

# Seguimiento de la salud y la forma física

Encuesta Global GfK



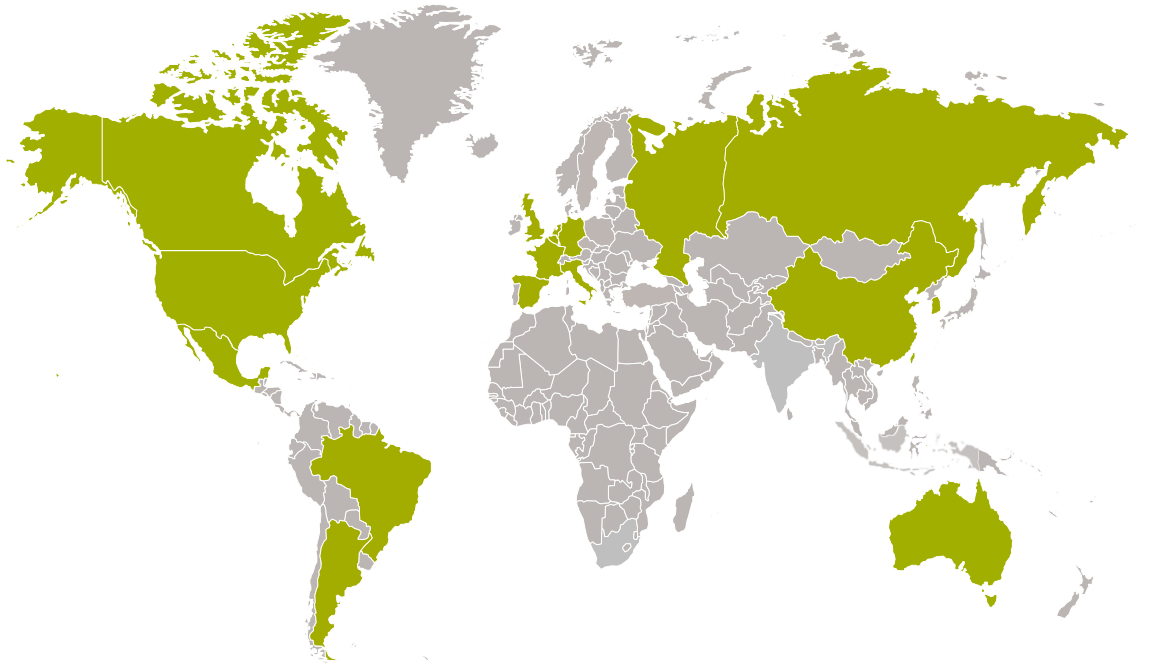
Septiembre 2016

# Estudio Global GfK: Seguimiento de la salud y la forma física

**1** Metodología

**2** Resultados globales

**3** Resultados España



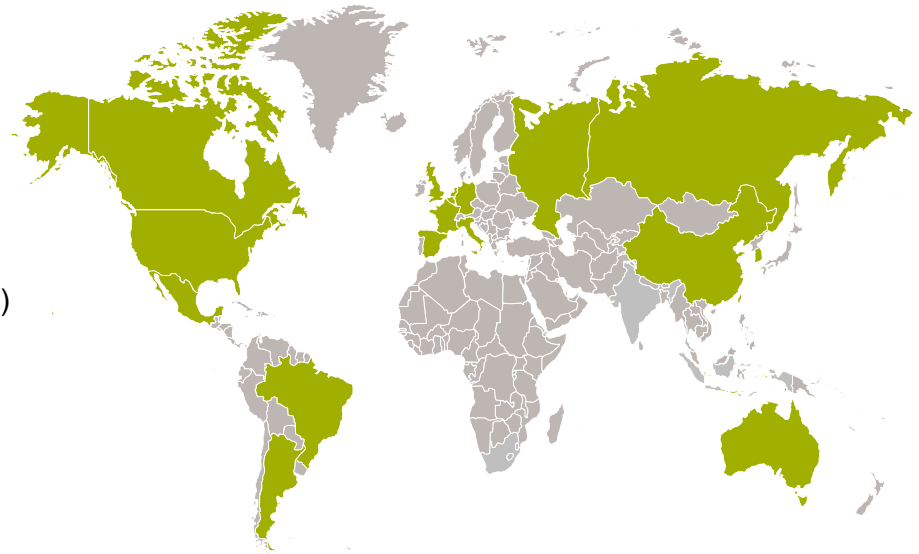
\*Para volver al menú principal, haga clic sobre el logo de GfK en cualquier sección de este documento.

