MINISTERIO DE CONSUMO

agencia española de seguridad alimentaria y nutrición

Conjunto Mínimo de Indicadores para la evaluación y seguimiento de la Estrategia NAOS. Observatorio de la Nutrición y de Estudio de la Obesidad

naos

observatorio de la nutrición y de estudio de la obesidad

Relación de indicadores:

Prevalencia de sobrepeso en adultos 4

Prevalencia de obesidad en adultos 6

Prevalencia de sobrepeso en menores de 18 años 8

1.Estudio ALADINO (Estudio de ALimentación, Actividad física, Desarrollo INfantil y Obesidad) 8

1.1Criterios OMS 8

1.2 Criterios IOTF 10

2. Encuesta Nacional de Salud de España (ENSE) y Encuesta Europea de Salud en España (EESE) 12

2.1 Criterios IOTF 12

2.2 Criterios OMS 14

Prevalencia de obesidad en menores de 18 años 17

1. Estudio ALADINO (Estudio de ALimentación, Actividad física, Desarrollo INfantil y Obesidad) 17

1.1 Criterios OMS 17

1.2 IOTF 19

2. Encuesta Nacional de Salud de España (ENSE) y Encuesta Europea de Salud en España (EESE) 21

2.1 Criterios IOTF 21

2.2 Criterios OMS 23

Prevalencia de sedentarismo en el tiempo libre en adultos 26

Prevalencia de sedentarismo en el tiempo libre en menores de 18 años 28

Tiempo medio diario dedicado por los menores de 15 años a actividades sedentarias frente a una pantalla 30

Porcentaje de personas con 15 o más años que practican alguna actividad físico-deportiva ... 33

Porcentaje de personas con 15 o más años que pasean para mantener o mejorar su forma física 36

Porcentaje de menores de 15 años que desayunan diariamente 39

Porcentaje de adultos que consumen fruta o verdura a diario 41

Porcentaje de menores de 18 años que consumen fruta o verdura a diario 43

Porcentaje de adultos que cumplen las recomendaciones de consumo diario de frutas y verduras 46

Porcentaje de menores de 18 años que cumplen las recomendaciones de consumo diario de frutas y verduras 48

Porcentaje de niños y niñas que han recibido lactancia materna durante al menos tres meses 51

Porcentaje de niños y niñas que han recibido lactancia materna durante al menos seis meses52

Promedio de días de lactancia materna recibida..... 53

Porcentaje de personas con acceso a iniciativas de promoción de una alimentación saludable en el centro de trabajo..... 54

Porcentaje de personas con acceso a iniciativas de promoción de actividad física en el centro de trabajo. 56

Porcentaje de publicidad de alimentación y bebidas (PAB) 58

Porcentaje de publicidad de alimentación y bebidas (PAB) dirigida a niños y niñas de 4-12 años 60

Porcentaje de publicidad de alimentación y bebidas de empresas adheridas al Código PAOS (PAB-PAOS) dirigida a niños y niñas de 4- 12 años 62

Porcentaje de publicidad de alimentación y bebidas (PAB) dirigida a niños y niñas de 4-12 años en horario de protección reforzada (HPR) 64

Cita recomendada:

Este documento debe citarse: Evaluación y seguimiento de la Estrategia NAOS: conjunto mínimo de indicadores. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. Ministerio de Consumo. Madrid, 2021.
http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/subseccion/indicadores.htm

Prevalencia de sobrepeso en adultos

DEFINICIONES:

• Sobrepeso: índice de masa corporal (IMC) ≥ 25 kg/m^2 y < 30 kg/m^2

• Adultos: personas con 18 y más años.

Tabla 1. Prevalencia de sobrepeso (datos auto-referidos) por sexo y grupos de edad - Encuesta Nacional de Salud de España (ENSE) 2011 y 2017, Encuesta Europea de Salud en España (EESE) 2014 y 2020.

	Hombres (%)				Mujeres (%)				Total (%)			
	2011	2014	2017	2020	2011	2014	2017	2020	2011	2014	2017	2020
18-24 años	20,3	24,3	19,6	23,3	12,2	15,1	15,0	17,0	16,3	19,9	17,4	20,3
25-34 años	39,5	36,1	35,7	35,5	18,9	18,4	21,8	19,9	29,4	27,2	28,7	27,8
35-44 años	48,8	44,5	43,4	44,7	23,9	22,1	24,4	25,7	36,9	33,6	34,1	35,2
45-54 años	46,2	45,7	49,7	49,3	30,3	28,8	29,3	30,7	38,3	37,4	39,6	40,2
55-64 años	52,8	48,9	49,7	50,0	37,0	35,1	39,5	36,8	44,9	42,0	44,5	43,3
65-74 años	52,4	53,4	50,6	51,9	41,1	38,7	39,1	41,3	46,6	45,8	44,7	46,2
75 -84 años	55,4	49,1	54,8	55,5	39,4	41,8	40,5	41,4	46,6	45,0	46,8	48,1
85 y más años	42,1	49,3	48,5	47,8	39,9	37,9	35,3	36,1	40,8	42,2	40,1	40,4
Total	**45,1**	**43,6**	**44,3**	**44,9**	**28,1**	**28,1**	**30,0**	**30,6**	**36,7**	**35,7**	**37,1**	**37,6**

Figura 1. Prevalencia (%) de sobrepeso por sexo en adultos en España. ENSE 2001 - 2017. EESE 2009-2020.

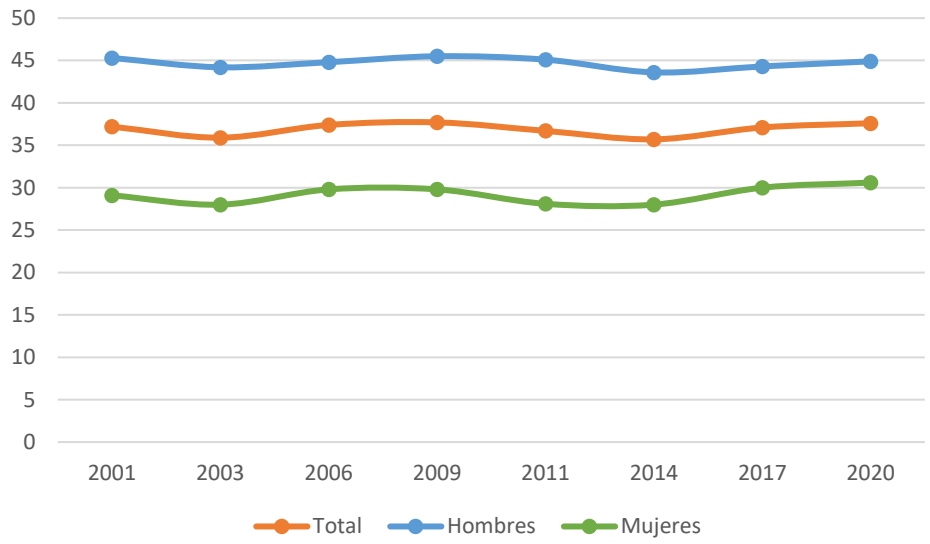


Figura 2. Prevalencia de sobrepeso por grupos de edad. Ambos sexos. ENSE 2001 - 2017. EESE 2009- 2020.

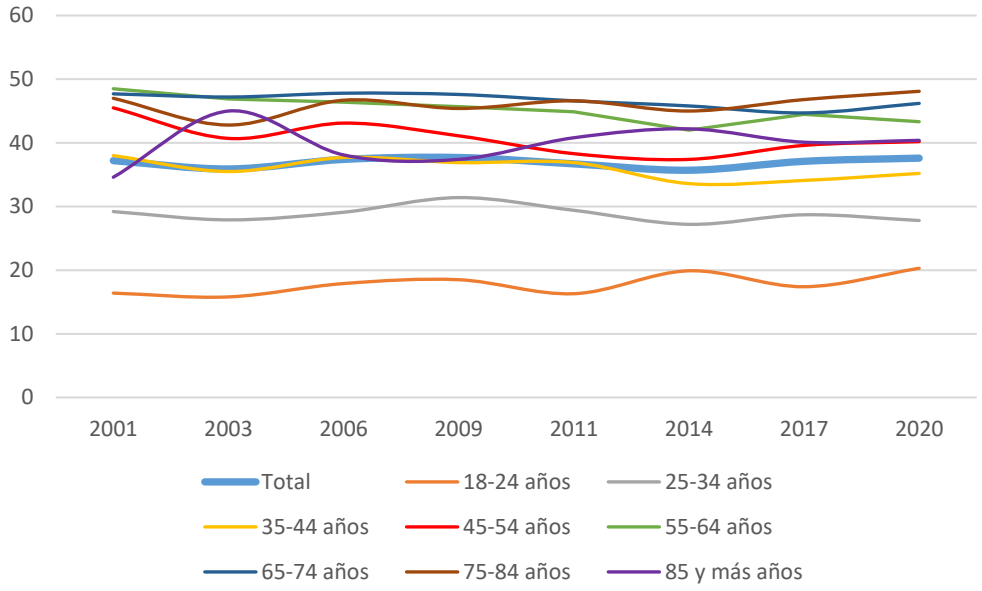
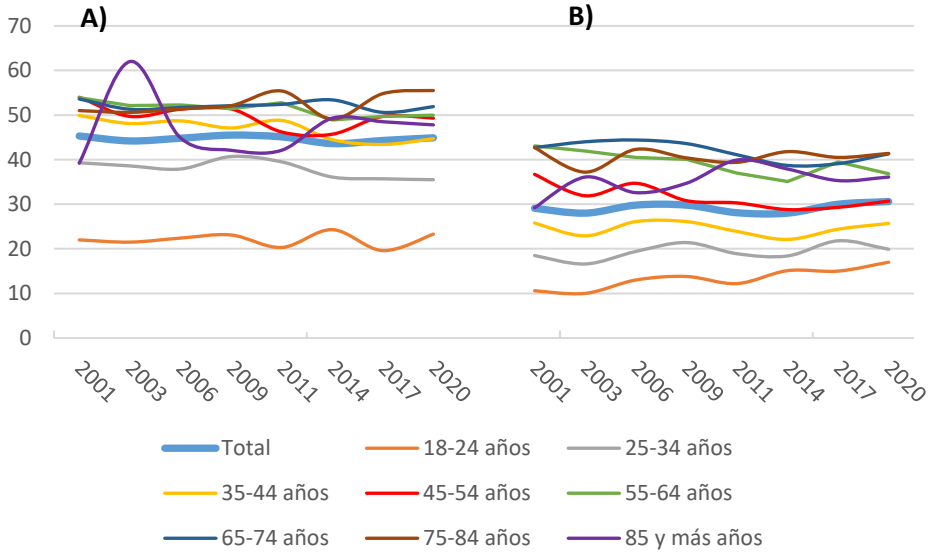


Figura 3. Prevalencia de sobrepeso por grupos de edad y sexo. A) Hombres B) Mujeres. ENSE 2001 - 2017. EESE 2014 y 2020



Prevalencia de obesidad en adultos

DEFINICIONES:

• Obesidad: índice de masa corporal (IMC) ≥ 30 kg/m^2.

• Adultos: personas con 18 y más años.

Tabla 2. Prevalencia de obesidad (datos auto-referidos) por sexo y grupos de edad - Encuesta Nacional de Salud de España (ENSE) 2011 y 2017, Encuesta Europea de Salud en España (EESE) 2014 y 2020.

	Hombres (%)				Mujeres (%)				Total (%)			
	2011	**2014**	**2017**	**2020**	**2011**	**2014**	**2017**	**2020**	**2011**	**2014**	**2017**	**2020**
18-24 años	5,5	4,5	8,4	4,6	5,5	4,4	7,9	4,6	5,5	4,5	8,2	4,6
25-34 años	11,2	10,4	11,1	9,5	9,0	12,0	10,6	10,3	10,1	11,2	10,9	9,9
35-44 años	16,3	15,3	16,2	15,8	12,4	12,7	12,9	13,1	14,4	14,0	14,6	14,5
45-54 años	23,9	20,7	20,5	18,9	16,6	15,9	15,7	15,3	20,3	18,4	18,1	17,1
55-64 años	23,7	24,7	25,2	23,2	21,8	21,4	18,8	18,6	22,8	23,0	22,0	20,9
65-74 años	25,6	22,3	24,7	22,4	27,9	26,7	26,3	21,9	26,8	24,5	25,5	22,1
75-84 años	22,4	21,7	18,1	17,5	28,2	26,6	28,0	23,5	25,5	24,5	23,6	20,6
85 y más años	15,1	14,8	14,0	12,7	16,7	19,0	20,6	20,5	16,1	17,4	18,2	17,6
Total	**18,0**	**17,1**	**18,1**	**16,5**	**16,0**	**16,7**	**16,7**	**15,5**	**17,0**	**16,9**	**17,4**	**16,0**

Figura 4. Prevalencia de obesidad (%) por sexo en adultos en España. ENSE 2001 - 2017. EESE 2009- 2020.

