

SALUD FÍSICA: ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL MUNDO PARA MANTENERLA

Estudio Global GfK

Mayo 2015



Estudio Global GfK

Actividades para mantener la salud física



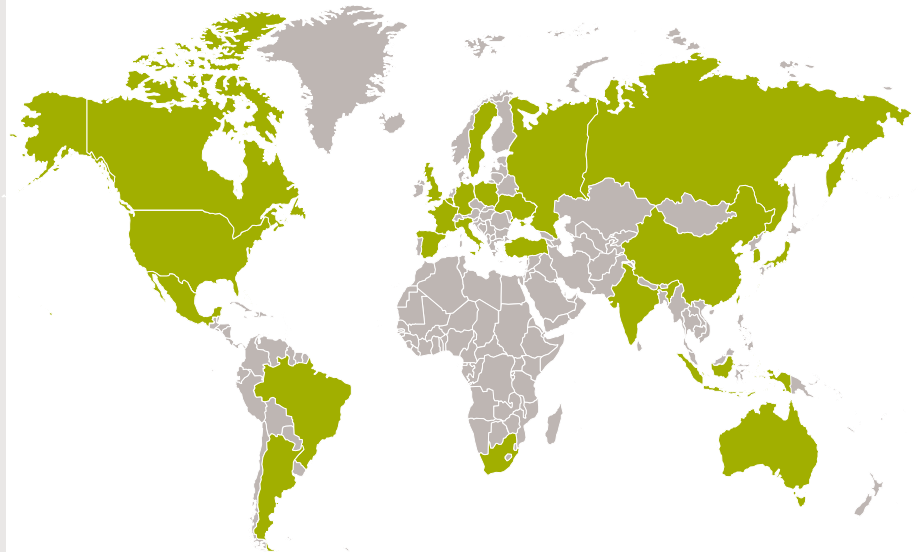
1. Metodología
2. Resultados Globales
3. Los cinco resultados principales en detalle
4. Resultados por países

Metodología

Países incluidos, metodología y tamaño de la muestra

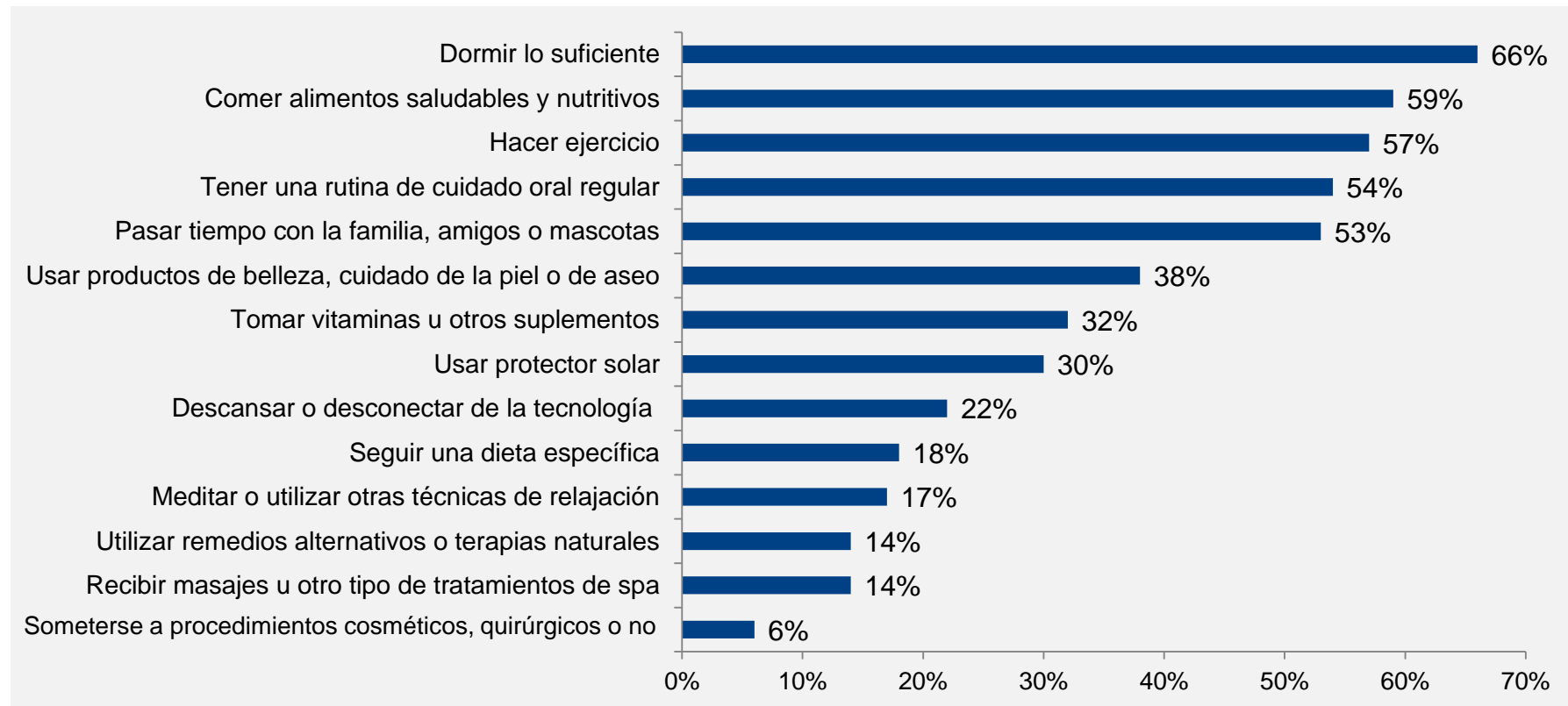
GfK entrevistó a 28.000 personas, mayores de 15 años, en 23 países, durante el verano de 2014, mediante entrevistas online y personales.

