

**SALUD**

**Gran Mendoza  
Octubre de 2024**



ΔΕΜΟΚΡΑΤΙΑ



## CONSIDERACIONES PREVIAS

Alimentos repletos de sellos en sus envases, videos para bajar la panza virales, Argentina “Capital mundial del psicoanálisis”. ¿Cuál es la relación entre la abrumadora cantidad de información con la que contamos en la actualidad sobre el cuidado de nuestra salud y la importancia que los mendocinos le damos en nuestra vida cotidiana?

La encuesta “Global de WIN y Voices” sostiene que los argentinos estamos en el top 17 de autopercepción saludable a nivel mundial, el 56% dice alimentarse de manera saludable (muy lejos del 97% del primer puesto), que solo poco más de uno de cada tres compatriotas se ejercita con algún nivel de regularidad y más de 1 de cada 2 duerme bien. El dato destacado entre las sensaciones negativas es que nos encontramos en el top 5 del estrés a nivel planetario, con 42% de argentinos padeciendo este flagelo.

La propuesta de “Demokratía” es la de seguir colaborando con datos relevantes a la sociedad mendocina acerca de cómo nos visualizamos, favoreciendo el diálogo y visibilizando problemáticas locales con la profunda convicción que solo se mejora de lo que se charla. En ese sentido, salimos a entrevistar a más de 700 vecinos del oasis norte de la provincia de Mendoza acerca de cuánta importancia les dan a determinadas acciones del cuidado de su salud en sus actividades diarias.



El resultado permitió conformar un ranking que nos encuentra muy por debajo de la media nacional en lo que a actividad física se refiere, y donde los números de los controles médicos periódicos son el reflejo de un sistema médico agobiado en sus herramientas de atención de emergencias que demuestran un pueblo atravesado por la filosofía de atenderse cuando no queda más remedio. Muy bien en algunas dimensiones y totalmente descuidados en otras, esas son las afirmaciones que emergen del testimonio de los mendocinos que se sintetizan en el informe que se encuentra a continuación.

**Nicolás González Perejamo**

Director  
Demokratía



# FICHA TÉCNICA

**Ámbito:** Norte de la Provincia de Mendoza.

Departamentos:

- Ciudad de Mendoza.
- Godoy Cruz.
- Guaymallén.
- Las Heras.
- Luján de Cuyo.
- Maipú.

**Universo:** Total de la población de más de 16 años.

**Muestra:** Estratificado, coincidental y proporcional al peso poblacional.

**Procedimiento:** Se realizaron 729 entrevistas presenciales en 115 sectores territoriales acorde a las características poblacionales definidas por el censo y los datos demográficos que otorga la DEIE.