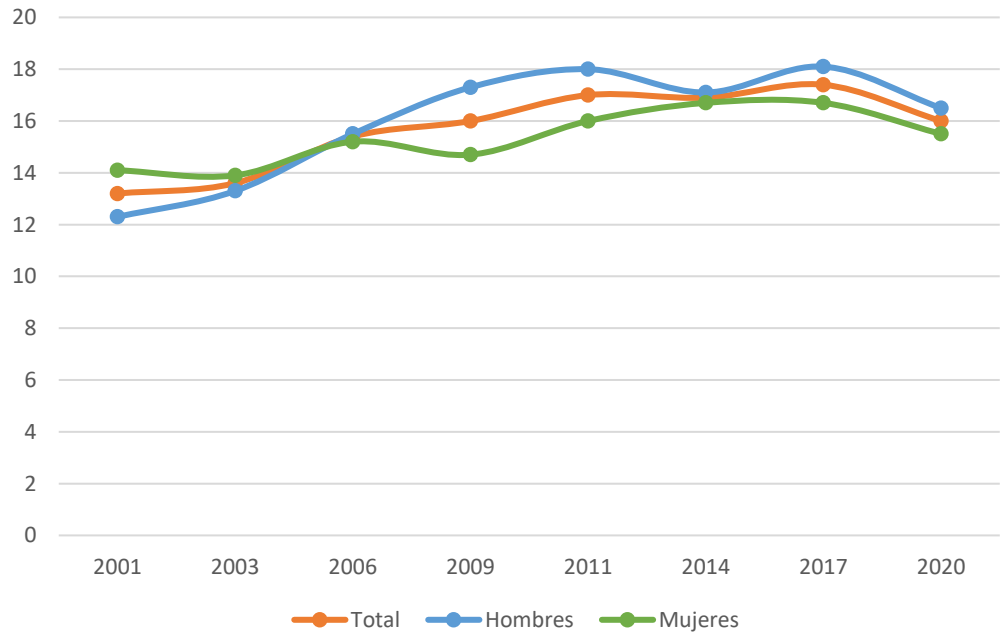


Figura 5. Prevalencia de obesidad en adultos por grupos de edad. Ambos sexos. ENSE 2001-2017. EESE 2009-2020

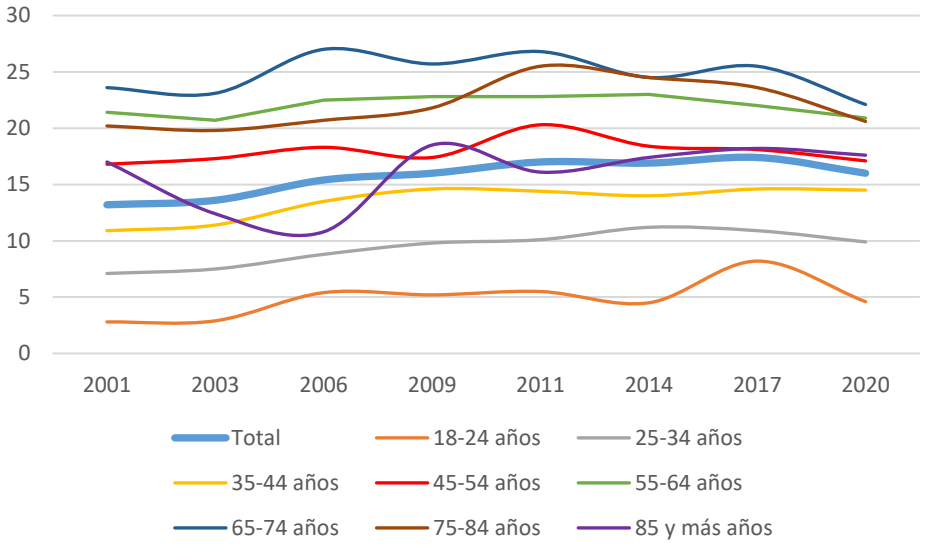
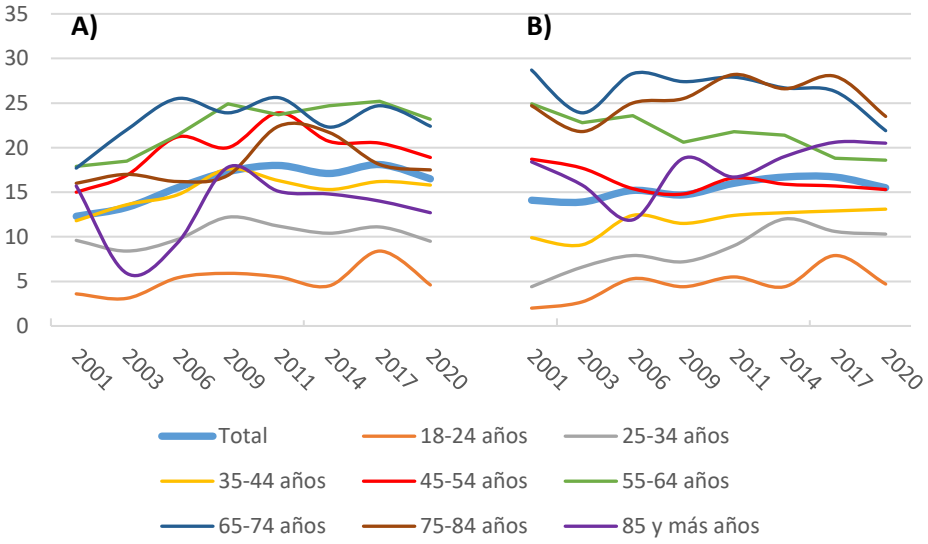


Figura 6. Prevalencia de obesidad en adultos por grupos de edad y sexo. A) Hombres B) Mujeres. ENSE 2001-2017. EESE 2009- 2020



Prevalencia de sobrepeso en menores de 18 años

DEFINICIONES:

- Definición de sobrepeso de la Organización Mundial de la Salud (OMS):

IMC con valores superiores a los establecidos por las tablas de referencia de puntuación-Z de la OMS (> 1 y ≤ 2 desviaciones estándar de la puntuación Z).

- Definición de sobrepeso de la International Obesity Task Force (IOTF):

Valores de IMC para cada sexo que se corresponden con el valor de 25 kg/m^2 del adulto, según las tablas de Cole et al.

1.Estudio ALADINO (Estudio de ALimentación, Actividad física, Desarrollo INfantil y Obesidad)

1.1Criterios OMS

Tabla 3. Prevalencia de sobrepeso (datos medidos, OMS) en escolares de 6 a 9 años por sexo y edad en los estudios ALADINO 2011, 2013*, 2015 y 2019 (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).

	Niños (%)				Niñas (%)				Total (%)			
	2011	2013	2015	2019	2011	2013	2015	2019	2011	2013	2015	2019
6 años	26,0	-	20,6	20,6	22,8	-	18,8	23,3	24,6	-	19,7	21,9
7 años	25,9	24,1	23,6	20,2	25,6	24,1	24,3	25,3	25,8	24,1	23,9	22,7
8 años	26,5	24,4	21,7	21,2	26,6	25,8	26,4	24,5	26,6	25,1	24,0	22,8
9 años	27,9	-	23,6	25,5	27,4	-	26,4	25,7	27,7	-	25,0	25,6
Total	**26,7**	**24,2**	**22,4**	**21,9**	**25,7**	**24,9**	**23,9**	**24,7**	**26,2**	**24,6**	**23,2**	**23,3**

Figura 7. Prevalencia de sobrepeso en escolares de 6-9 años en ALADINO 2011, 2013*, 2015 y 2019 (Criterios OMS) (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).

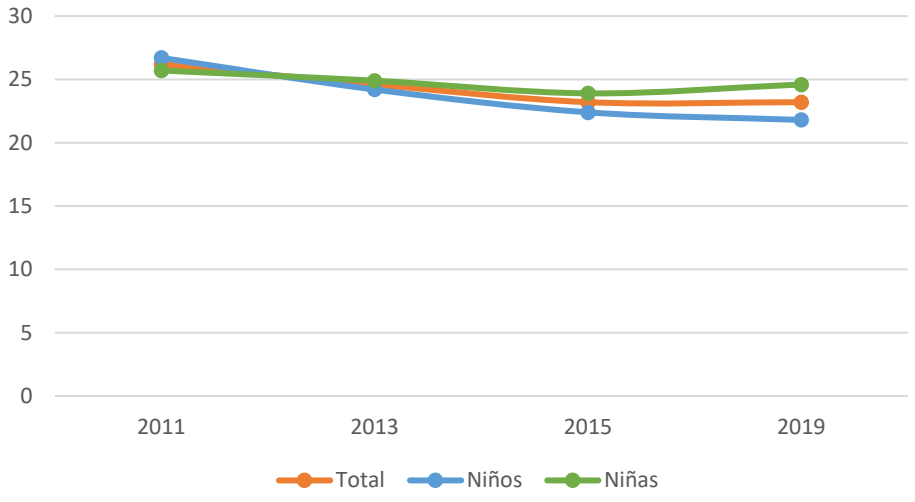


Figura 8. Prevalencia de sobrepeso en escolares por grupo de edad para el total de escolares en ALADINO 2011, 2013*, 2015 y 2019 (Criterios OMS) (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).

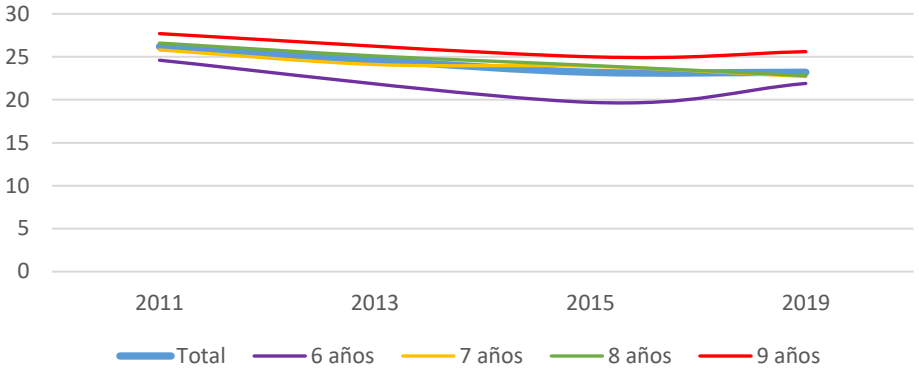
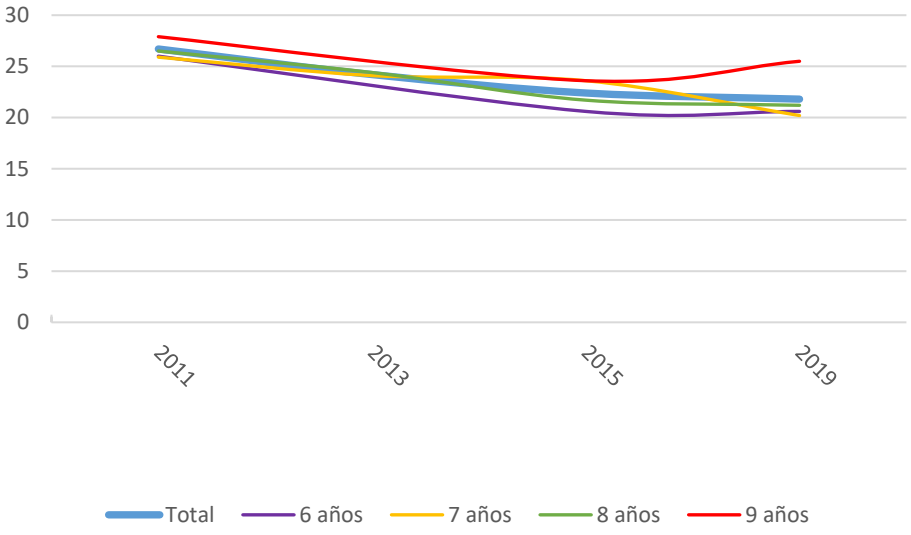
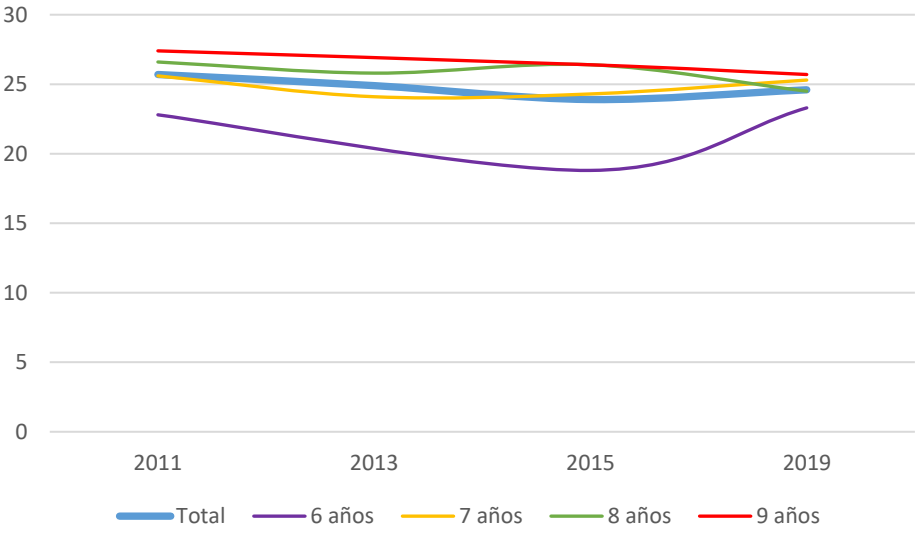