Argentina (online/n=1004)	México (online/n=1001)
Australia (online/n=1004)	Polonia (online/n=1150)
Bélgica (online/n=1002)	Rusia (online/n=1501)
Brasil (online/n=1502)	Sudáfrica (personal/n=993)
Canadá (online/n=1005)	Corea del Sur (online/n=1005)
China (online/n=1502)	España (online/n=1502)
Francia (online/n=1504)	Suecia (online/n=1007)
Alemania (online/n=1500)	Turquía (online/n=804)
India (personal/n=1644)	Reino Unido (online/n=1505)
Indonesia (personal/n=1000)	Ucrania (personal/n=1000)
Italia (online/n=1503)	EEUU (online/n=1505)
Japón (online/n=1500)	



Resultados Globales

Global: Actividades que se realizan con regularidad para mantener la salud física

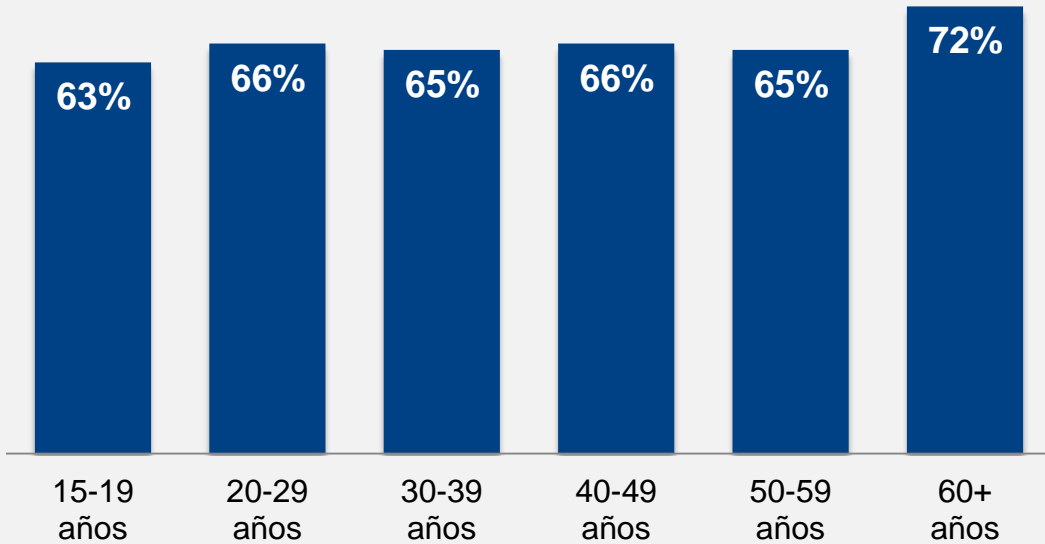


Fuente: estudio GfK entre más de 28.000 personas, mayores de 15 años, en 23 países. Promedio de todos los países.

