

53% de costarricenses no realizan ninguna actividad física

Hábitos de vida saludables y su relación con la percepción de salud y el estado de salud en la población adulta costarricense

32% de los costarricenses considera que su peso es superior al promedio de su edad

K Hernández-Villafuerte, P Barber, Y Xirinachs -Salazar, Melvin Morera, Juan Rafael Vargas, Amada Aparicio

Objetivo principal: identificar los hábitos de vida que tienen un efecto significativo sobre la salud integral de los adultos costarricenses. Lo anterior, con el fin de identificar los hábitos de vida que practican las personas con mayor probabilidad de presentar una mala salud.

Materiales y Métodos: ENSA-2006 se utiliza una submuestra de 4.304 adultos, la cual corresponde a las personas con edades entre los 18 y 60 años. Un 47.5% son mujeres, en su mayoría en edades de los 18 a 25 años, y un 52.5% son hombres donde el porcentaje más alto se concentra en edades de los 18 hasta los 35 años.

Análisis Econométrico

Las ecuaciones se calculan por medio de un modelo **Logit binario**.

El concepto de salud debe verse de manera integral, por lo que se analiza utilizando dos variables dependientes:

"Ha padecido alguna enfermedad": medida de la salud física del individuo. Una razón de ventajas superior a uno, se entiende como una probabilidad mayor de haber padecido una enfermedad en los últimos 12 meses.

"Salud Percibida (SP)": no corresponde estrictamente con el estado de salud real (en el sentido de salud objetiva derivada de un dictamen clínico), es un reflejo de la capacidad de desenvolverse, el funcionamiento social y el bienestar psicológico, entre otros. Una relación de ventajas condicionales inferior a 1, implica una menor probabilidad de pertenecer al grupo de personas que percibe su salud como regular, mala o muy mala.

Peor Salud Percibida:

Perfil Mujeres

Variables	Cuadro 1 Resultados Mujeres			Cuadro 2 Resultados Hombres		
	B ₁	Sig.	Exp(B ₁)*	B ₁	Sig.	Exp(B ₁)*
Edad**						
De 18 a menos de 25 años (1)	-0.33	0.00	0.72	-0.40	0.00	0.67
De 25 a menos de 35 años (2)	-0.31	0.00	0.73	-0.51	0.00	0.60
De 35 a menos de 45 años (3)	-0.01	0.90	0.99	0.05	0.56	1.06
De 45 a menos de 55 años (4)	0.03	0.76	1.03	0.45	0.00	1.57
De 55 a menos de 60 años (5)	0.62	0.00	1.86	0.41	0.00	1.51
Act Física, Tiempo Libre**						
No realiza ninguna (1)				0.09	0.31	1.10
una vez al mes (2)				-0.69	0.00	0.50
varias veces al mes (3)				0.36	0.05	1.43
varias veces a la semana (4)				0.37	0.00	1.44
Salir a caminar (5)				-0.13	0.27	0.88
Practicas preventivas (1)				0.85	0.00	2.33
Número de horas de sueño**						
Menos de 7 (1)	0.30	0.00	1.35			
De 7 a 8 (2)	-0.16	0.03	0.85			
Más de 8 (3)	-0.14	0.14	0.87			
Siesta (1)				0.25	0.03	1.28
Estatura-Peso**						
Es más que los de su edad (1)	0.23	0.01	1.26			
Es Igual que los de su edad (2)	0.20	0.02	1.23			
Menos los de su edad (3)				-0.44	0.00	0.65
Número de horas laboradas**						
No reportan horas laboradas (1)				0.00		
Menos de 30 horas (2)	0.07	0.40	1.07			
Menos de 30 horas (2)	0.64	0.00	1.89			
Entre 31 y 40 horas (3)	-0.26	0.05	0.77			
Entre 41 y 50 horas (4)	-0.44	0.00	0.65			
Más de 50 horas (5)	-0.01	0.97	0.99			
Constante	-0.93	0.00	0.40	-0.99	0.00	0.37

*Razón de ventajas condicionales
**Análisis de la variable globalmente considerada
Fuente: Elaboración Propia. Datos: ENSA 2006, CCP-UR

- Entre 55 y 60 años
- Duerme menos de 7 horas.