Figura 9. Prevalencia de sobrepeso en escolares por grupo de edad y sexo (A: niños; B niñas) en ALADINO 2011, 2013*, 2015 y 2019 (Criterios OMS) (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).

A)



B)



1.2 Criterios IOTF

Tabla 4. Prevalencia de sobrepeso (datos medidos, IOTF) en escolares de 6 a 9 años por sexo y edad en los estudios ALADINO 2011, 2013*, 2015 y 2019 (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).

	Niños (%)				Niñas (%)				Total (%)			
	2011	2013	2015	2019	2011	2013	2015	2019	2011	2013	2015	2019
6 años	17,9	-	18,0	16,5	21,0	-	16,8	19,8	19,4	-	17,4	18,1
7 años	23,5	21,2	19,7	19,3	25,5	22,3	22,5	23,4	24,5	21,8	21,1	21,3
8 años	26,3	25,2	21,8	20,5	25,9	24,7	23,0	24,2	26,1	25,0	22,4	22,3
9 años	26,8	-	26,8	25,3	26,1	-	26,7	26,8	26,4	-	26,8	26,0
Total	**23,8**	**23,1**	**21,5**	**20,5**	**24,6**	**23,4**	**22,2**	**23,6**	**24,2**	**23,2**	**21,8**	**22,0**

Figura 10. Prevalencia de sobrepeso en escolares de 6-9 años en ALADINO 2011, 2013*,2015 y 2019 (Criterios IOTF) (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).

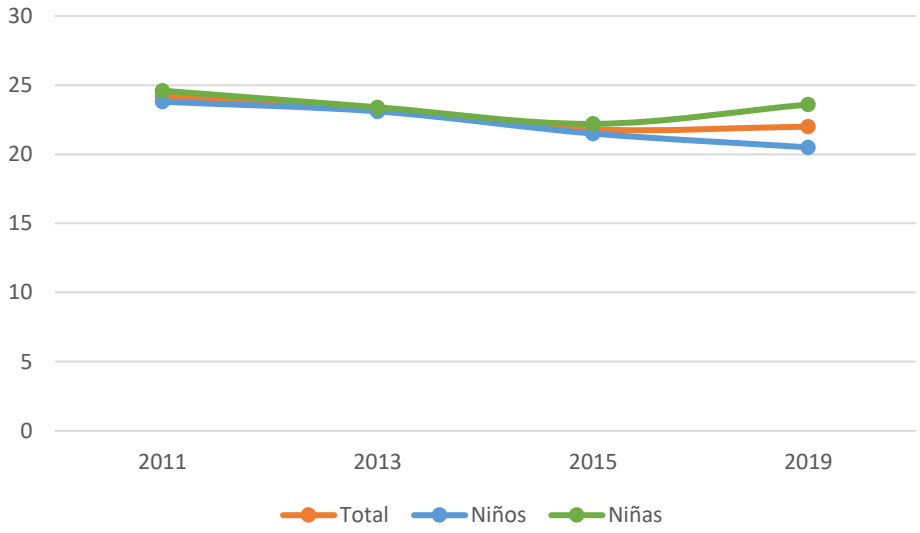


Figura 11. Prevalencia de sobrepeso en escolares por grupo de edad para el total de escolares en ALADINO 2011, 2013*, 2015 y 2019 (Criterios IOTF) (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).

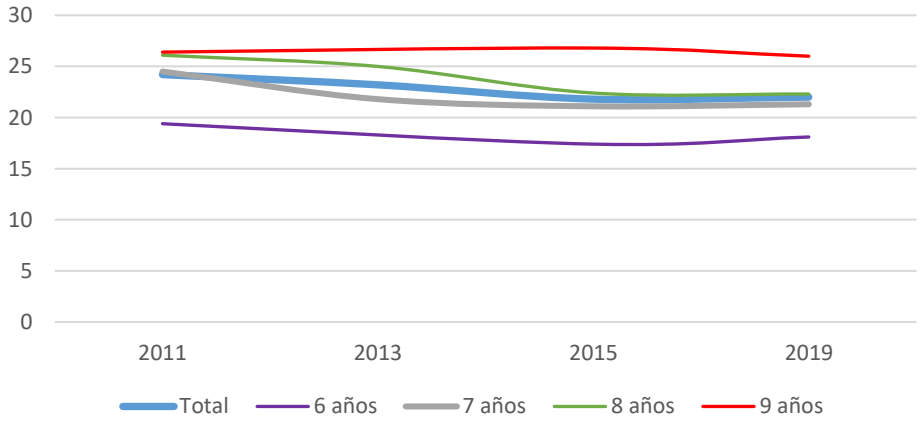
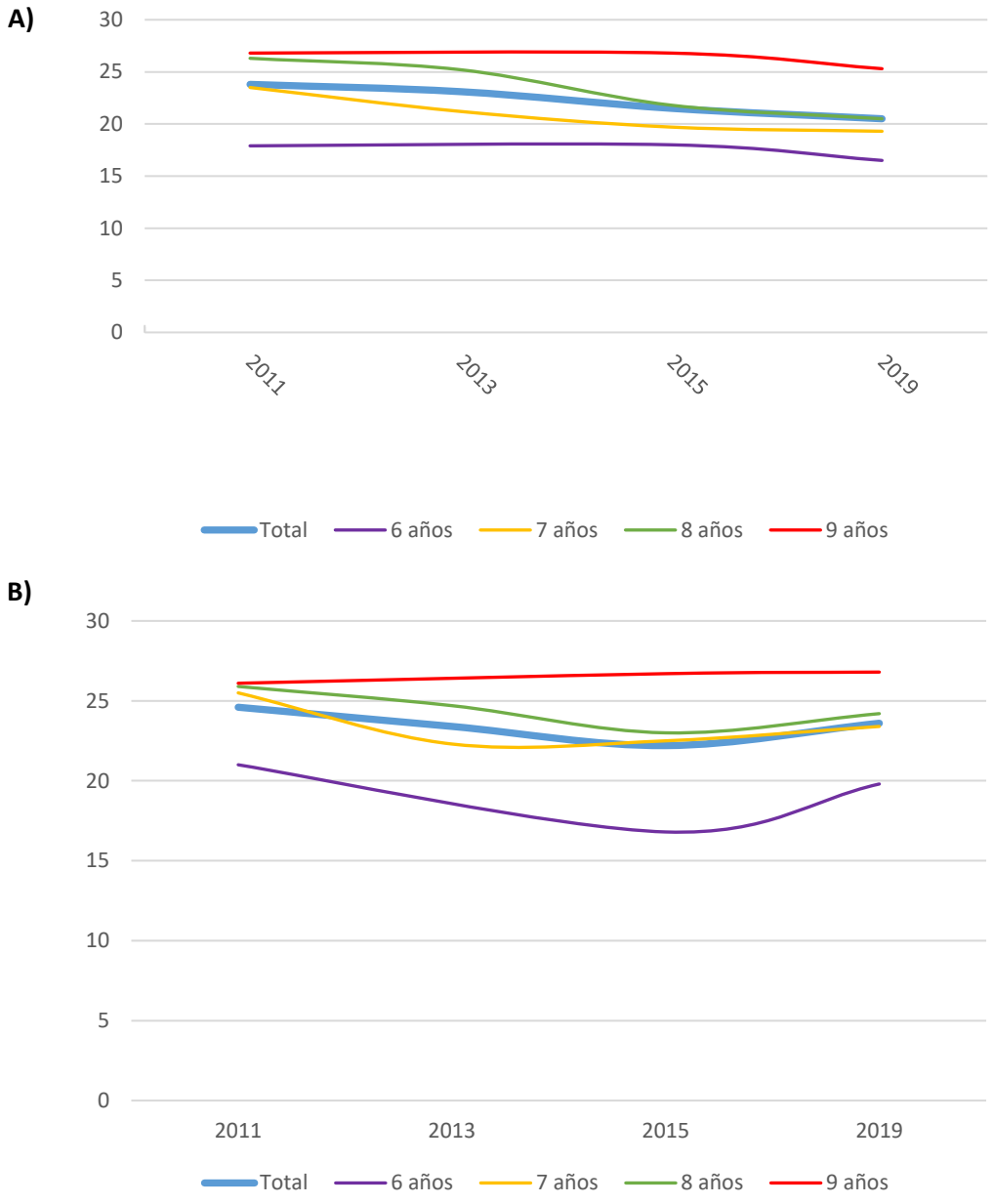


Figura 12. Prevalencia de sobrepeso en escolares por grupo de edad y sexo (A: niños; B niñas) en ALADINO 2011, 2013*, 2015 y 2019 (Criterios IOTF) (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).



2. Encuesta Nacional de Salud de España (ENSE) y Encuesta Europea de Salud en España (EESE)

2.1 Criterios IOTF

Tabla 5. Prevalencia de sobrepeso (datos auto-referidos, IOTF), según ENSE 2001-2017 y EESE 2009-2020. (*En EESE 2009 solo hay datos de 16-17 años)

ENSE/EESE	2001	2003	2006	2009*	2011	2014	2017	2020
2-5 años	12,7	15	14,9		12,9		13,1	
6-9 años	22,9	25,1	22,2		23,5		21,4	
10-14 años	21,1	19,5	20		19,2		21,4	
15-17 años*	13,7	14,4	17	18,3	16,3	15,9	15,4	17,8
Total	**18**	**19,6**	**18,7**		**18,3**		**18,3**	
Niños 2-5 años	12,6	13,1	13,5		12,9		12,4	
Niños 6-9 años	23,8	24,9	20,5		22,4		19	
Niños 10-14 años	23,6	21,5	23,6		21,9		22,9	
Niños 15-17 años *	16,6	18,3	21,3	22,1	19,8	17,7	17	19,9
Niños Total	**19,7**	**20,3**	**20,2**		**19,5**		**18,3**	
Niñas 2-5 años	12,8	17,1	16,4		13		13,8	
Niñas 6-9 años	22	25,2	23,9		24,7		23,9	
Niñas 10-14 años	18,5	17,3	15,9		16,2		19,7	
Niñas 15-17 años *	10,3	9,7	13,1	14,6	12,5	14,2	13,8	15,8
Niñas Total	**16,2**	**18,9**	**17,1**		**16,9**		**18,2**	

(*En EESE 2009 solo hay datos de 16-17 años)

Figura 13. Prevalencia de sobrepeso en menores de 18 años por sexo. ENSE 2001 - 2017. Criterios IOTF.