Los cinco resultados principales en detalle

Actividad número 1: **Dormir lo suficiente**

Grupos de edad



66 %

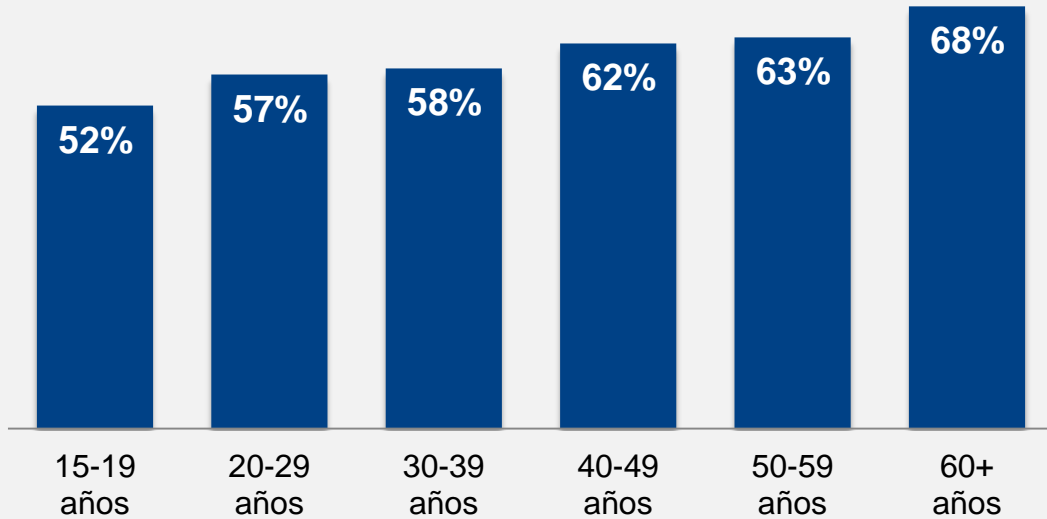
duerme lo suficiente para mantener su salud física



Fuente: estudio GfK entre más de 28.000 personas, mayores de 15 años, en 23 países. Promedio de todos los países.

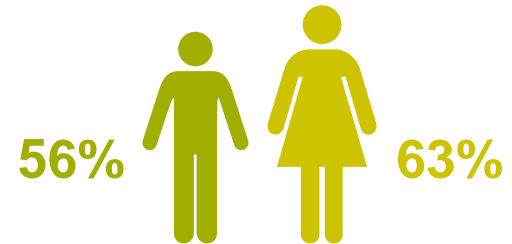
Actividad número 2: Comer alimentos saludables y nutritivos

Grupos de edad



59%

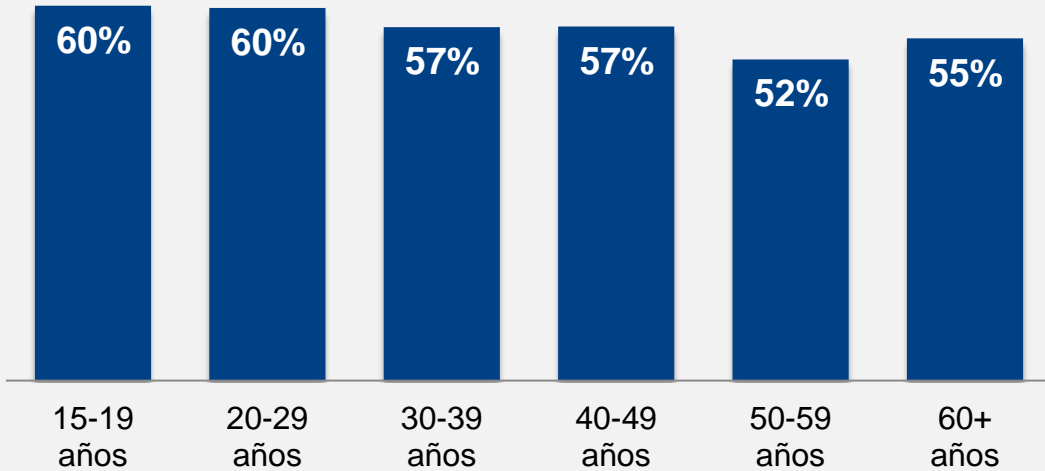
come alimentos sanos y nutritivos con regularidad para mantener su salud física



Fuente: estudio GfK entre más de 28.000 personas, mayores de 15 años, en 23 países. Promedio de todos los países.