**Tiempo:** Relevamiento realizado entre el 7 y el 11 de octubre de 2024.

**Confianza:** 95% con +/- 3,25%.

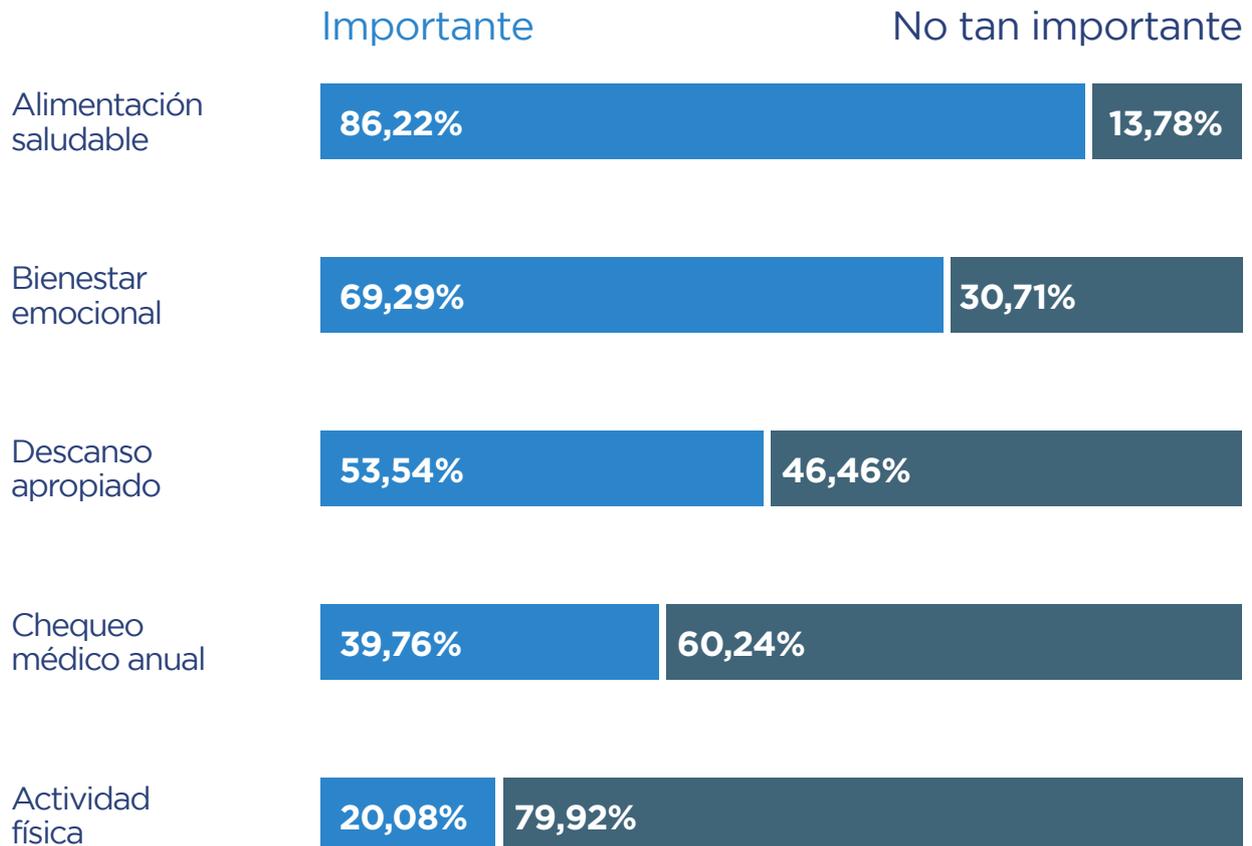


# ZONA ENCUESTADA





# IMPORTANCIA EN LA VIDA DIARIA

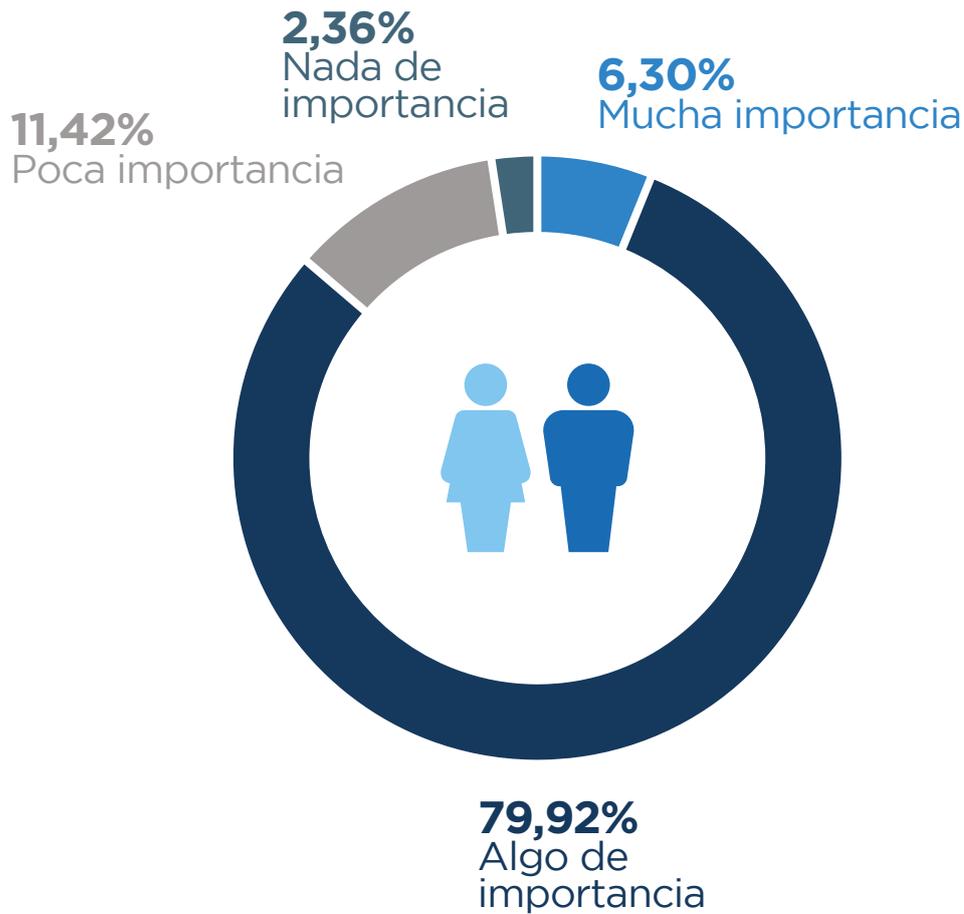


ΔΕΜΟΚΡΑΤΙΑ

¿Qué importancia diría le da a las siguientes acciones en su vida cotidiana?