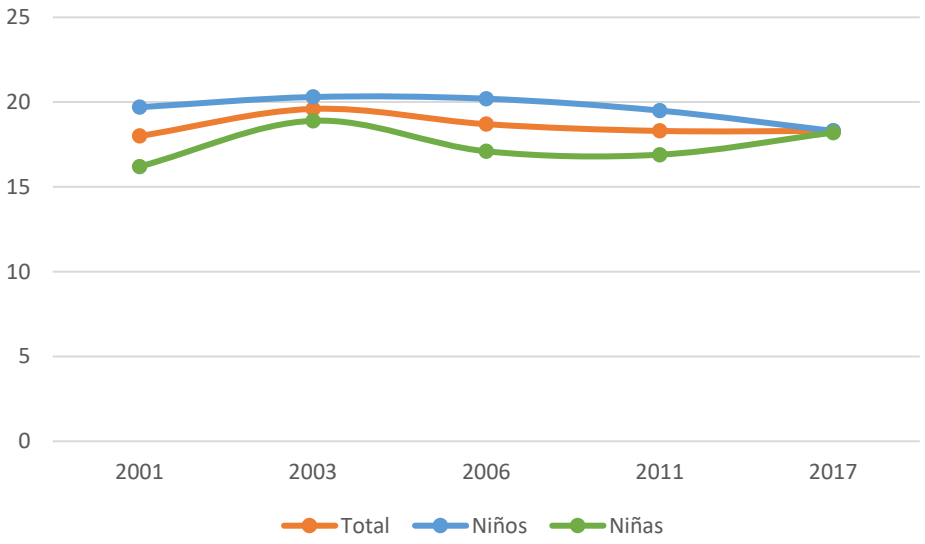


Figura 14. Prevalencia de sobrepeso en menores de 18 años por grupos de edad. Ambos sexos. ENSE 2001 – 2017. EESE 2009-2020. Criterios IOTF. (En EESE 2009 solo hay datos de 16-17 años)

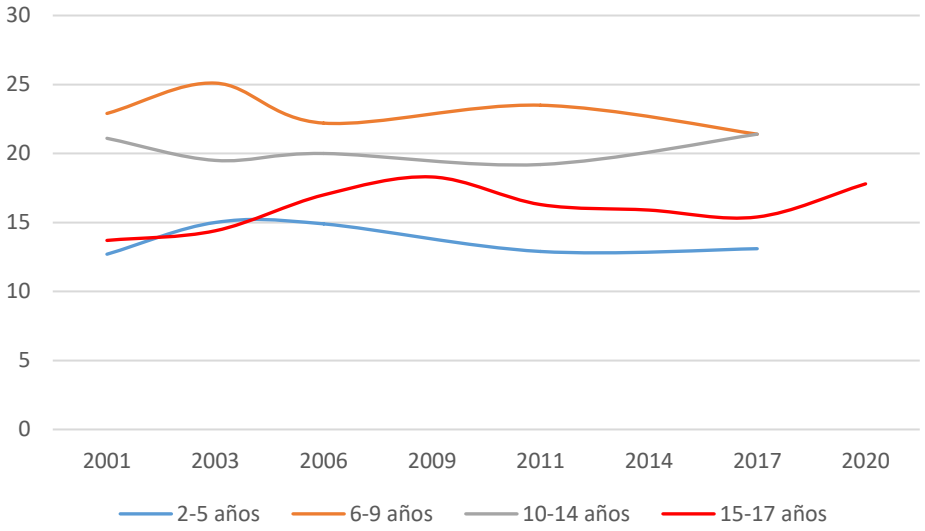
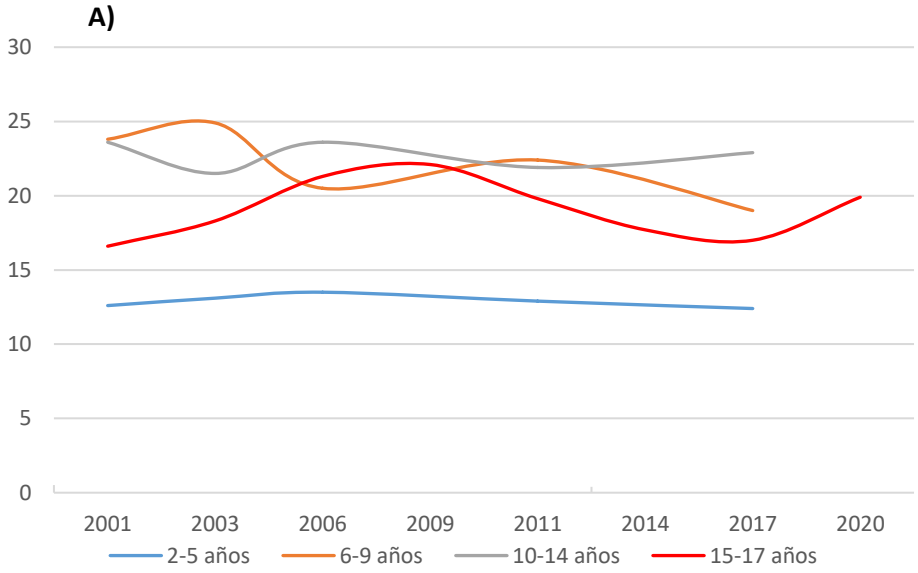
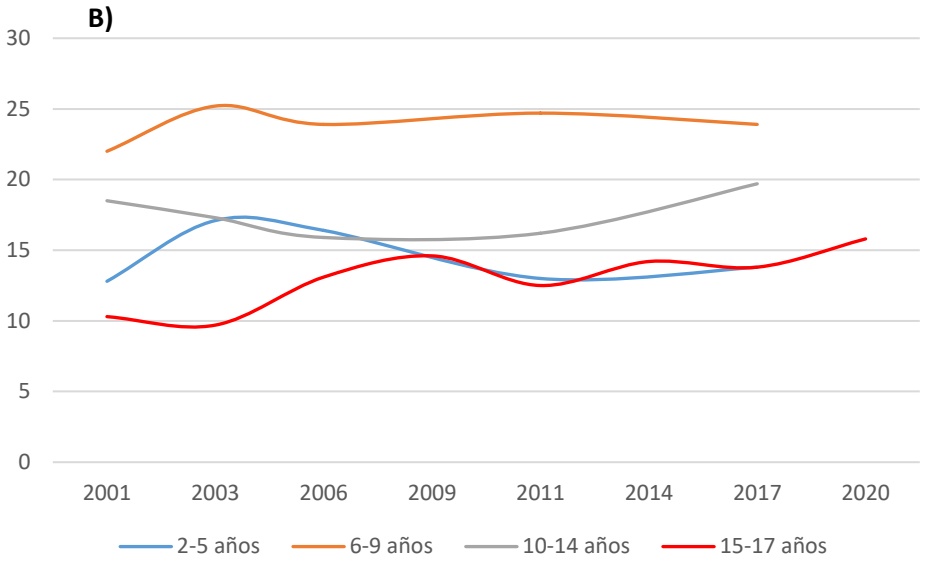


Figura 15. Prevalencia de sobrepeso en menores de 18 años por grupos de edad y sexo. A) Niños B) Niñas. ENSE 2001 - 2020. Criterios IOTF. (En EESE 2009 solo hay datos de 16-17 años)





2.2 Criterios OMS

Tabla 6. Prevalencia de sobrepeso (datos auto-referidos, OMS), según ENSE 2001-2017 y EESE 2009-2020. (*En EESE 2009 solo hay datos de 16-17 años)

ENSE/EESE	2001	2003	2006	2009*	2011	2014	2017	2020
2-5 años	12	14,3	11,9		12,5		12,8	
6-9 años	25,2	27,5	23,9		24,8		22,4	
10-14 años	26	24,7	24,5		25,1		26,5	
15-17 años	15,3	17	18,7	19,5	20	20,1	15,2	18,7
Total	**20,6**	**22,5**	**20,4**		**21,3**		**20,1**	
Niños 2-5 años	13,4	14,2	11,3		11,2		14,2	
Niños 6-9 años	21,9	27,4	23,5		26		20,5	
Niños 10-14 años	31,6	27,8	26,4		28,3		27,7	
Niños 15-17 años	18,7	21	22,3	24,9	23,3	23,6	16,3	20,4
Niños Total	**23**	**24,1**	**21,7**		**22,9**		**20,5**	
Niñas 2-5 años	10,7	14,4	12,5		13,9		11,4	
Niñas 6-9 años	28,6	27,5	24,3		23,5		24,3	
Niñas 10-14 años	20,1	21,4	22,3		21,7		25,2	
Niñas 15-17 años	11,4	12,2	15,5	14,2	16,4	16,5	13,9	17,1
Niñas Total	**18,1**	**20,8**	**19,1**		**19,5**		**19,7**	

Figura 16. Prevalencia de sobrepeso en menores de 18 años por sexo. ENSE 2001 - 2017. Criterios OMS.

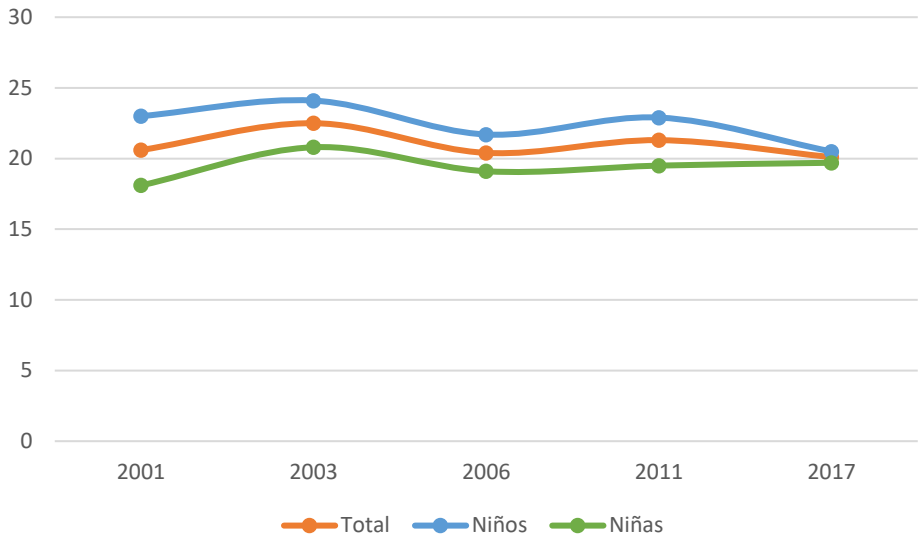


Figura 17. Prevalencia de sobrepeso en menores de 18 años por grupos de edad. Ambos sexos. ENSE 2001 – 2017. EESE 2009-2020. Criterios OMS. (En EESE 2009 solo hay datos de 16-17 años)