Actividad número 3: **Hacer ejercicio**

Grupos de edad



57 %

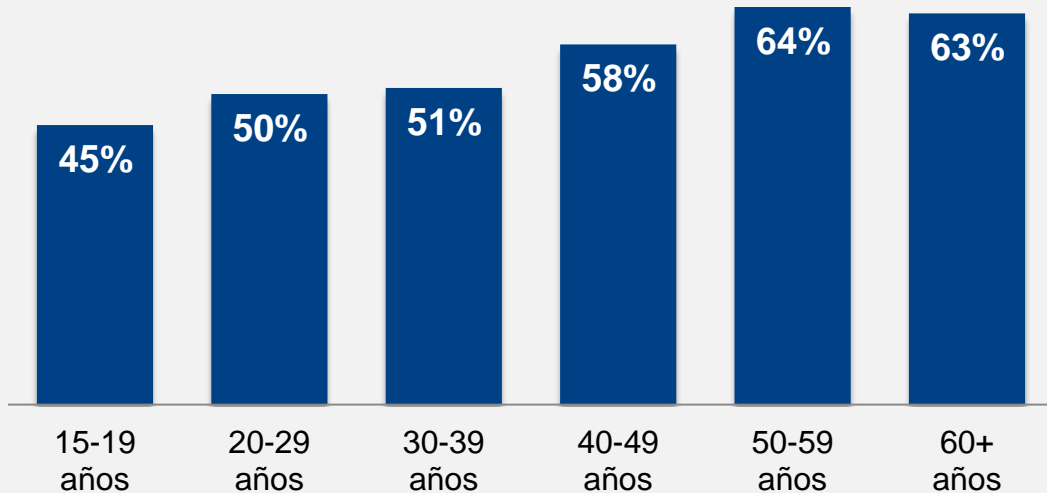
hace ejercicio con regularidad para mantener su salud física



Fuente: estudio GfK entre más de 28.000 personas, mayores de 15 años, en 23 países. Promedio de todos los países.

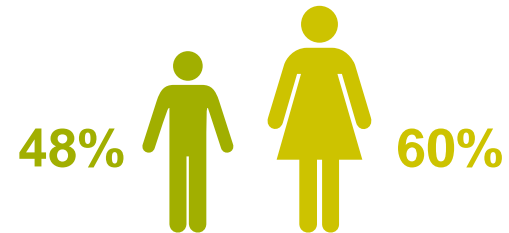
Actividad número 4: **Tener una rutina de cuidado oral regular**