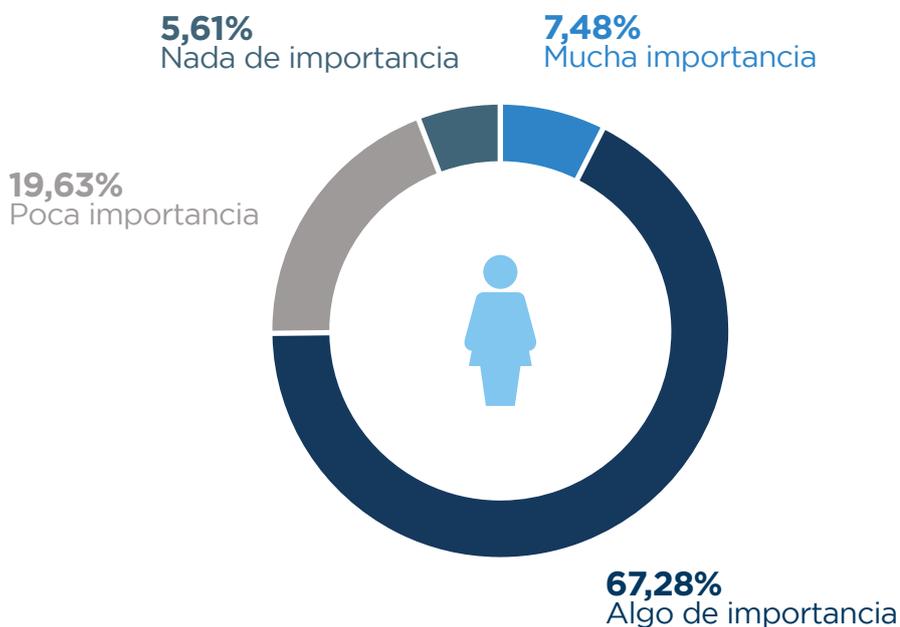
# ALIMENTACIÓN SALUDABLE





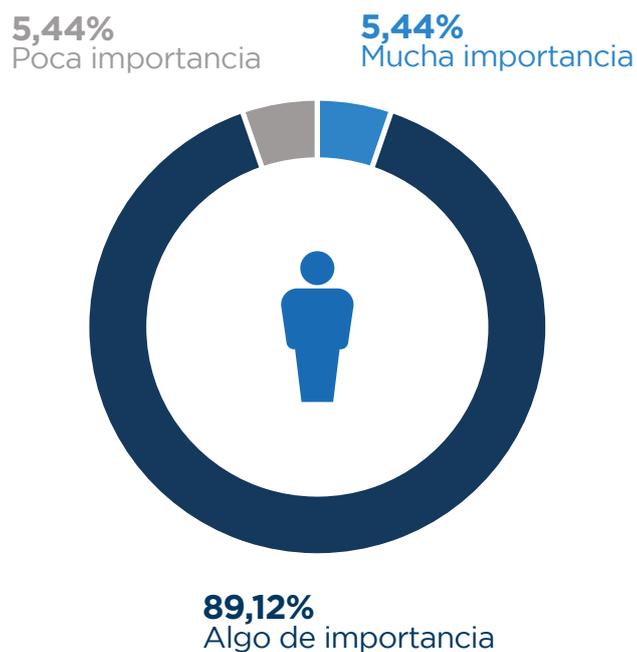
## Alimentación saludable.

Distribuido por género. Mujeres.



## Alimentación saludable.

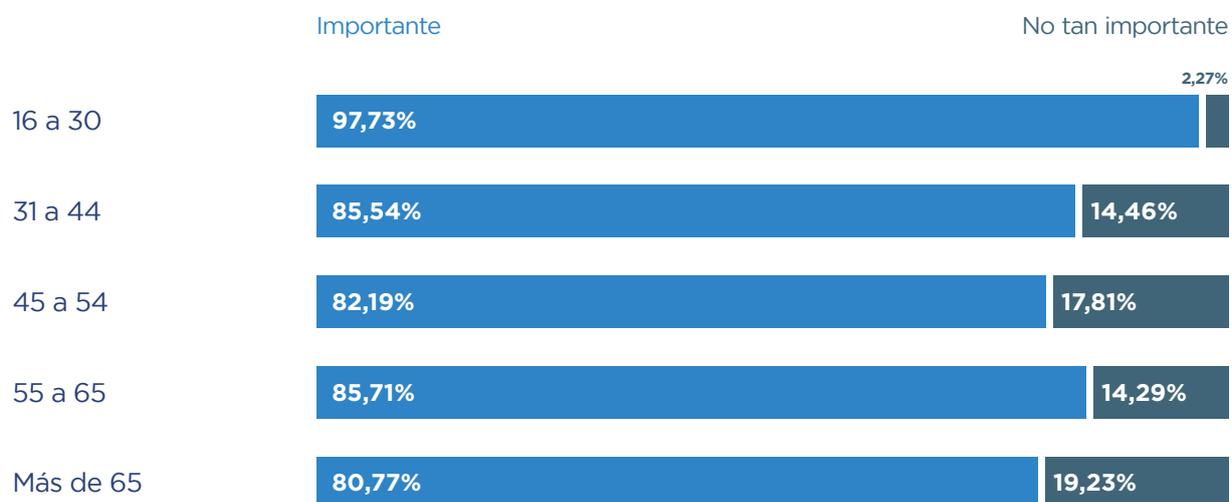
Distribuido por género. Hombres.





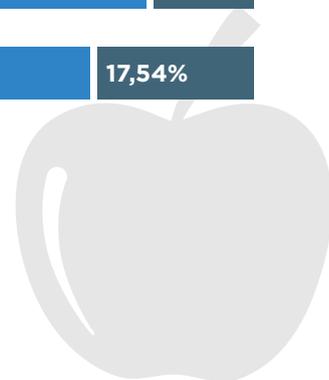
## Alimentación saludable.

Distribuido por edad.



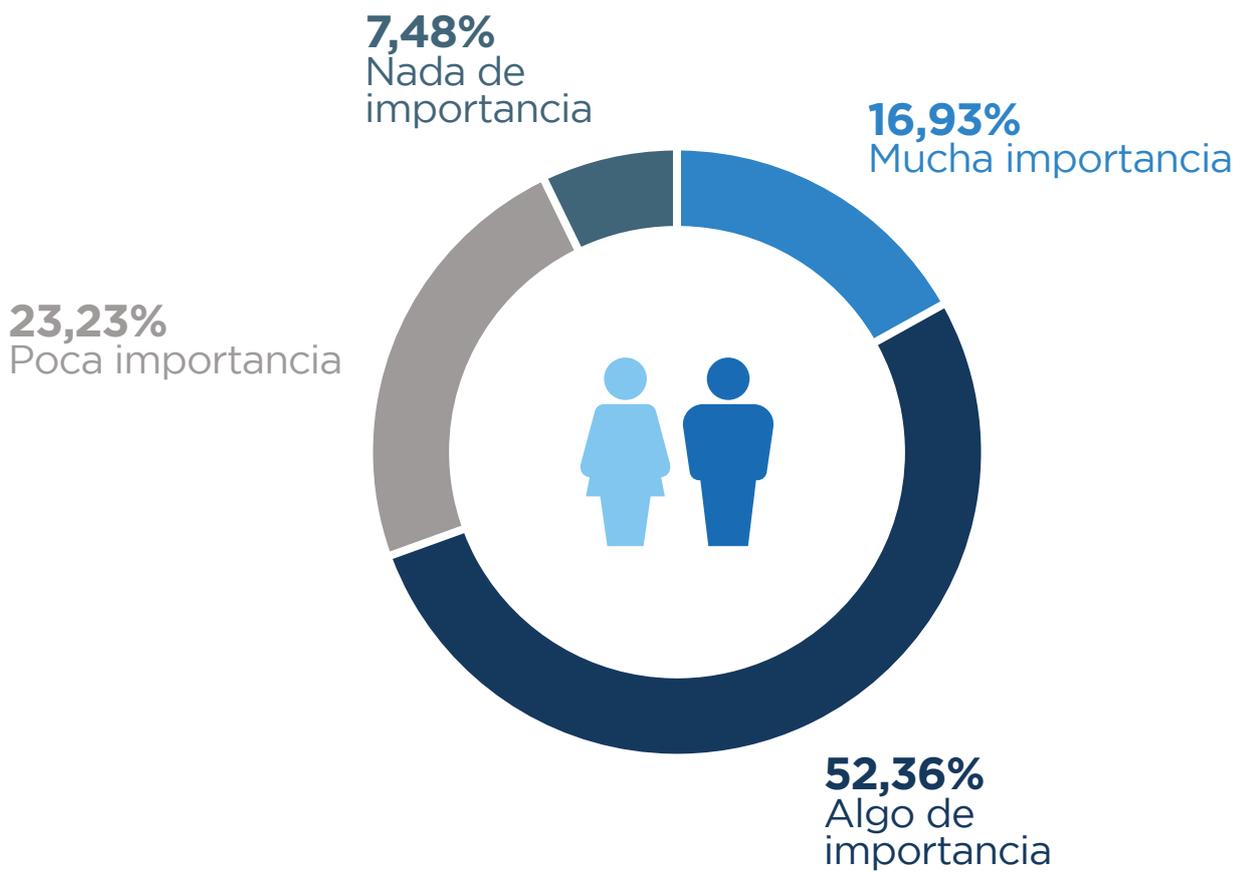
## Alimentación saludable.