# Metodología

## Países estudiados, metodología y tamaño de la muestra

GfK entrevistó a más de 20.000 personas, mayores de 15 años, en 16 países, durante el verano 2016, mediante entrevistas online. Los datos han sido ponderados para reflejar la composición demográfica de la población mayor de 15 años en cada mercado.

- Argentina (online/n=1007)
- Australia (online/n=1001)
- Bélgica (online/n=1004)
- Brasil (online/n=1500)
- Canadá (online/n=1002)
- China (online/n=1510)
- Francia (online/n=1501)
- Alemania (online/n=1502)
- Italia (online/n=1503)
- México (online/n=1000)
- Países Bajos (online/n=1003)
- Rusia (online/n=1501)
- Corea del Sur (online/n=1000)
- España (online/n=1500)
- Reino Unido (online/n=1501)
- EEUU (online/n=1536)



# Preguntas



**¿Actualmente, hace usted un seguimiento de su salud o forma física usando para ello algún dispositivo como su móvil, una aplicación en línea, una *fitness band*, un *clip* o un *smartwatch*? Ello incluye monitorizar su dieta, peso y salud, así como el ejercicio físico.**

- Sí, actualmente hago un seguimiento
- Actualmente no, pero si lo he hecho en el pasado
- No, nunca he hecho un seguimiento de mi salud o forma física
- No estoy seguro/a

**¿Por qué hace un seguimiento de su salud o forma física? *Seleccione tantas alternativas como proceda en su caso.***

- Para mantener o mejorar mi salud y mi condición física
- Para motivarme a comer y beber de forma saludable
- Para controlar una afección de salud específica
- Para perder peso
- Para mejorar la calidad del sueño
- Para competir con otras personas
- Para entrenar para un evento (carrera, deporte...)
- Para motivarme a hacer ejercicio
- Para ser más productivo
- Porque es divertido
- Porque es parte de mi rutina diaria
- Para mejorar mi nivel de energía
- Por alguna otra razón
- No estoy seguro/a

# Resultados globales

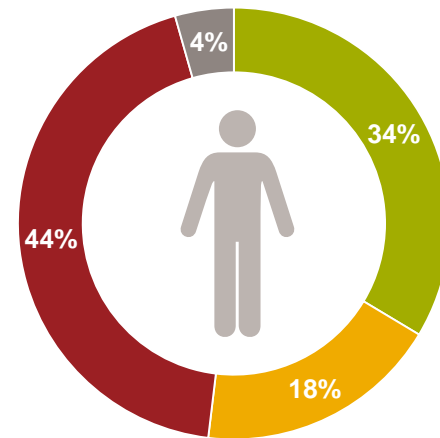
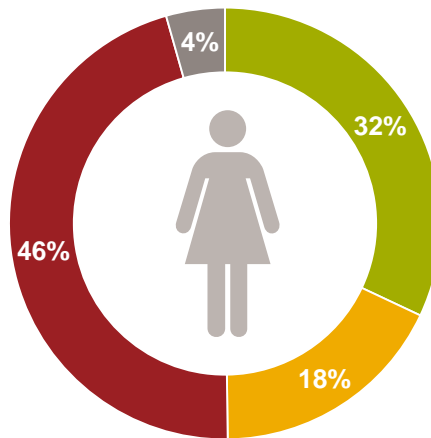
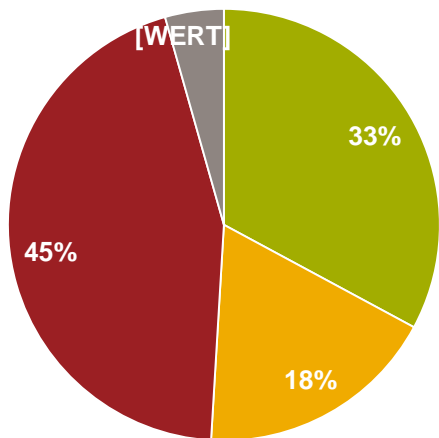
## Resultados más destacables