Grupos de edad



54 %

tiene una rutina de cuidado oral regular para mantener su salud física

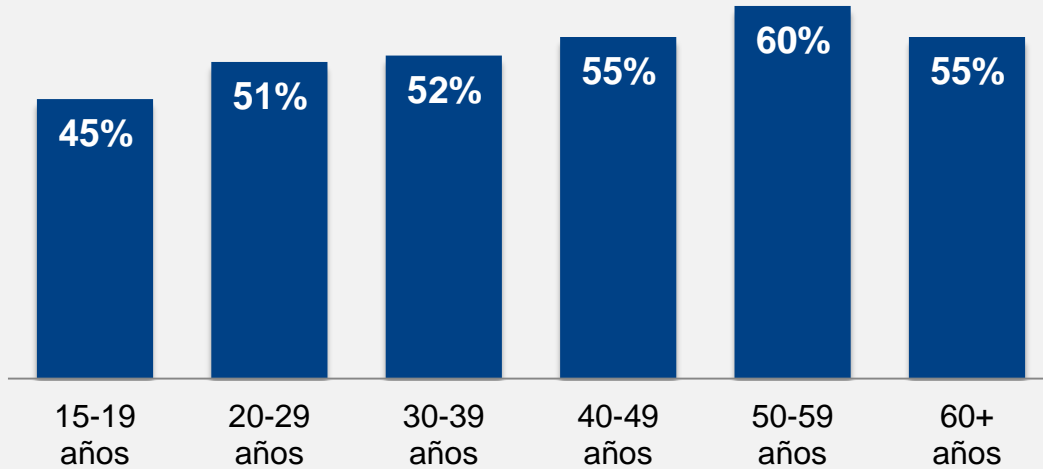


Fuente: estudio GfK entre más de 28.000 personas, mayores de 15 años, en 23 países. Promedio de todos los países.

Actividad número 5: Pasar tiempo con la familia, amigos o mascotas

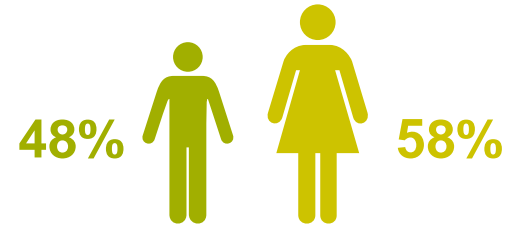


Grupos de edad



53%

pasa tiempo regularmente con su familia, amigos o mascotas para mantener la salud física