Distribuido por formación.





# BIENESTAR EMOCIONAL



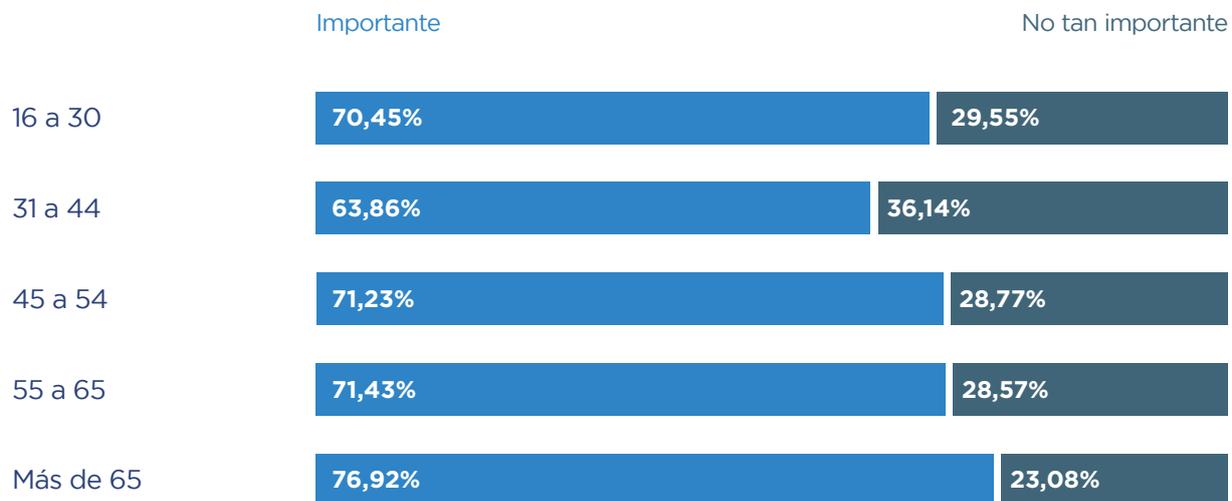
ΔΕΜΟΚΡΑΤΙΑ

¿Qué importancia diría le da a las siguientes acciones en su vida cotidiana? (Bienestar emocional).



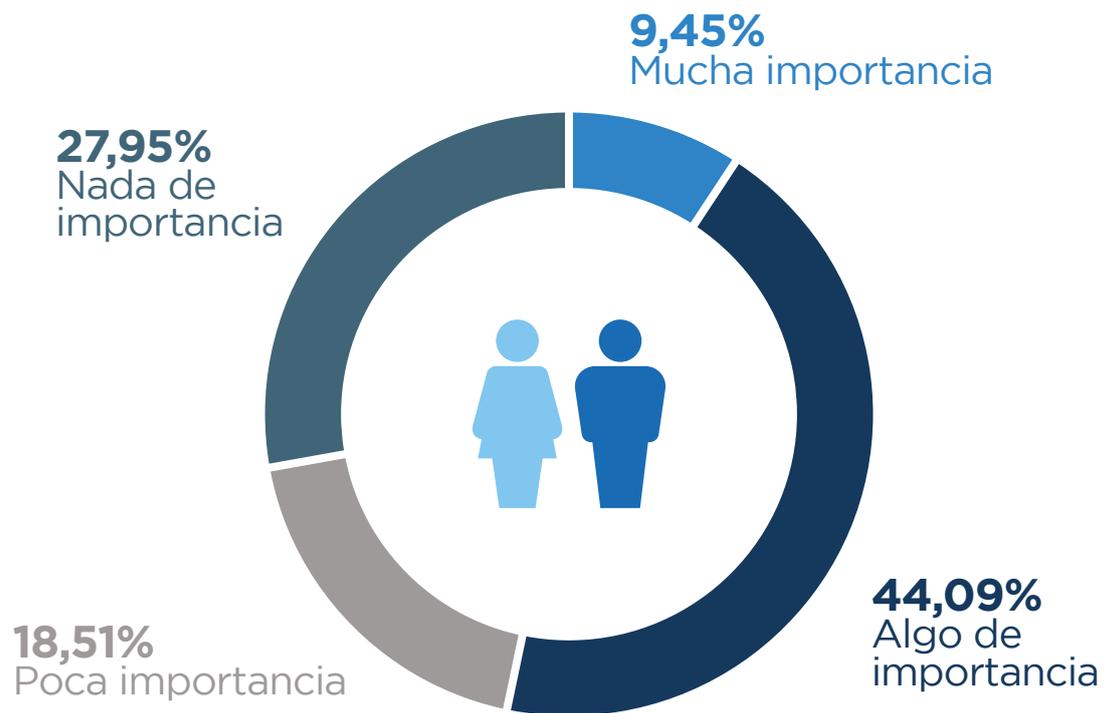
## Bienestar emocional.