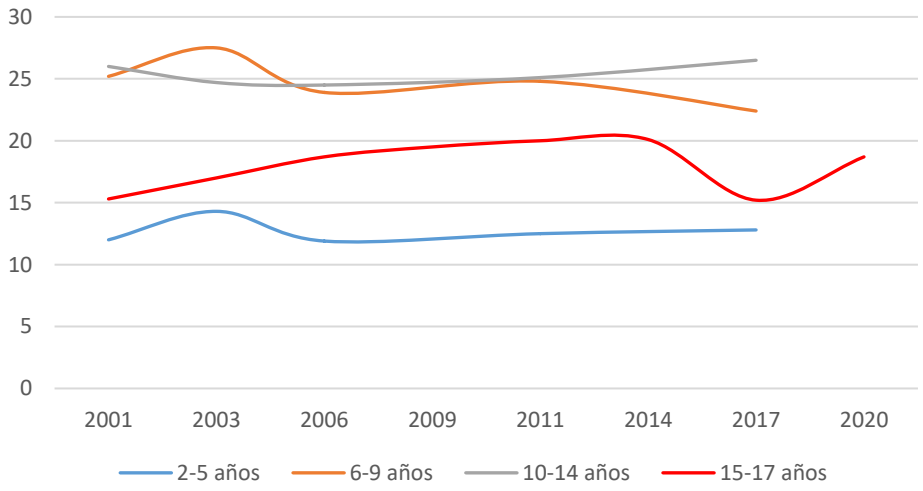
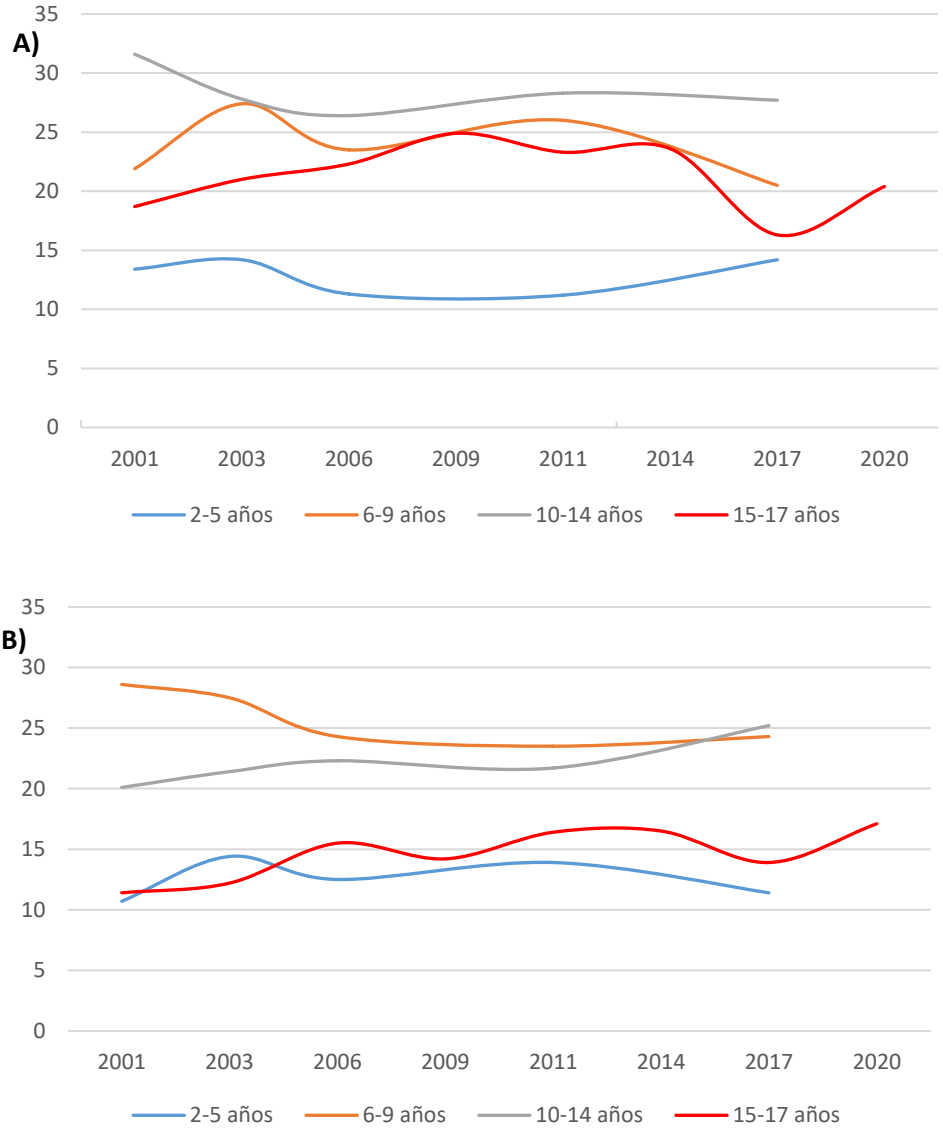


Figura 18. Prevalencia de sobrepeso en menores de 18 años por grupos de edad y sexo. A) Niños B) Niñas. ENSE /EESE 2001 - 2020. Criterios OMS. (En EESE 2009 solo hay datos de 16-17 años)



Prevalencia de obesidad en menores de 18 años

DEFINICIONES:

- Definición de obesidad de la Organización Mundial de la Salud (OMS):

IMC con valores superiores a los establecidos por las tablas de referencia de puntuación-Z de la OMS (>2 desviaciones estándar de la puntuación Z).

- Definición de obesidad de la International Obesity Task Force (IOTF):

Valores de IMC para cada sexo que se corresponden con el valor de 30 kg/m^2 del adulto, según las tablas de Cole et al.

1. Estudio ALADINO (Estudio de ALimentación, Actividad física, Desarrollo INfantil y Obesidad)

1.1 Criterios OMS

Tabla 7. Prevalencia de obesidad (datos medidos, OMS) en escolares de 6 a 9 años por sexo y grupos de edad-Estudios ALADINO 2011-2013*-2015-2019 (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).

	Niños				Niñas				Total			
	2011	2013	2015	2019	2011	2013	2015	2019	2011	2013	2015	2019
6 años	16,4	-	15,8	14,6	13,6	-	13,9	12,3	15,0	-	14,9	13,4
7 años	22,1	19,9	19,4	19,1	16,0	15,4	16,7	14,3	19,1	17,6	18,1	16,8
8 años	21,5	23,1	21,8	21,2	16,3	15,6	15,2	17,4	19,0	19,3	18,6	19,4
9 años	23,2	-	25,0	22,4	16,2	-	17,3	15,8	19,8	-	21,2	19,2
Total	**20,9**	**21,4**	**20,4**	**19,4**	**15,5**	**15,5**	**15,8**	**15,0**	**18,3**	**18,4**	**18,1**	**17,3**

Figura 19. Prevalencia de obesidad en escolares de 6-9 años en ALADINO 2011, 2013*, 2015 y 2019 (Criterios OMS) (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).

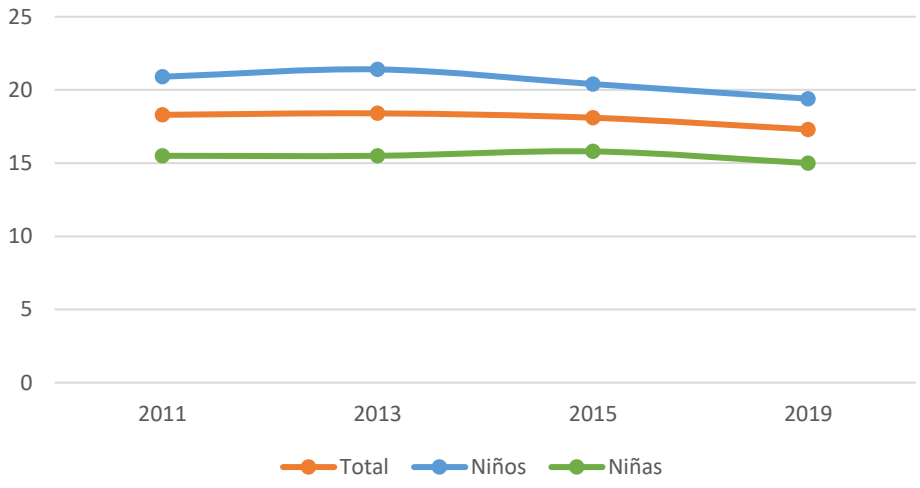


Figura 20. Prevalencia de obesidad en escolares por grupo de edad para el total de escolares en ALADINO 2011, 2013*, 2015 y 2019 (Criterios OMS) (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).

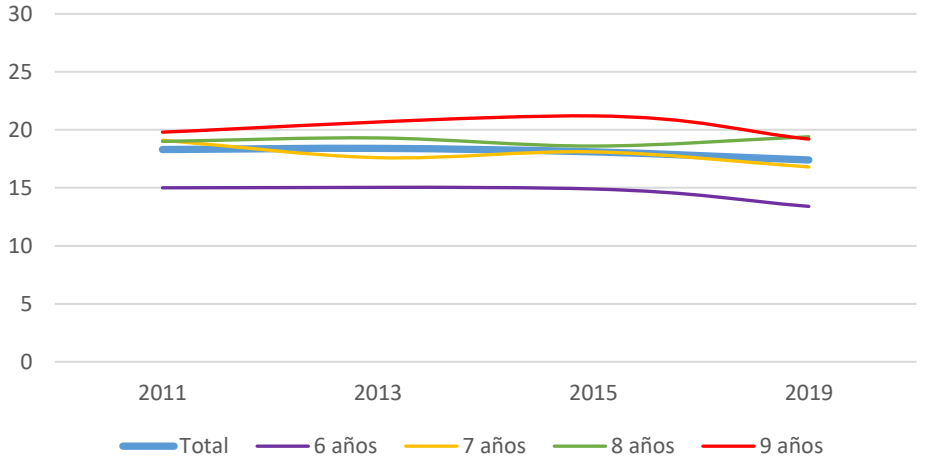
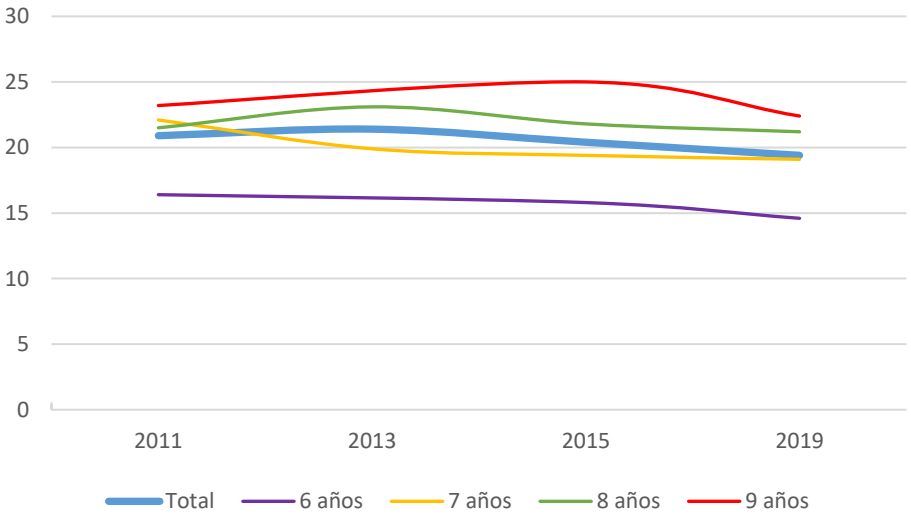
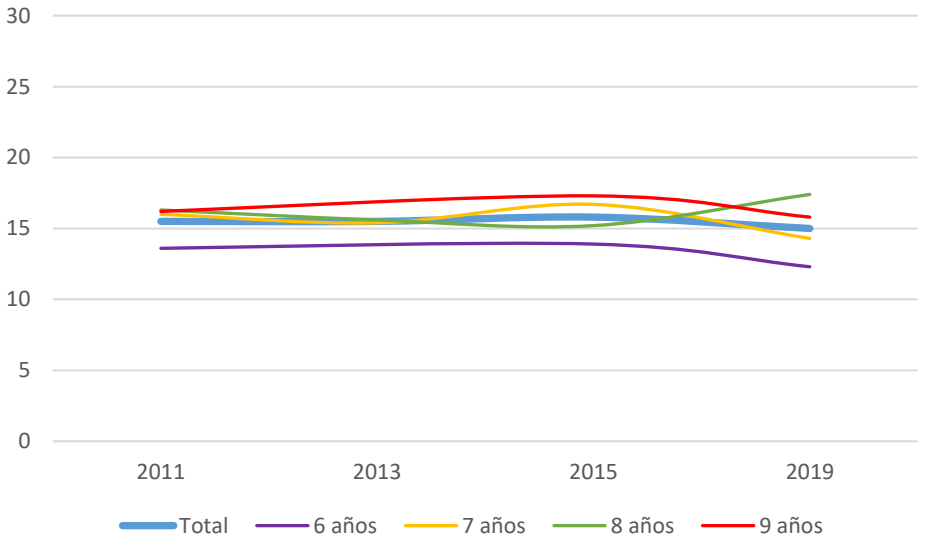


Figura 21. Prevalencia de obesidad en escolares por grupo de edad y sexo (A: niños; B niñas) en ALADINO 2011, 2013*, 2015 y 2019 (Criterios OMS) (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).

A)



B)



1.2 IOTF

Tabla 8. Prevalencia de obesidad (datos medidos, IOTF) en escolares de 6 a 9 años por sexo y grupos de edad-Estudios ALADINO 2011-2013*-2015-2019 (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).

	Niños (%)				Niñas (%)				Total (%)			
	2011	2013	2015	2019	2011	2013	2015	2019	2011	2013	2015	2019
6 años	9,9	-	8,7	9,0	10,9	-	11,8	10,9	10,4	-	10,2	9,9
7 años	12,8	10,2	11,5	10,3	12,0	11,2	13,1	11,9	12,4	10,7	12,3	11,1
8 años	10,1	10,7	11,5	12,4	10,8	9,9	11,1	12,7	10,4	10,3	11,3	12,5
9 años	10,7	-	10,7	10,2	11,2	-	11,1	10,0	10,9	-	10,9	10,1
Total	**10,9**	**10,4**	**10,6**	**10,5**	**11,2**	**10,7**	**11,8**	**11,4**	**11,0**	**10,5**	**11,2**	**10,9**

Figura 22. Prevalencia de obesidad en escolares de 6-9 años en ALADINO 2011, 2013*, 2015 y 2019 (Criterios IOTF) (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).