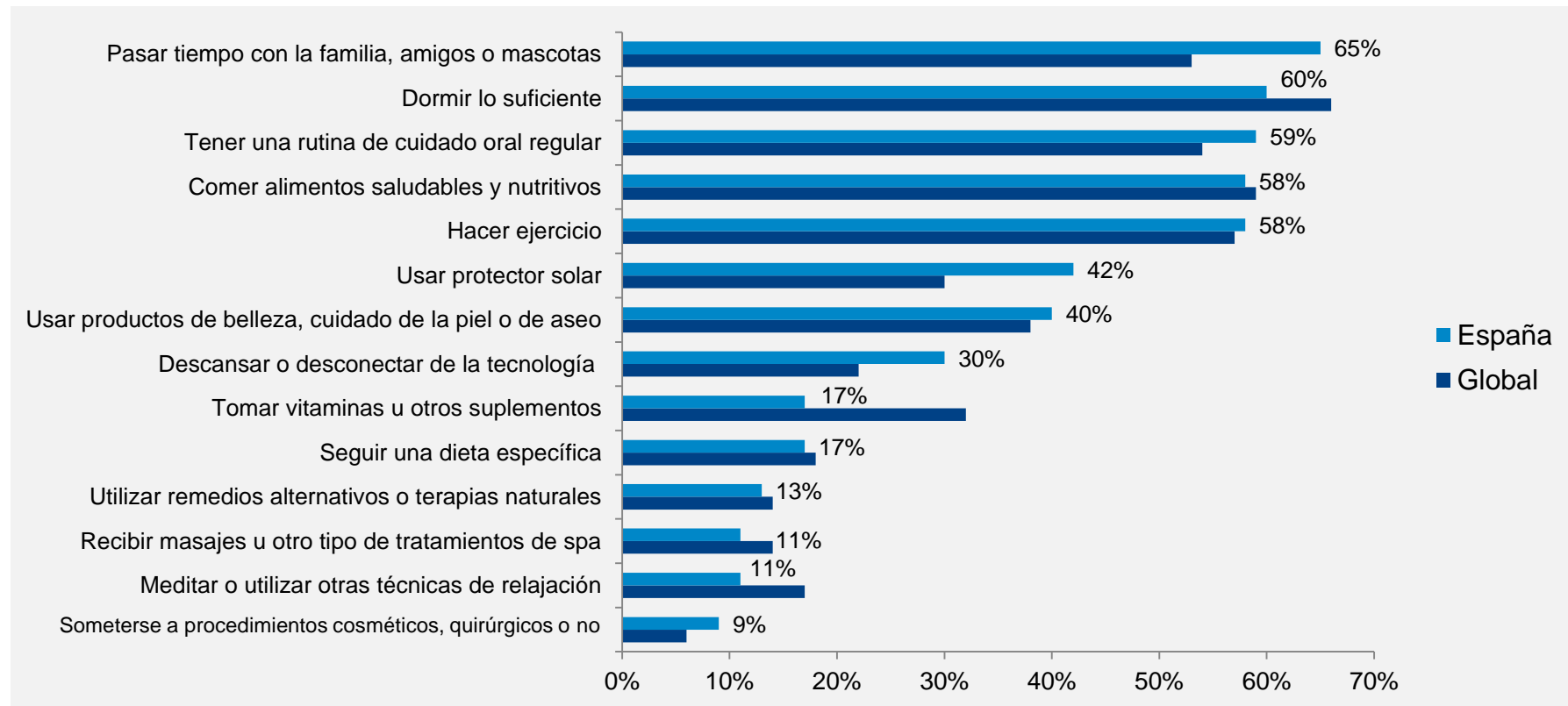


Fuente: estudio GfK entre más de 28.000 personas, mayores de 15 años, en 23 países. Promedio de todos los países.

España



España: Actividades que se realizan con regularidad para mantener la salud física

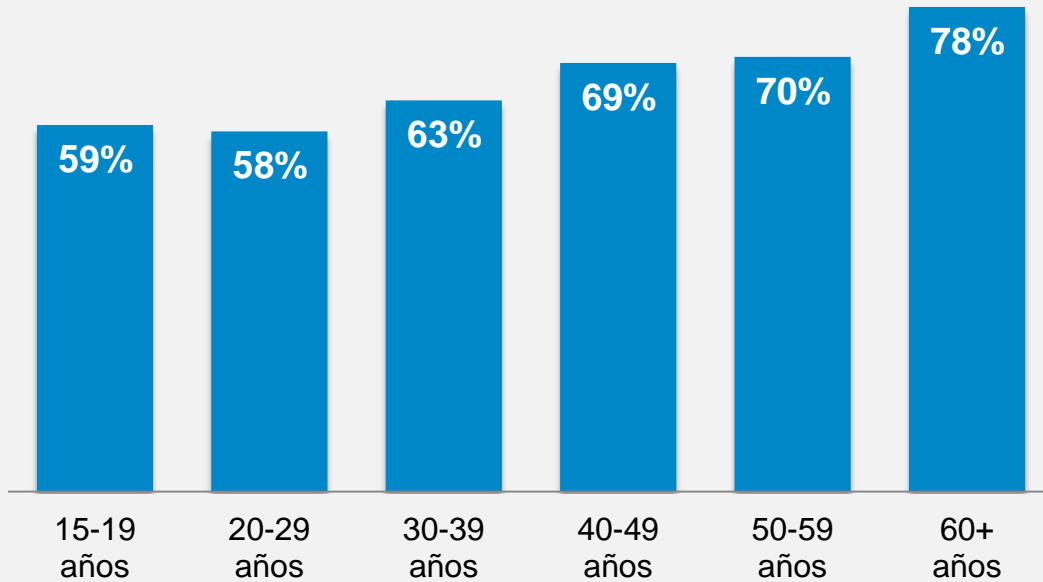


Fuente: estudio GfK entre más de 28.000 personas, mayores de 15 años, en 23 países. Promedio de todos los países.

Actividades principales en España: Pasar tiempo con la familia, amigos o mascotas



Grupos de edad



65 %

pasa tiempo con regularidad con su familia, amigos o mascotas para mantener su salud física