- En los 16 países, uno de cada tres internautas (33%) hace un seguimiento de su salud o forma física usando para ello algún dispositivo como su móvil, una aplicación en línea, una *fitness band*, un *clip* o un *smartwatch*.
- Los países donde se registró el mayor número de respuestas afirmativas fueron: China (45%), Brasil (29%), EEUU (29%), Alemania (28%) y Francia (26%).
- Las 3 principales razones para hacer un seguimiento de la salud y la forma física usando algún tipo de dispositivo o aplicación son:
  - “para mantener o mejorar mi salud y mi condición física” (55%)
  - “para motivarme a hacer ejercicio” (50%)
  - “para mejorar mi nivel de energía” (35%)

# Seguimiento de su salud o forma física usando para ello algún dispositivo como su móvil, una aplicación en línea, una *fitness band*, un *clip* o un *smartwatch*



## Media de los 16 países, por género



- Sí, actualmente hago un seguimiento
- Actualmente no, pero si lo he hecho en el pasado

- No, nunca he hecho un seguimiento de mi salud o forma física
- No estoy seguro/a

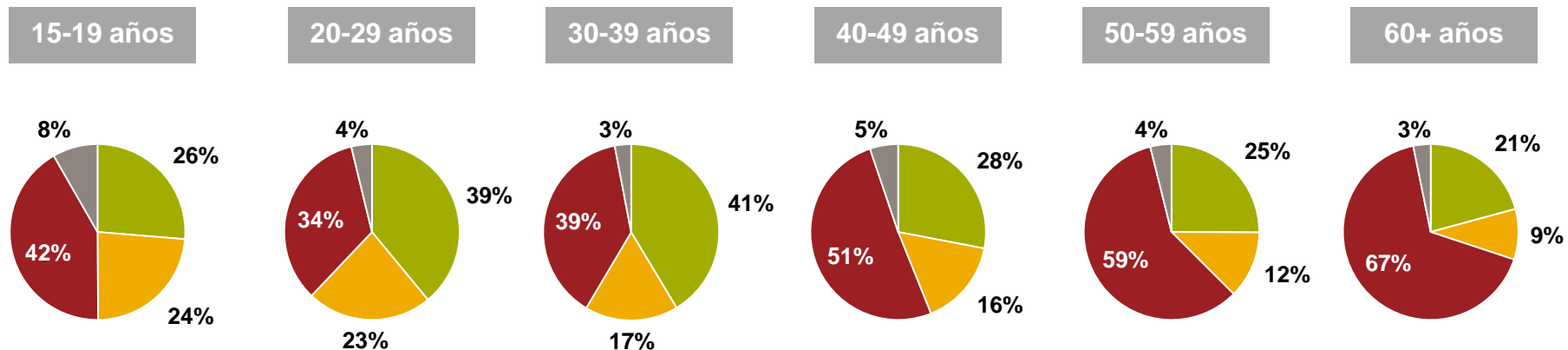
Fuente: estudio GfK realizado entre más de 20,000 internautas, mayores de 15 años, en 16 países. Se utilizan datos redondeados.



# Seguimiento de su salud o forma física usando para ello algún dispositivo como su móvil, una aplicación en línea, una *fitness band*, un *clip* o un *smartwatch*