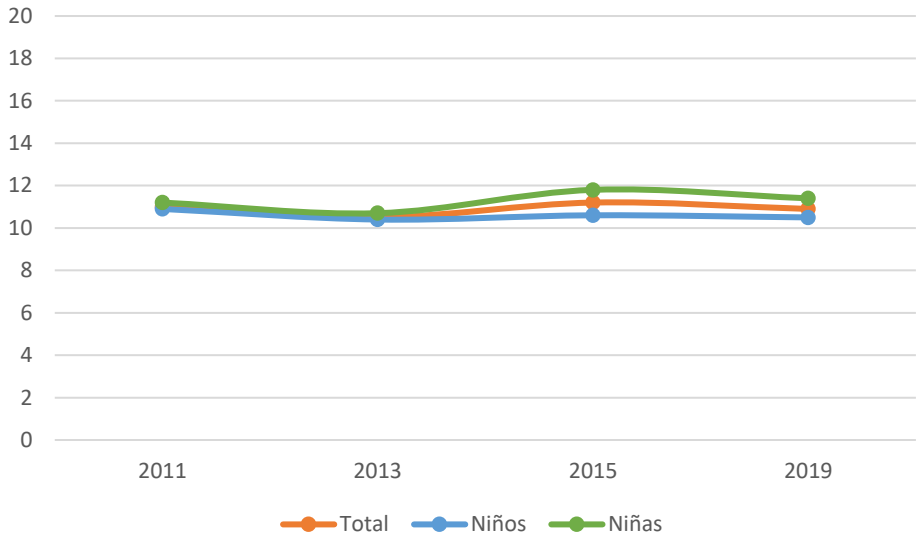


Figura 23. Prevalencia de obesidad en escolares por grupo de edad para el total de escolares en ALADINO 2011, 2013*, 2015 y 2019 (Criterios IOTF) (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).

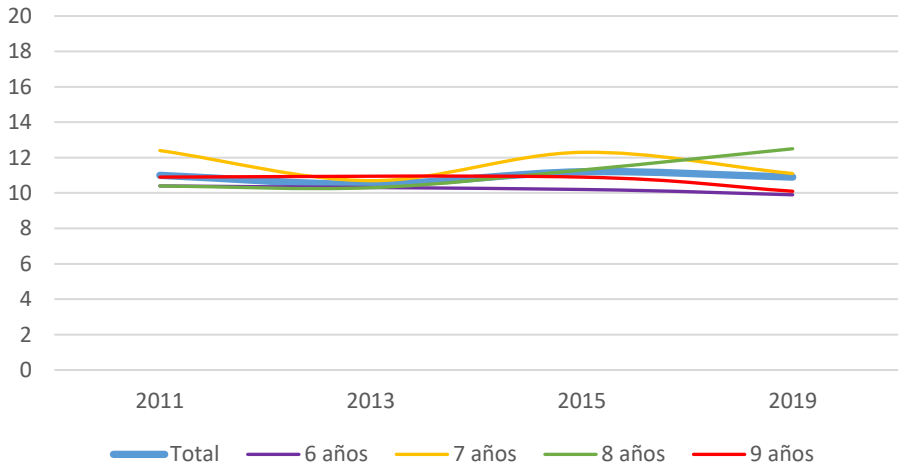
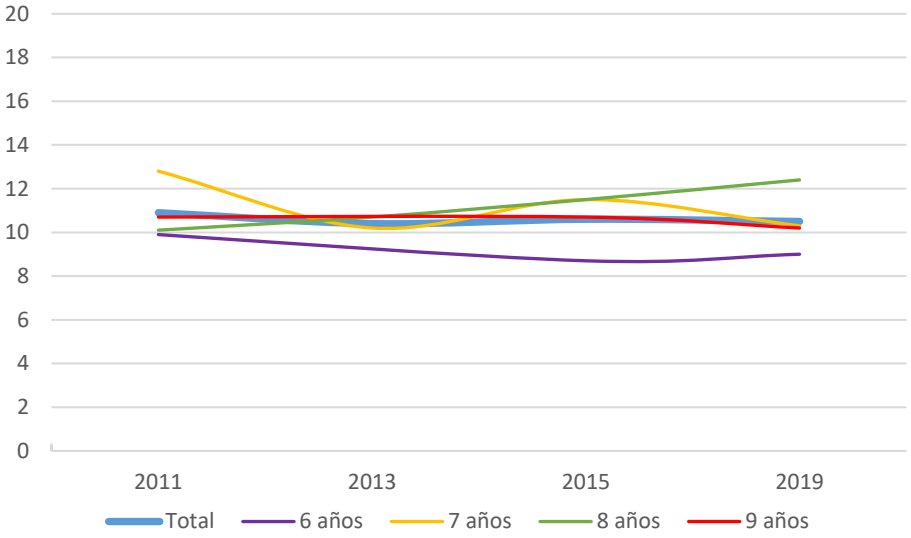
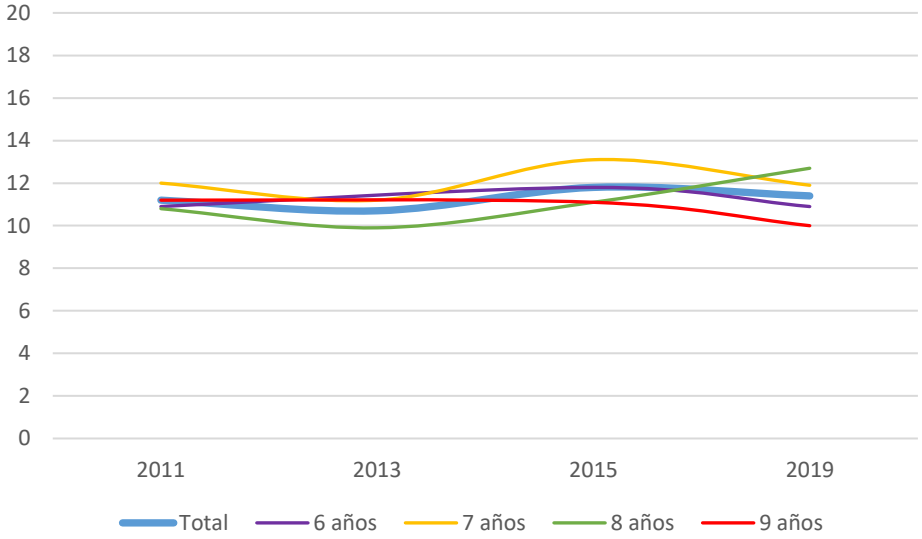


Figura 24. Prevalencia de obesidad en escolares por grupo de edad y sexo (A: niños; B niñas) en ALADINO 2011, 2013*, 2015 y 2019 (Criterios IOTF) (*En el estudio ALADINO 2013 solo participaron escolares de 7 y 8 años).

A)



B)



2. Encuesta Nacional de Salud de España (ENSE) y Encuesta Europea de Salud en España (EESE)

2.1 Criterios IOTF

Tabla 9. Prevalencia de obesidad (datos auto-referidos, IOTF), según ENS 2001-2017 EESE 2009-2020. (En EESE 2009 solo hay datos de 16-17 años)

ENSE/EESE	2001	2003	2006	2009*	2011	2014	2017	2020
2-5 años	23,8	20,1	16,6		18,8		20,2	
6-9 años	16,7	13,8	14,1		13,7		14,9	
10-14 años	4,2	3,1	5,1		3,7		4,7	
15-17 años	2,5	2,5	2,2	3,7	1,9	2,4	3,2	2,9
Total	**10,4**	**9,8**	**8,9**		**9,6**		**10,3**	
Niños 2-5 años	23,5	19,3	15,8		17,8		19,1	
Niños 6-9 años	18,4	14,4	14,2		13,4		14,7	
Niños 10-14 años	4,8	3,3	6,1		4,3		5,2	
Niños 15-17 años	3,2	3,9	1,8	3,7	2,4	2,7	4,1	1,7
Niños Total	**11**	**9,9**	**9,1**		**9,6**		**10,4**	
Niñas 2-5 años	24,1	21	17,6		19,8		21,3	
Niñas 6-9 años	14,9	13,1	14,1		14,1		15	
Niñas 10-14 años	3,6	2,9	3,9		3		4,1	
Niñas 15-17 años	1,6	0,7	2,6	3,8	1,3	2,1	2,2	4
Niñas Total	**9,8**	**9,6**	**8,7**		**9,6**		**10,2**	

Figura 25. Prevalencia de obesidad en menores de 18 años por sexo. ENSE 2001 - 2017. Criterios IOTF

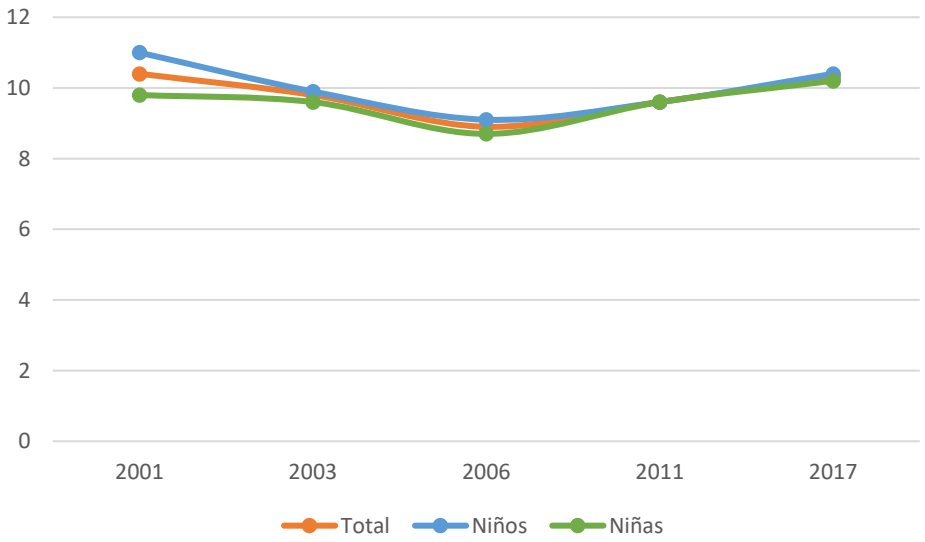


Figura 26. Prevalencia de obesidad en menores de 18 años por grupos de edad. Ambos sexos. ENSE 2001 - 2017. EESE 2009-2020. Criterios IOTF. (En EESE 2009 solo hay datos de 16-17 años)