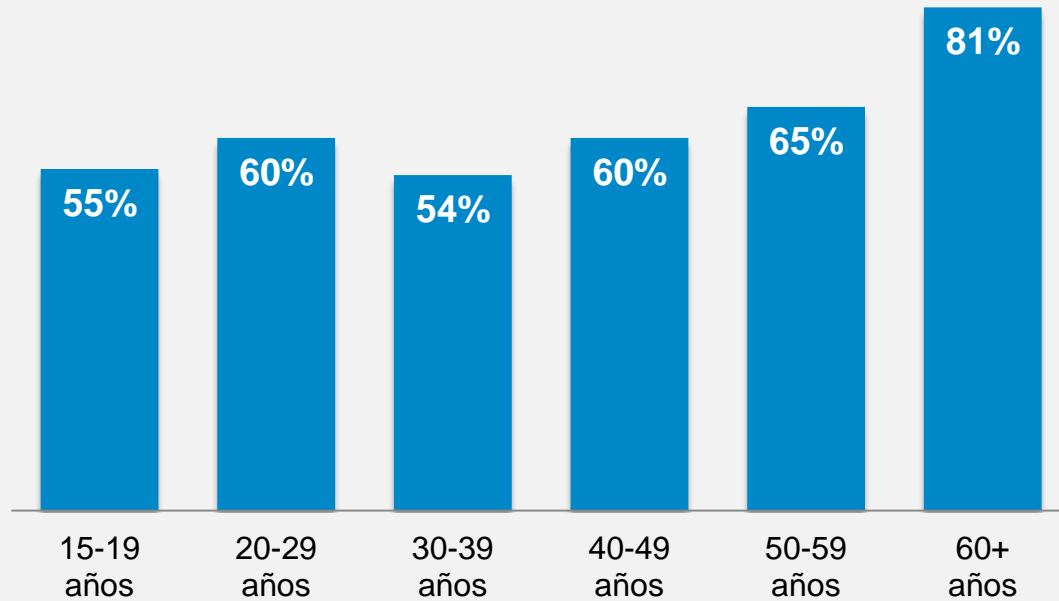


Fuente: estudio GfK entre más de 28.000 personas, mayores de 15 años, en 23 países.

Actividades principales en España: Dormir lo suficiente

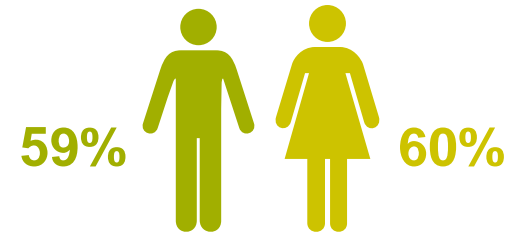


Grupos de edad



60 %

duerme lo suficiente para
mantener su salud física

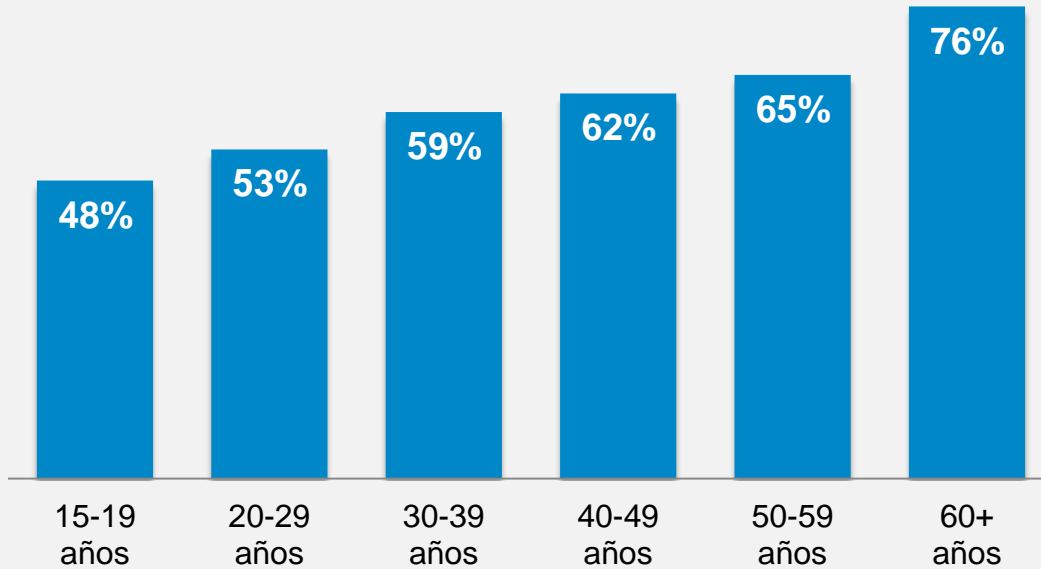


Fuente: estudio GfK entre más de 28.000 personas, mayores de 15 años, en 23 países.

Actividades principales en España: Tener una rutina de cuidado oral regular



Grupos de edad



59%

tiene una rutina de cuidado oral regular para mantener su salud física.



Fuente: estudio GfK entre más de 28.000 personas, mayores de 15 años, en 23 países.

Para más información, por favor, contacte con:
es@gfk.com