Distribuido por edad.





# DESCANSO APROPIADO



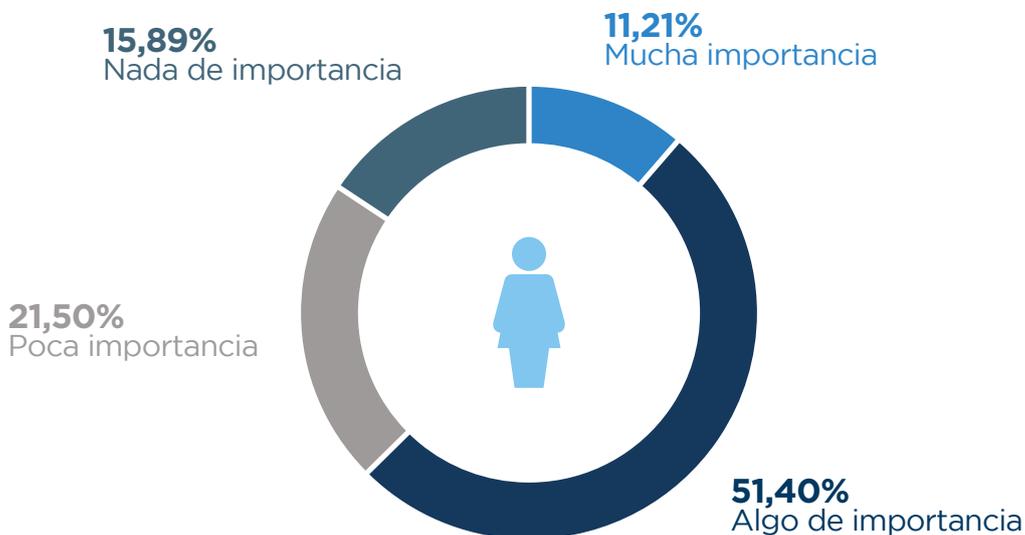
ΔΕΜΟΚΡΑΤΙΑ

¿Qué importancia diría le da a las siguientes acciones en su vida cotidiana? (Descanso apropiado).



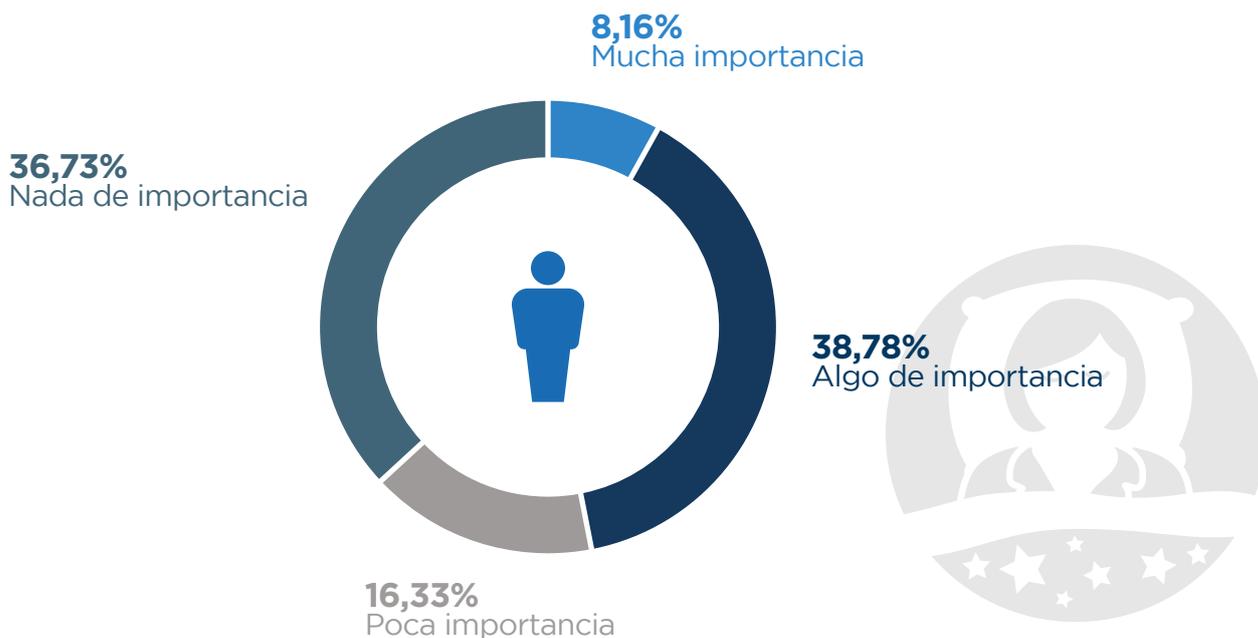
### Descanso apropiado.

Distribuido por género. Mujeres.



### Descanso apropiado.

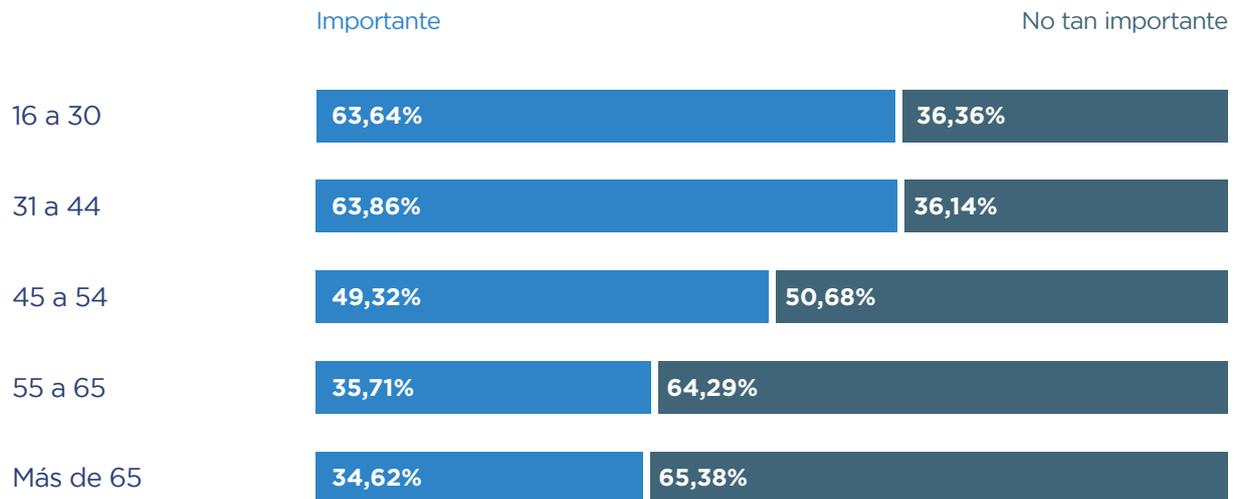
Distribuido por género. Hombres.