## Media de los 16 países, por grupos de edad



■ Sí, actualmente hago un seguimiento

■ Actualmente no, pero si lo he hecho en el pasado

■ No, nunca he hecho un seguimiento de mi salud o forma física

■ No estoy seguro/a

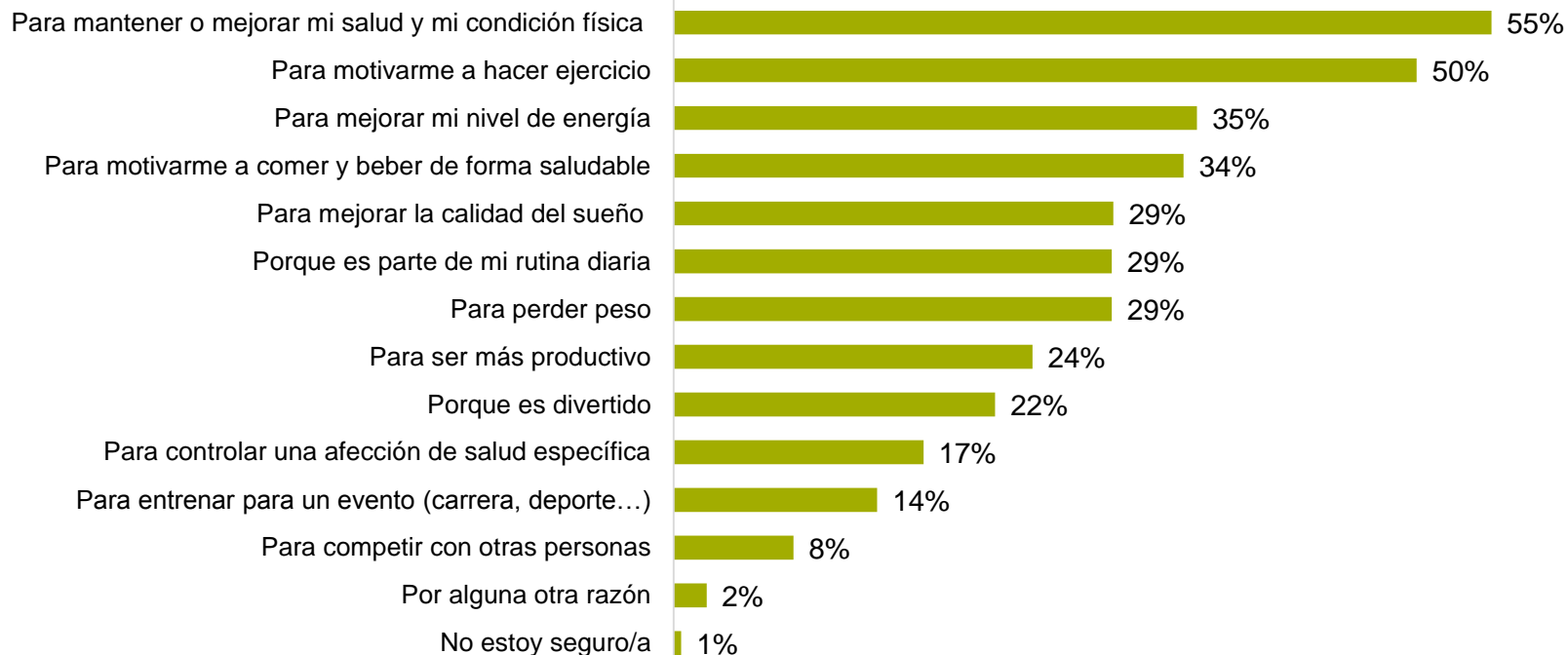
# Seguimiento de su salud o forma física usando para ello algún dispositivo como su móvil, una aplicación en línea, una *fitness band*, un *clip* o un *smartwatch*



Fuente: estudio GfK realizado entre más de 20,000 internautas, mayores de 15 años, en 16 países. Se utilizan datos redondeados.

