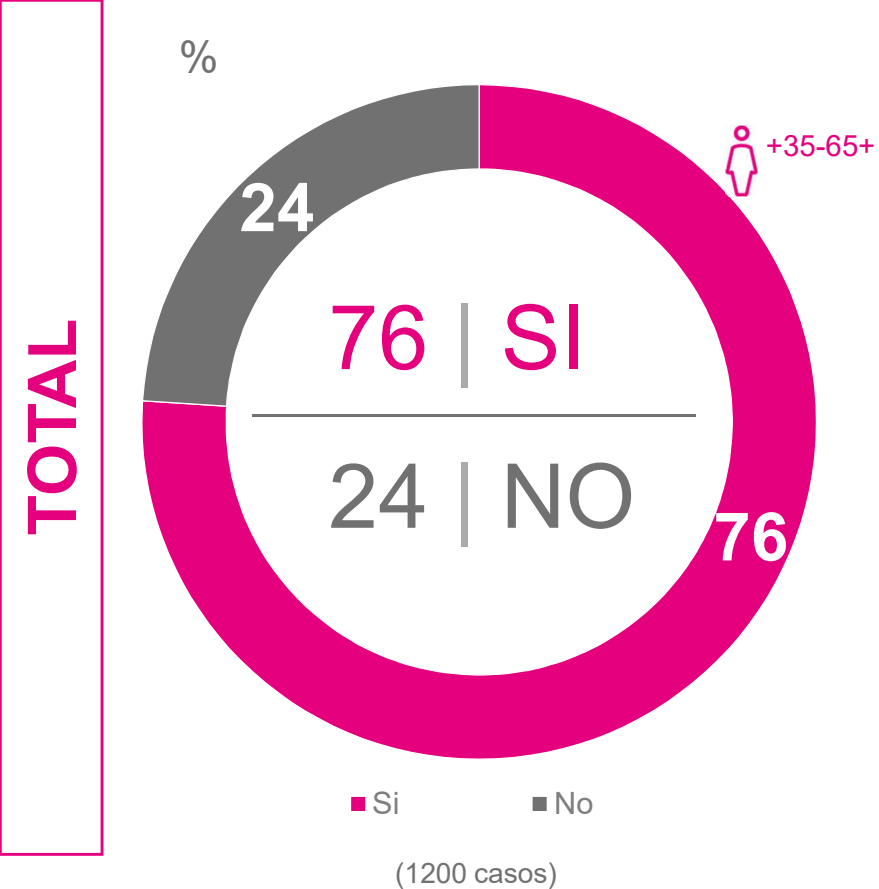


Diferencias Analíticas

NOTA: la mayoría de las razones hacen referencia a la presencia de alimentos malos. Ver apertura en Anexo.

P6. ¿Considerás que hay alimentos buenos y malos?/ P7. ¿Por qué?

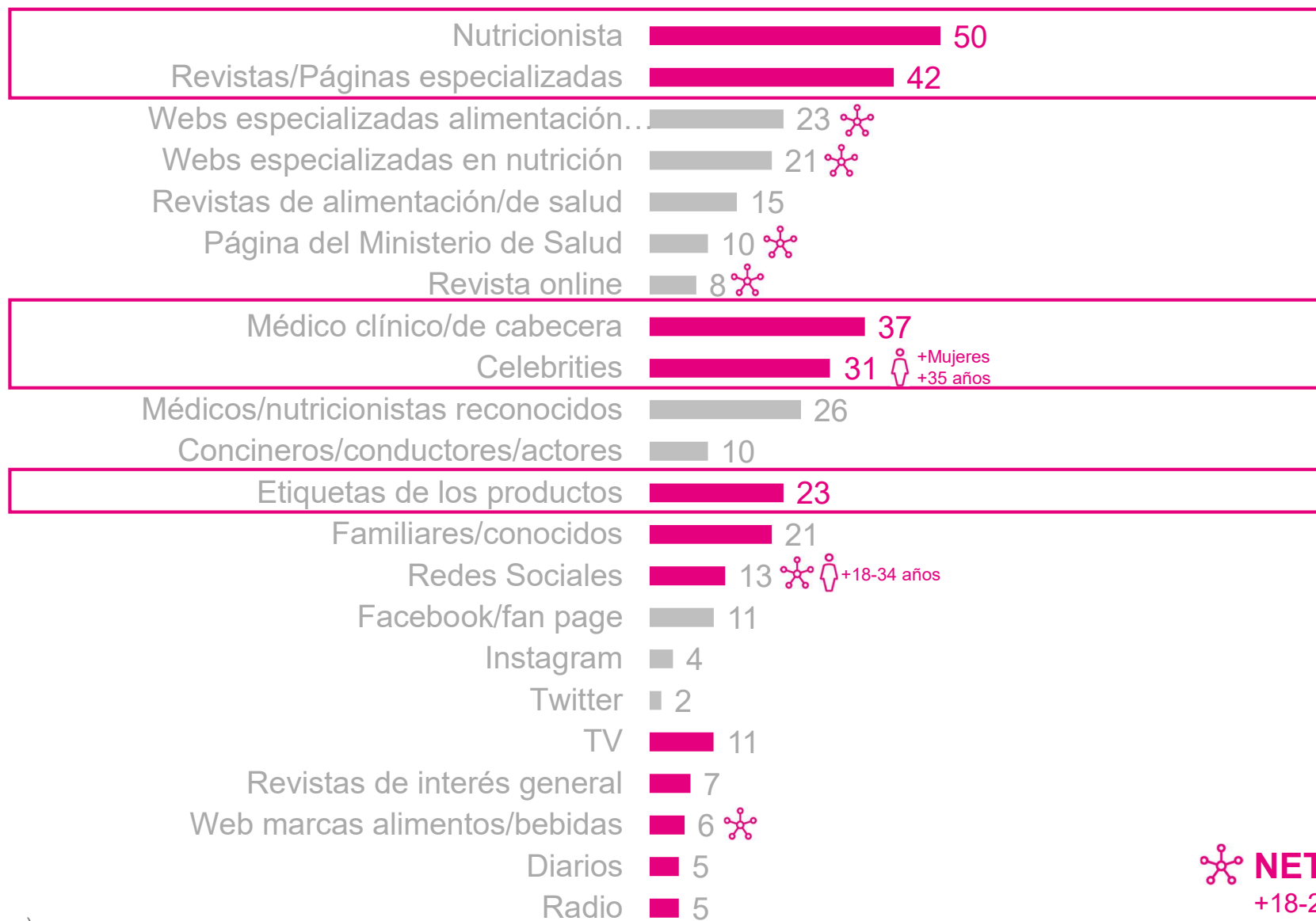
Al existir la creencia de que hay alimentos buenos y malos, hay un alto grado de acuerdo de que hay que erradicar ciertos alimentos.



Diferencias Analíticas

El top 5 de referentes para consultar sobre alimentación saludable son:

%



NETO WEB: 44%
+18-24 / +D

Diferencias Analíticas
Base: Total muestral (1200 casos)