



tectado un aumento continuo, afectando ya al 17,4% de la población adulta (18 y más años). Según los datos, si se consideran la obesidad y el sobrepeso de forma conjunta, más de la mitad (54,5%) de los adultos tiene exceso de peso en España.

Asimismo, en 2017 ha continuado el incremento paulatino de la prevalencia de la obesidad infantil, que alcanza ya a más de uno de cada diez menores (10,3% en 2-17 años), ligeramente superior a la de 2011 (9,6%).

✓ Los autores de la encuesta identifican la alimentación como uno de los principales factores relacionados con la obesidad.

✓ Con respecto a la actividad física, las cifras indican que el 35,3% de la población entre 15 y 69 años no alcanza el nivel de actividad física saludable recomendado por la OMS. A este respecto, el informe es tajante: “*en España la vida laboral es ya principalmente sedentaria*”, hombres y mujeres admiten pasar la mayor parte de su actividad principal sentados, en proporciones similares (38%). Se mantiene el aumento en las actividades principales mayoritariamente sedentes observado en 2011.

El 37,8% de la población de 15 y más años admite ocupar su tiempo libre de forma casi completamente sedentaria (leer, ver la televisión, ir al cine, etc.), aunque, en conjunto, parece observarse una tendencia descendente.

No obstante, los autores advierten que el 73,9% de la población infantil (1-14 años) pasa a diario una hora o más de su tiempo libre entre semana frente a una pantalla, incluyendo ordenador, tablet, TV, vídeos, videojuegos o la pantalla del teléfono

móvil. Más de uno de cada dos pequeños de 1 a 4 años pasa más de una hora.

✓ En lo que se refiere a la salud mental, el informe considera que es un factor clave para el bienestar, representando una carga de enfermedad importante para la sociedad. Una de cada diez personas de 15 años o más afirma haber sido diagnosticada de algún problema de salud mental. Entre las enfermedades o problemas de salud mental más frecuentes se encuentran la ansiedad y la depresión. Atendiendo a los datos, el 6,7% de los adultos refiere padecer ansiedad crónica (4,3% de los hombres y 9,1% de las mujeres); igual proporción se observa entre aquellos que revelan tener depresión (6,7%), hallándose la misma discrepancia entre géneros que en la ansiedad: más del doble en mujeres (9,2%) que en hombres (4%).

Los datos revelan diferencias en función de la situación laboral, detectándose el doble de prevalencia de depresión entre quienes se encuentran en situación de desempleo (7,9%) frente a los que están trabajando (3,1%), así como en el caso de la ansiedad crónica (9,4% vs 4,4%).

Se observa un consumo de tranquilizantes, relajantes o pastillas para dormir en el 10,7% de la población (13,9% en mujeres y 7,4% de los hombres), y de antidepresivos o estimulantes entre el 4,8% (6,7% de las mujeres y 2,7% de los hombres).

Un 5,4% de la población refiere haber acudido al psicólogo, psicoterapeuta o psiquiatra en los últimos 12 meses, 6,1% de las mujeres y 4,6% de los hombres.

De forma específica, en la población

infanto-juvenil, la prevalencia de trastornos de la conducta (incluyendo hiperactividad) es de 1,8%; la de trastornos mentales (depresión, ansiedad) 0,6%; igual porcentaje que el de los trastornos del espectro autista (solo de 3-14 años), que es 0,6% y se recoge por primera vez en esta encuesta.

La encuesta ha detectado un aumento en el uso de servicios sanitarios, que, según sus autores, “*ha de interpretarse en este contexto de aumento de la esperanza de vida*”. La consulta médica de atención primaria, las urgencias, el uso del hospital de día, las visitas al fisioterapeuta, a la enfermera y al dentista, todos ellos se incrementan, y también quienes refieren inaccesibilidad a la atención médica por lista de espera.

✓ En cambio, los determinantes de la salud en general mejoran ligeramente: aumenta la actividad física y también la lactancia natural y el consumo de fruta, mejora el tabaquismo, se reduce el consumo habitual de alcohol –más evidente en jóvenes–, aunque destaca el consumo intensivo de riesgo que siguen haciendo.

✓ Las diferencias de problemas crónicos entre hombres y mujeres son sustanciales, generalmente ellas con peor salud (trastornos musculoesqueléticos, del estado de ánimo, asma...) y mayor uso de servicios, aunque en lo referente a estilos de vida presentan mejores indicadores (tabaco, alcohol, sobrepeso...). Las diferencias se igualan a los 85 y más años.

**Se puede acceder a los resultados de la Encuesta en:**

[www.infocoponline.es/pdf/ENSE17.pdf](http://www.infocoponline.es/pdf/ENSE17.pdf)