# Razones para monitorizar su salud o forma física.

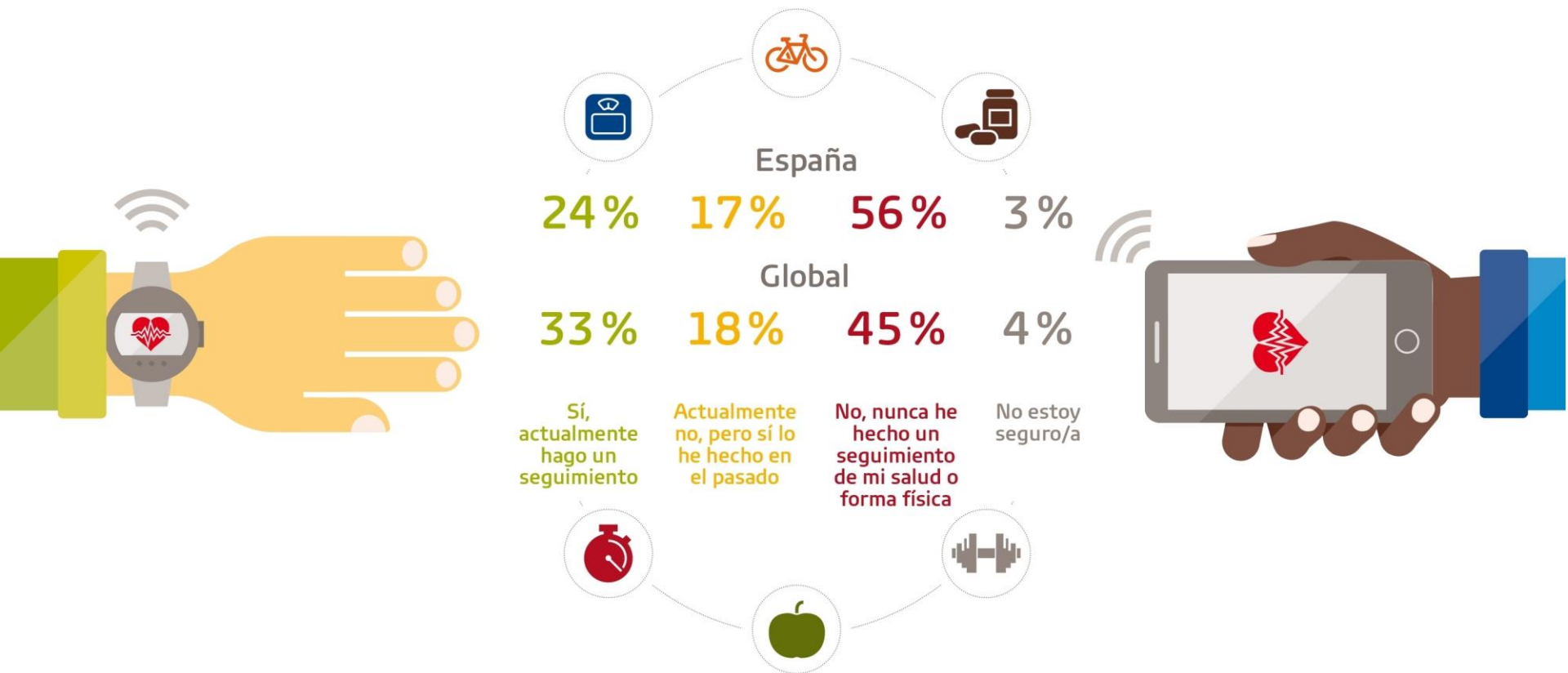
Media de los 16 países, entre personas que actualmente hacen un seguimiento



Fuente: estudio GfK realizado entre 4,900 internautas, mayores de 15 años, en 16 países, que actualmente monitorizan sus actividades, con una base total de n=20,000 entrevistados en línea. Múltiples respuestas son admitidas