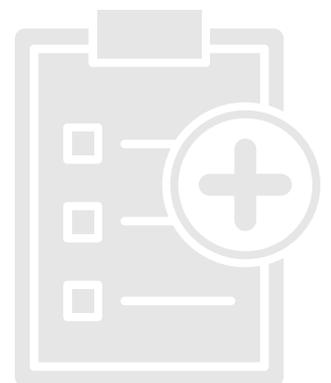
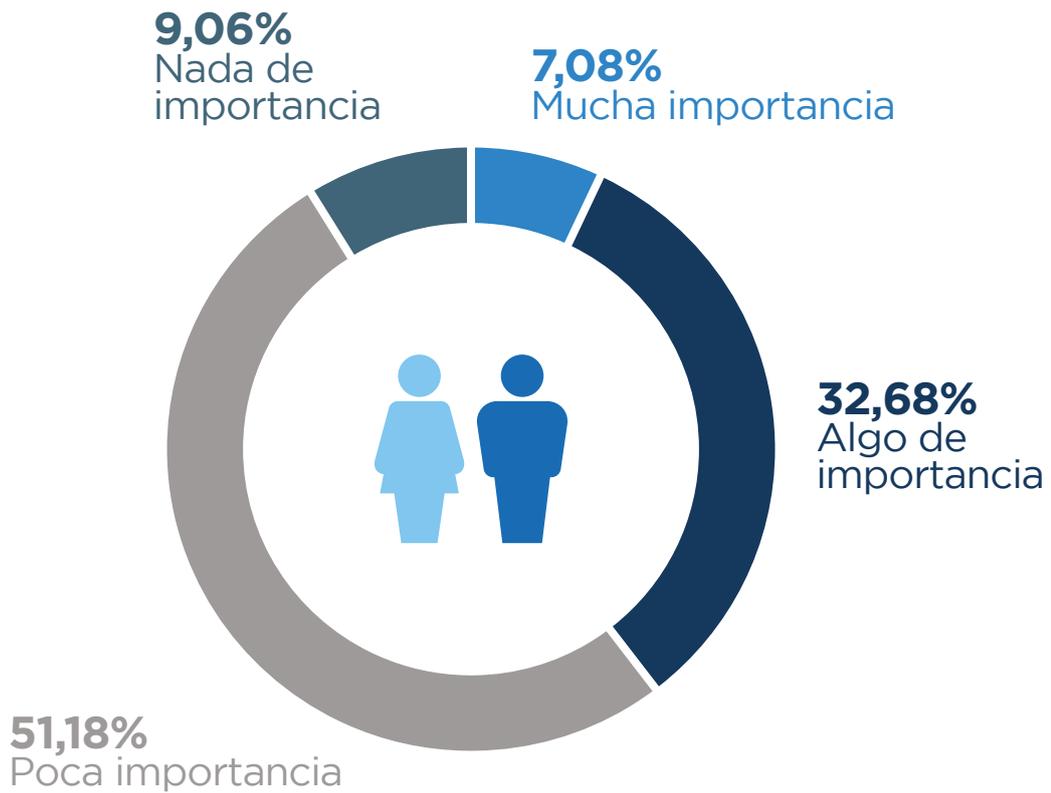
## Descanso apropiado.

Distribuido por edad.





# CHEQUEO MÉDICO ANUAL



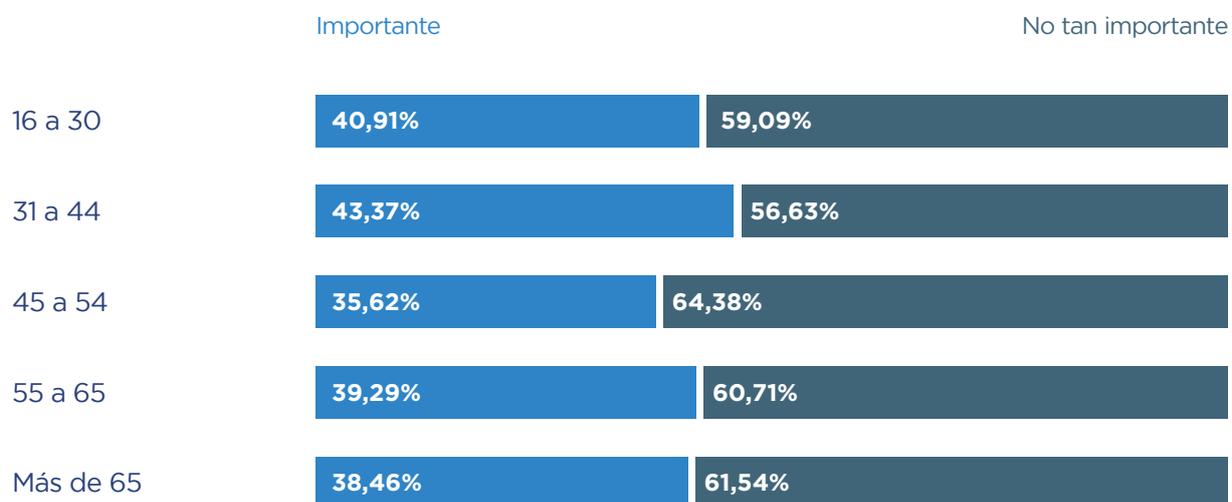
ΔΕΜΟΚΡΑΤΙΑ

¿Qué importancia diría le da a las siguientes acciones en su vida cotidiana? (Chequeo médico anual).