Mayor Probabilidad de haber padecido alguna enfermedad:

- Entre 45 y 60 años
- Actividad Física varias veces al mes o varias veces a la semana.
- Se ha sometido a alguna practica preventiva de salud

Mejor Salud Percibida

- Entre 18 y 35 años
- Duerme de 7 a 8 horas por semana.

Menor Probabilidad de haber padecido alguna enfermedad:

- Entre 18 y 35 años
- Realiza actividad física una vez al mes.
- Considera que su peso es inferior al promedio de las personas de su edad

Perfil Hombres

Variables	Cuadro 1 Resultados Mujeres			Cuadro 2 Resultados Hombres		
	B ₁	Sig.	Exp(B ₁)*	B ₁	Sig.	Exp(B ₁)*
Edad**						
De 18 a menos de 25 años (1)	-0.76	0.00	0.47	-0.33	0.00	0.72
De 25 a menos de 35 años (2)	-0.07	0.54	0.93	-0.36	0.00	0.70
De 35 a menos de 45 años (3)	0.29	0.01	1.34	-0.07	0.48	0.93
De 45 a menos de 55 años (4)	0.42	0.00	1.52	0.23	0.03	1.26
De 55 a menos de 60 años (5)	0.12	0.41	1.13	0.53	0.00	1.69
Act Física, Tiempo Libre**						
No realiza ninguna (1)				-0.16	0.10	0.85
una vez al mes (2)				-0.13	0.55	0.88
varias veces al mes (3)				0.34	0.04	1.41
varias veces a la semana (4)				-0.17	0.16	0.85
Salir a caminar (5)				0.11	0.44	1.12
Practicas preventivas (1)	0.39	0.00	1.47	0.84	0.00	2.32
Quisiera dormir Menos (1)				0.69	0.05	1.99
Número de horas laboradas**						
No reportan horas laboradas (1)	0.28	0.04	1.32			
Menos de 30 horas (2)	-0.09	0.73	0.92			
Entre 31 y 40 horas (3)	-0.09	0.56	0.92			
Entre 41 y 50 horas (4)	-0.27	0.02	0.77			
Más de 50 horas (5)	0.16	0.22	1.17			
Constante	-1.64	0.00	0.19	-1.00	0.00	0.37

*Razón de ventajas condicionales
**Análisis de la variable globalmente considerada
Fuente: Elaboración Propia. Datos: ENSA 2006, CCP-UR

Peor Salud Percibida:

- Entre 35 y 55 años
- No reportan horas laboradas
- Se ha sometido a alguna practica preventiva de salud

Mayor Probabilidad de haber padecido alguna enfermedad:

- Entre 45 y 60 años
- Actividad Física varias veces al mes.
- Quisiera dormir menos.
- Se ha sometido a alguna practica preventiva de salud

Mejor Salud Percibida

Menor Probabilidad de haber padecido alguna enfermedad:

- Entre 18 y 35 años.
- No realiza ninguna actividad

- Entre 18 y 25 años
- Trabajan más de 25 horas por semana

Discusión

- Existen diferencia entre los hábitos de vida que afectan la "salud" según sean hombres o mujeres
- Para los hombres realizar actividad física es un hábito contraproducente, lo cual contradice la teoría existente, se requiere más profundidad
- Las personas entre los 18 y los 35 años, tiene mejor precepción de su salud.
- La mujeres entre mayores a los 55 años presentaron la peor percepción de salud, mientras que para los hombres el rango de 35 a 55 años reporta el peor estado de salud auto percibida
- Se busca incentivar a las autoridades sanitarias a identificar las razones por las cuales son practicados y concentrar sus esfuerzos en modificarlos.



Este proyecto contó con el apoyo de una beca parcial sin condiciones de 1 programa académico del PPPI de la Merck Company Foundation, brazo filantrópico de Merck & Co. Inc., Whitehouse Station, New Jersey, EE UU.