# Resultados España

# Seguimiento de la salud y la forma física. Resultados España vs Global

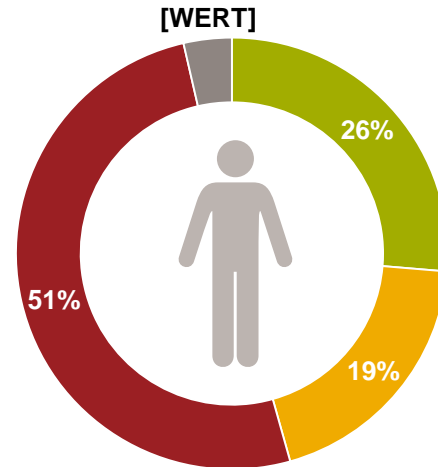
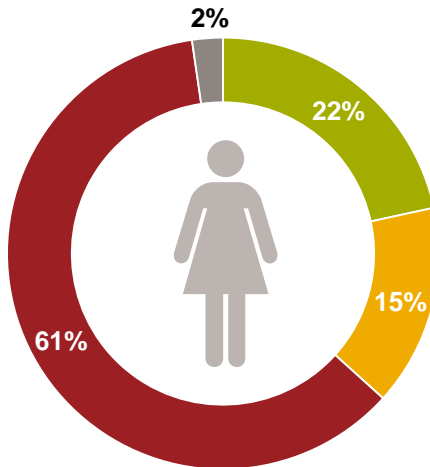
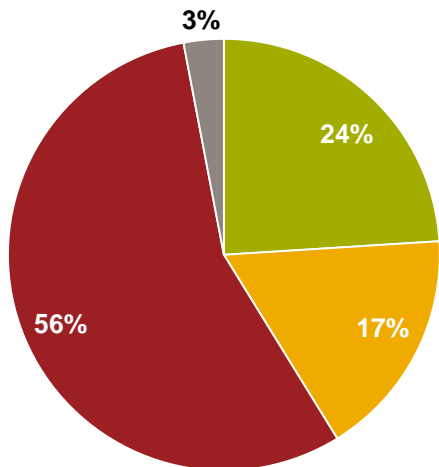


Fuente: estudio GfK realizado entre más de 20,000 internautas, mayores de 15 años, en 16 países. Se utilizan datos redondeados.

# Seguimiento de su salud o forma física usando para ello algún dispositivo como su móvil, una aplicación en línea, una *fitness band*, un *clip* o un *smartwatch*



## Media en España, por género



- Sí, actualmente hago un seguimiento
- Actualmente no, pero si lo he hecho en el pasado

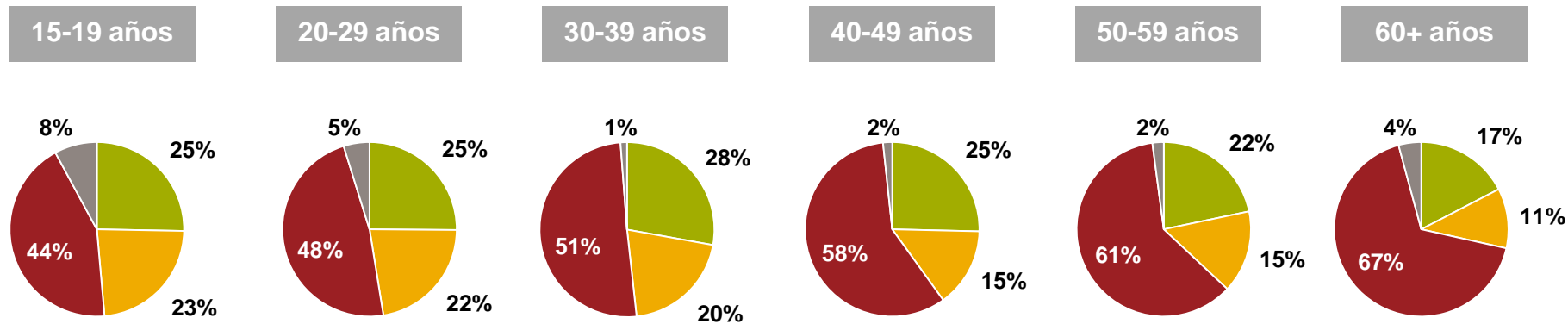
- No, nunca he hecho un seguimiento de mi salud o forma física
- No estoy seguro/a

Fuente: estudio GfK realizado entre más de 20,000 internautas, mayores de 15 años, en 16 países. Se utilizan datos redondeados.

# Seguimiento de su salud o forma física usando para ello algún dispositivo como su móvil, una aplicación en línea, una *fitness band*, un *clip* o un *smartwatch*



Media en España, por grupos de edad.



■ Sí, actualmente hago un seguimiento

■ Actualmente no, pero si lo he hecho en el pasado

■ No, nunca he hecho un seguimiento de mi salud o forma física

■ No estoy seguro/a

Para más información contacte con  
[es@gfk.com](mailto:es@gfk.com)