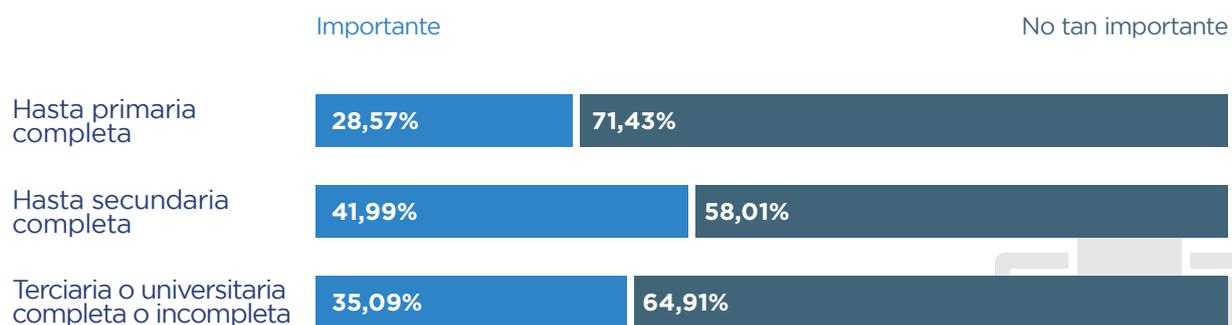
## Chequeo médico anual.

Distribuido por edad.



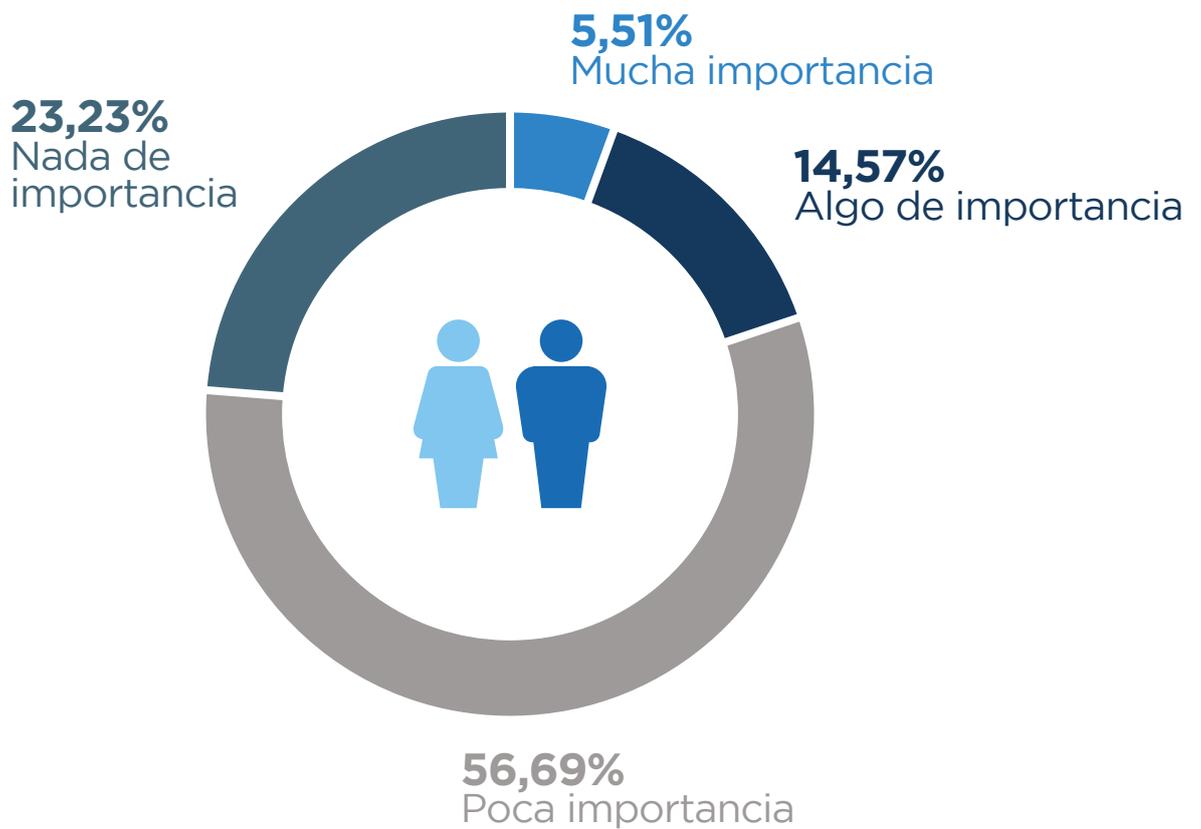
## Chequeo médico anual.

Distribuido por formación.