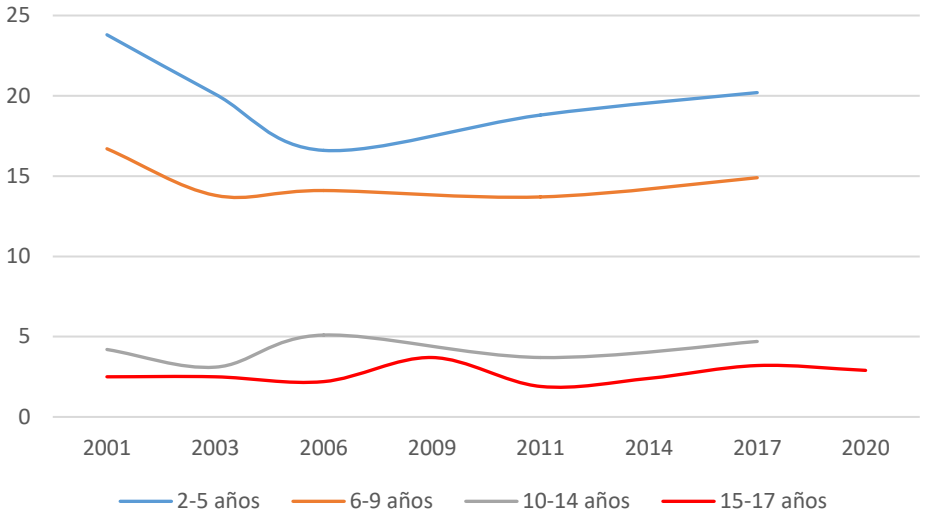
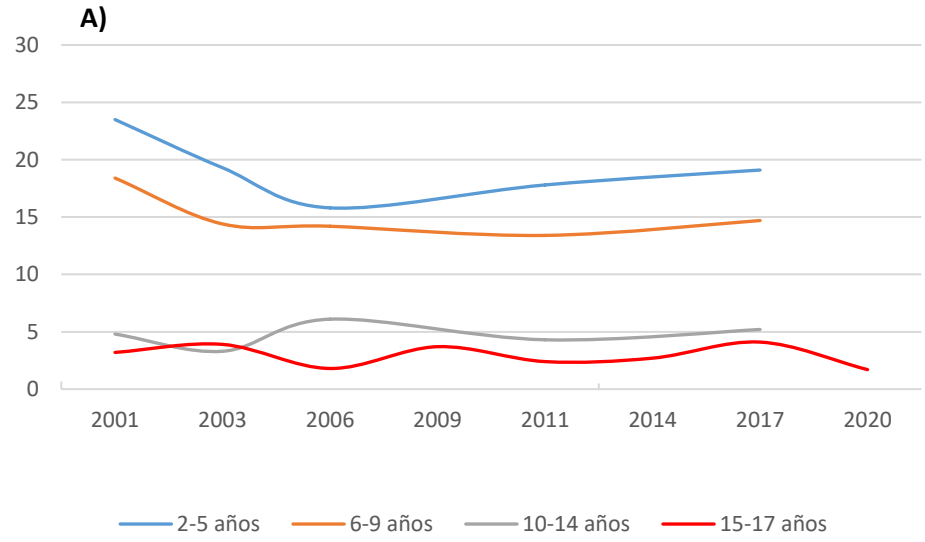
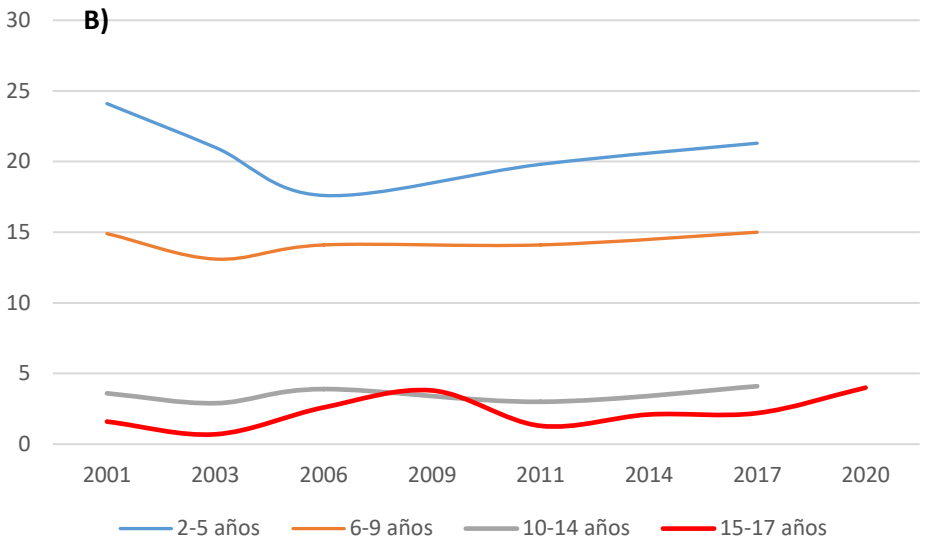


Figura 27. Prevalencia de obesidad en menores de 18 años por grupos de edad y sexo. A) Niños B) Niñas. ENSE 2001 - 2017. EESE 2009-2020 Criterios IOTF. (En EESE 2009 solo hay datos de 16-17 años)





2.2 Criterios OMS

Tabla 10. Prevalencia de obesidad (datos auto-referidos, OMS), según ENSE 2001-2017 y EESE 2009-2020. (En EESE 2009 solo hay datos de 16-17 años)

ENSE/EESE	2001	2003	2006	2009*	2011	2014	2017	2020
2-5 años	15,8	15,7	10,9		12,2		13,5	
6-9 años	24,2	21,3	22,6		23,6		21,3	
10-14 años	10,6	8,6	11,1		8,9		9,7	
15-17 años	3,1	3	3,2	5,2	3,1	3,4	4,9	5,2
Total	**12,6**	**13,2**	**11,8**		**12,4**		**12,3**	
Niños 2-5 años	15,3	14,2	11,6		11,6		11,9	
Niños 6-9 años	30,7	24,8	24,6		25,2		22,2	
Niños 10-14 años	12,6	11,3	15,3		12,2		12,7	
Niños 15-17 años	4,3	4,6	3,6	6,2	4,7	4,7	5,7	5,2
Niños Total	**14,9**	**15**	**14,1**		**14,1**		**13,3**	
Niñas 2-5 años	16,2	17,3	10,1		12,8		15,3	
Niñas 6-9 años	17,3	17,7	20,6		21,9		20,3	
Niñas 10-14 años	8,5	5,8	6,4		5,3		6,6	
Niñas 15-17 años	1,8	1	2,8	4,2	1,3	2,1	4	5,3
Niñas Total	**10,3**	**11,3**	**9,4**		**10,5**		**11,3**	

Figura 28. Prevalencia de obesidad en menores de 18 años por sexo. ENSE 2001 - 2017. Criterios OMS

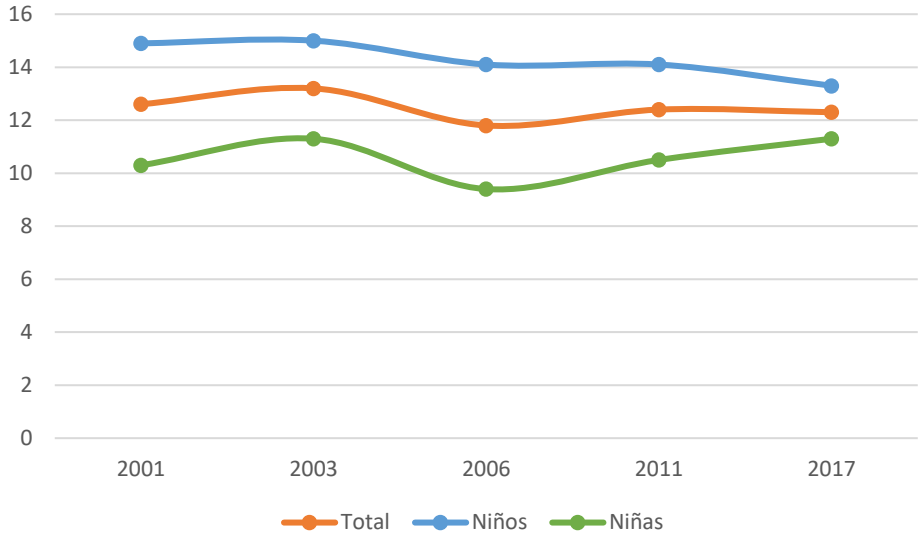


Figura 29. Prevalencia de obesidad en menores de 18 años por grupos de edad. Ambos sexos. ENSE 2001 - 2017. EESE 2009-2020. Criterios OMS. (En EESE 2009 solo hay datos de 16-17 años)

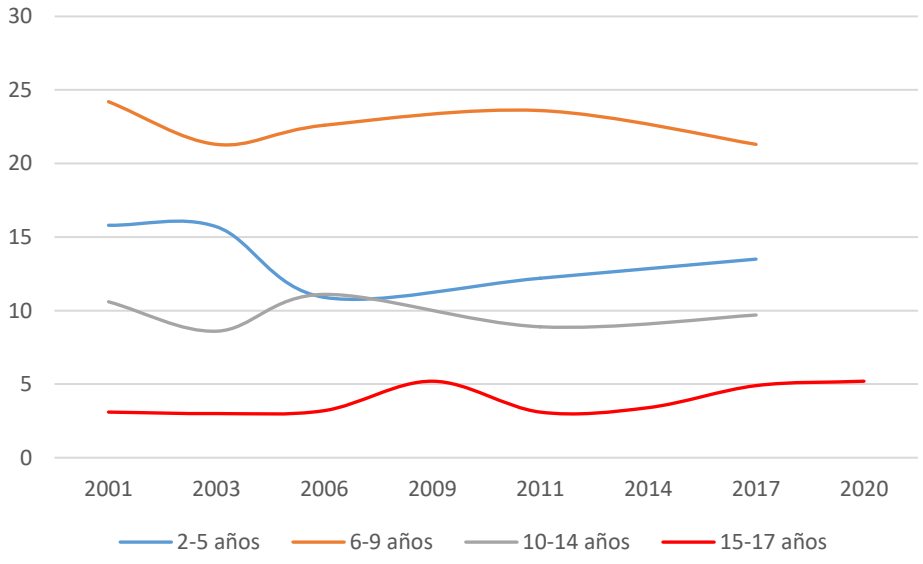
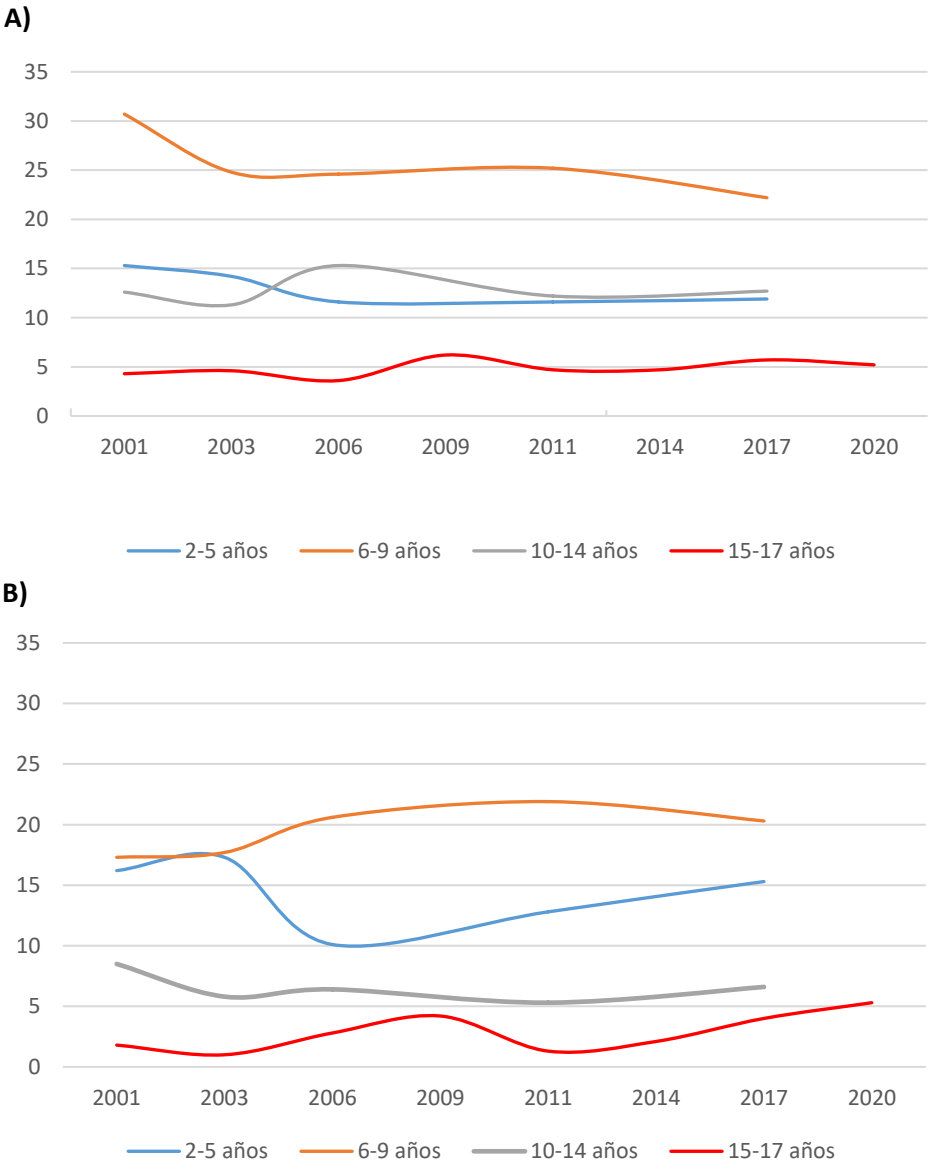


Figura 30. Prevalencia de obesidad en menores de 18 años por grupos de edad y sexo. A) Niños B) Niñas. ENSE 2001 - 2017. EESE 2009-2020 Criterios OMS. (En EESE 2009 solo hay datos de 16-17 años)



Prevalencia de sedentarismo en el tiempo libre en adultos

DEFINICIONES:

• Sedentarismo: declarar que no se realiza normalmente ejercicio físico y que el tiempo libre se ocupa de forma casi completamente sedentaria (leer, ver la televisión, ir al cine…)

Tabla 11. Prevalencia de sedentarismo en el tiempo libre por grupos de edad. Totales y por sexo. Encuesta nacional de salud de España (ENSE) 2011 y 2017. Encuesta europea de salud en España (EESE) 2014 y 2020.