# ACTIVIDAD FÍSICA



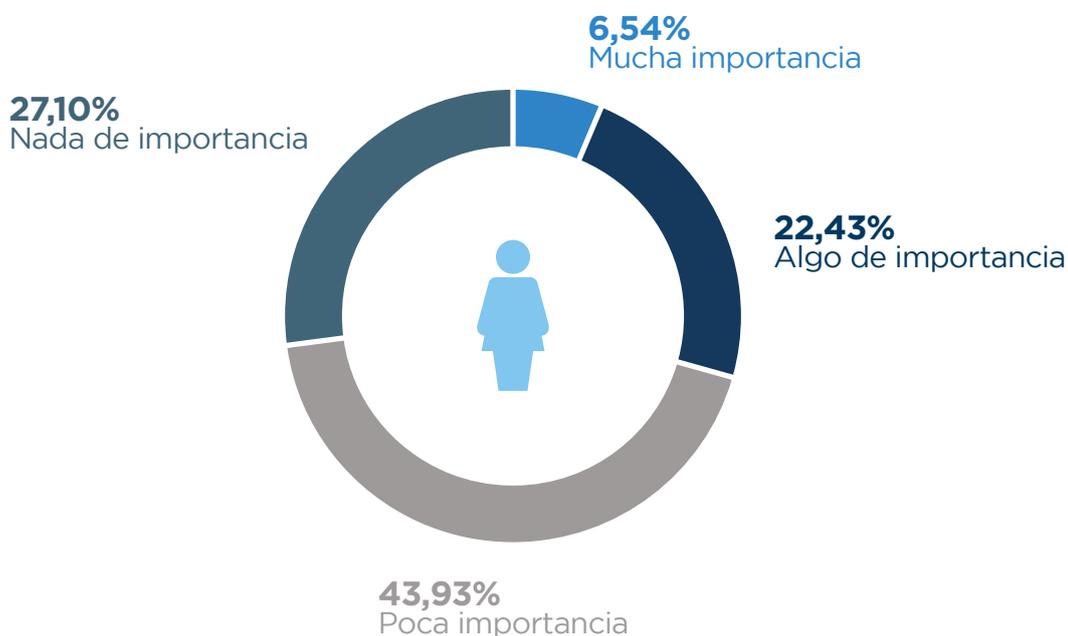
ΔΕΜΟΚΡΑΤΙΑ

¿Qué importancia diría le da a las siguientes acciones en su vida cotidiana? (Actividad física).



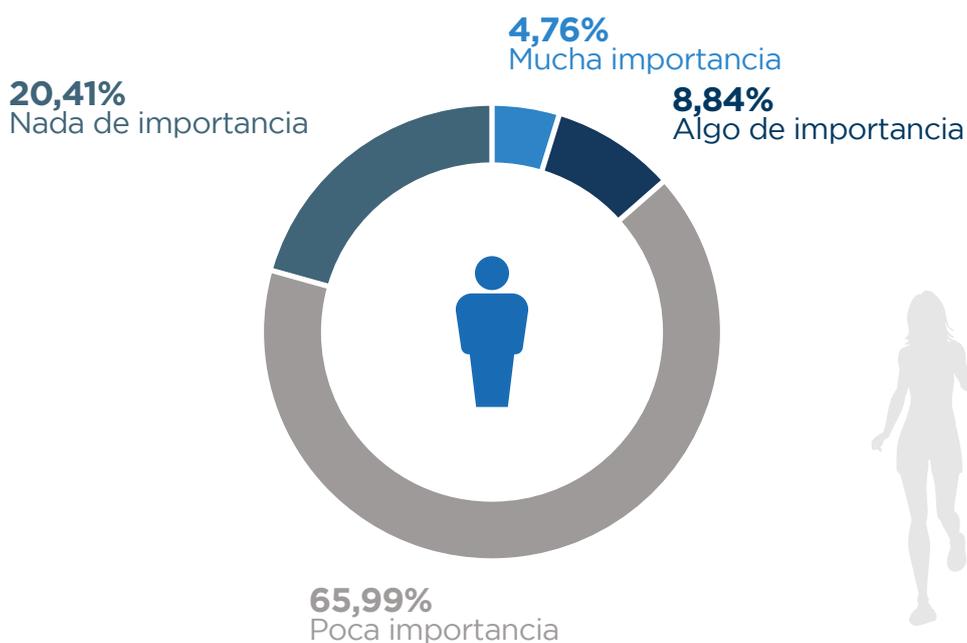
## Actividad física.

Distribuido por género. Mujeres.



## Actividad física.

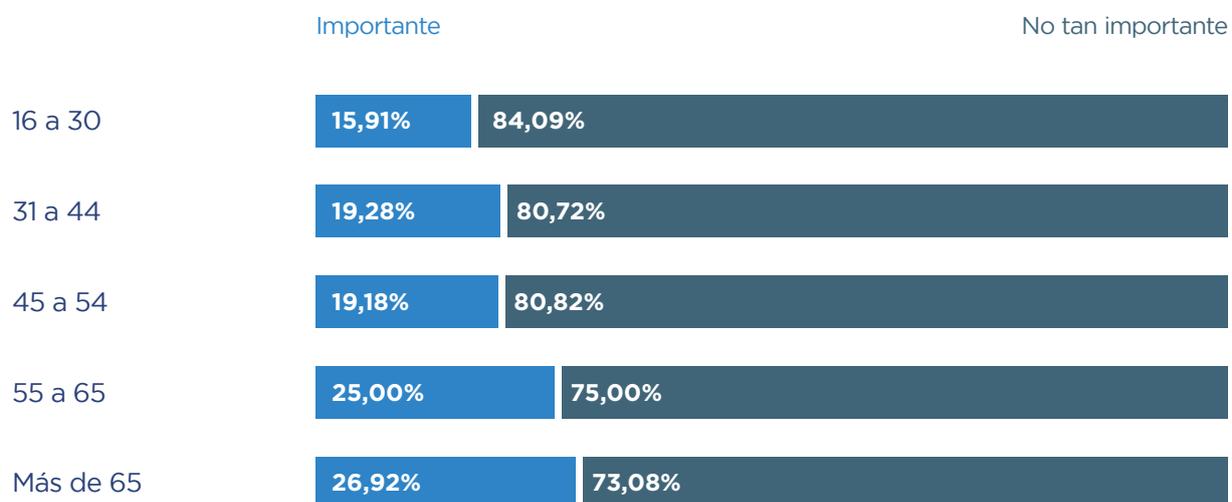
Distribuido por género. Hombres.





## Actividad física.

Distribuido por edad.



## Actividad física.

Distribuido por formación.