	Hombres (%)				Mujeres (%)				Total (%)			
	2011	2014	2017	2020	2011	2014	2017	2020	2011	2014	2017	2020
18-24 años	24	18,5	27	19,9	52,1	38,9	37,4	34,2	38,1	28,4	32,1	26,7
25-34 años	35	25,1	29,3	26,1	48	40,1	39,9	39,2	41,4	32,6	34,6	32,7
35-44 años	38,9	30,3	34,9	32,2	50,2	39,7	43,2	39	44,5	35	39	35,6
45-54 años	46,3	35,9	39,1	35	45,7	38,1	35,2	36,5	46	37	37,2	35,7
55-64 años	43,1	33,8	34,4	35,9	43,5	38,3	37,1	35,6	43,3	36,1	35,8	35,7
65-74 años	36	30,1	28,9	33,1	47,5	37,5	38,8	39,2	42,2	34,1	34,1	36,4
75-84 años	49,5	44,7	38,5	43,2	60,8	61,9	58,7	55,4	56,2	54,8	50,2	49,8
85 y más años	66,2	62,4	58,7	60,2	82,6	82,1	76,2	79	76,9	75,1	70,3	72,5
Total	**39,7**	**31,6**	**34,3**	**33**	**50**	**42,5**	**42,1**	**40,8**	**45**	**37,2**	**38,3**	**37**

Figura 31. Prevalencia de sedentarismo en el tiempo libre. ENSE 2001, 2011 y 2017. EESE 2014-2020

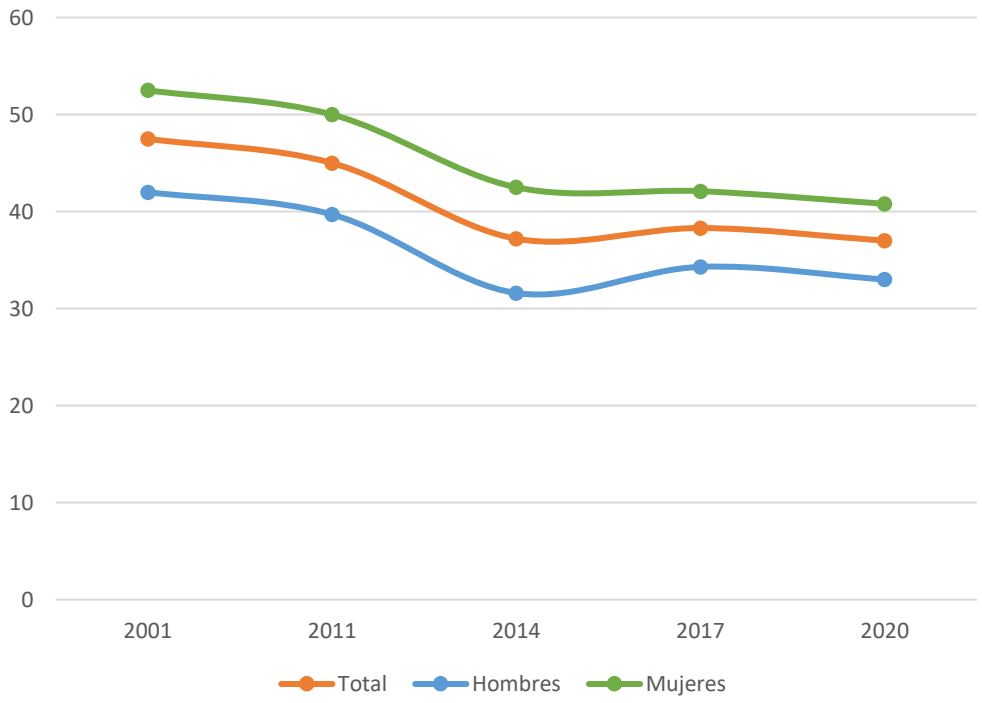


Figura 32. Prevalencia de sedentarismo en el tiempo libre por grupos de edad. Ambos sexos. ENSE 2001, 2011 y 2017. EESE 2014 y 2020

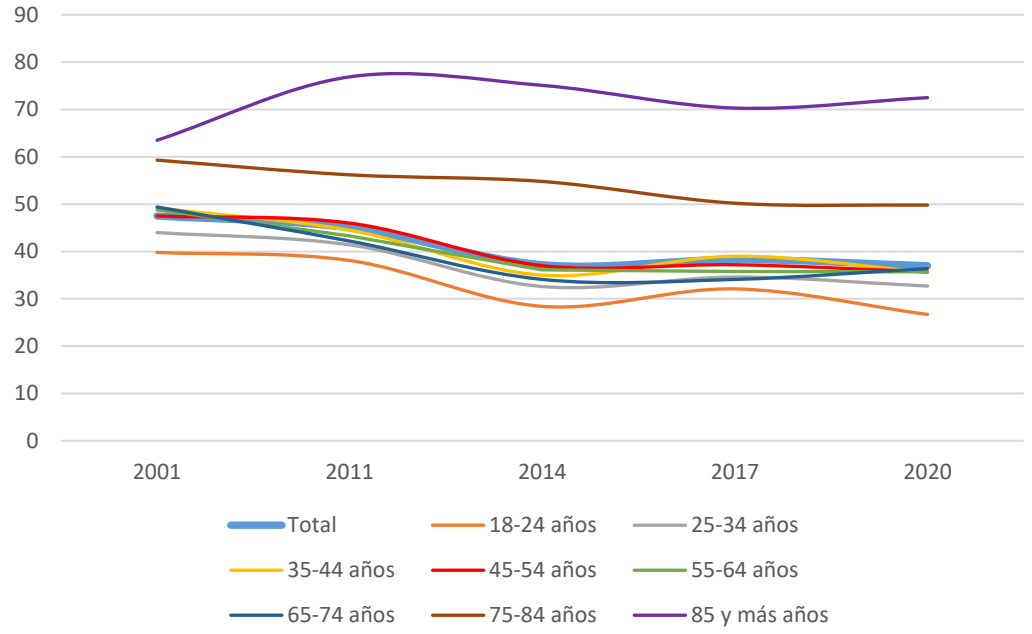
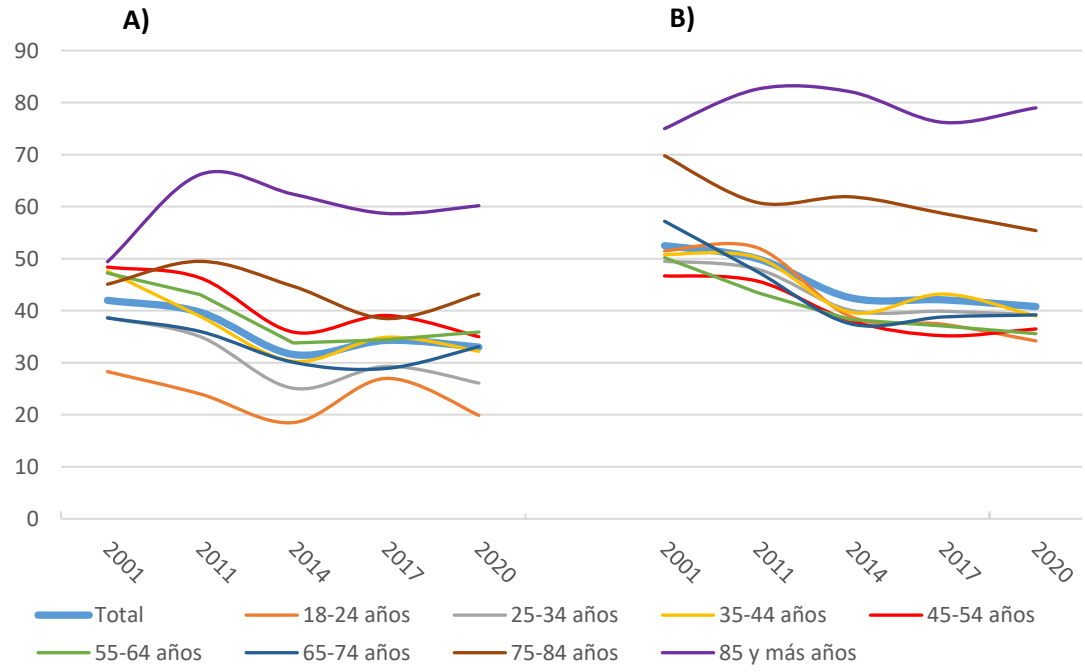


Figura 33. Prevalencia de sedentarismo en el tiempo libre por grupos de edad. A) Hombres. B) Mujeres. ENSE 2001, 2011 y 2017. EESE 2014 y 2020



Prevalencia de sedentarismo en el tiempo libre en menores de 18 años

DEFINICIONES:

• Sedentarismo: declarar que no se realiza normalmente ejercicio físico y que el tiempo libre se ocupa de forma casi completamente sedentaria (leer, ver la televisión, ir al cine…)

Tabla 12. Prevalencia de sedentarismo en el tiempo libre por grupos de edad. Totales y por sexo. Encuesta nacional de salud de España (ENSE) 2001, 2006, 2011 y 2017. Encuesta Europea de Salud en España (EESE) 2014 y 2020

	Niños (%)						Niñas (%)						Total (%)					
	2001	2006	2011	2014	2017	2020	2001	2006	2011	2014	2017	2020	2001	2006	2011	2014	2017	2020
2-5 años	25,1	17,3	25,9		31,4		27,7	21,2	31,6		35,6		26,4	19,2	28,6		33,4	
6-9 años	8,7	6,3	7,8		9,9		9,4	11,4	12,6		13,5		9,1	8,9	10,1		11,7	
10-14 años	6,7	8,8	7,6		10,4		17,5	13,7	19,7		19,6		11,9	11,1	13,6		14,9	
15-17 años	16,5	8,3	14	17	16,3	13,3	40,1	23,6	41	29,3	36,8	27,2	27,5	15,7	26,3	23,1	26,2	20,4
Total	**13,3**	**10,5**	**13,6**		**16,4**		**22,4**	**15,8**	**24**		**25,3**		**17,7**	**13,1**	**18,6**		**20,7**	

Figura 34. Prevalencia de sedentarismo en el tiempo libre en menores de 18 años. ENSE 2001, 2006, 2011 y 2017.

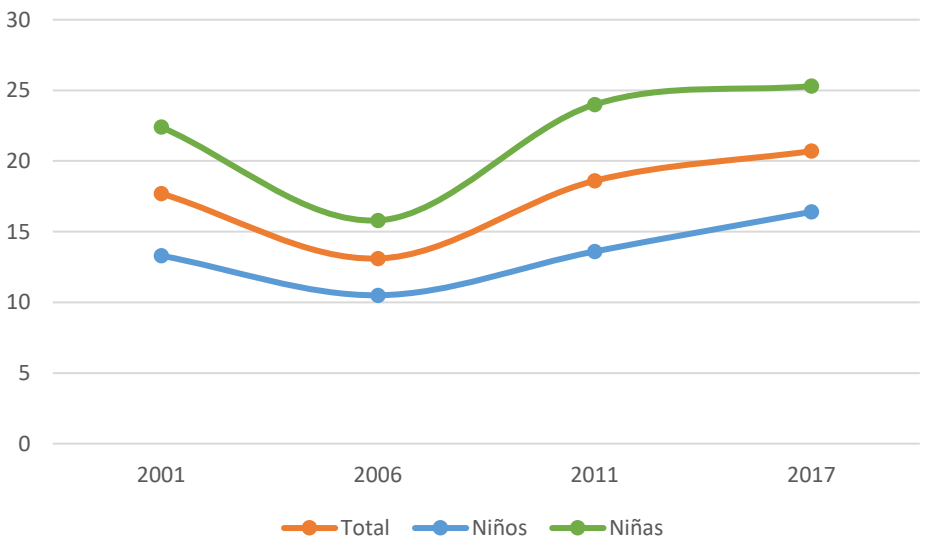


Figura 35. Prevalencia de sedentarismo en el tiempo libre por grupos de edad. Ambos sexos. ENSE 2001,2006, 2011 y 2017. EESE 2014 y 2020. (En ENSE 2006 solo datos en <16 años, en EESE solo datos >15 años)

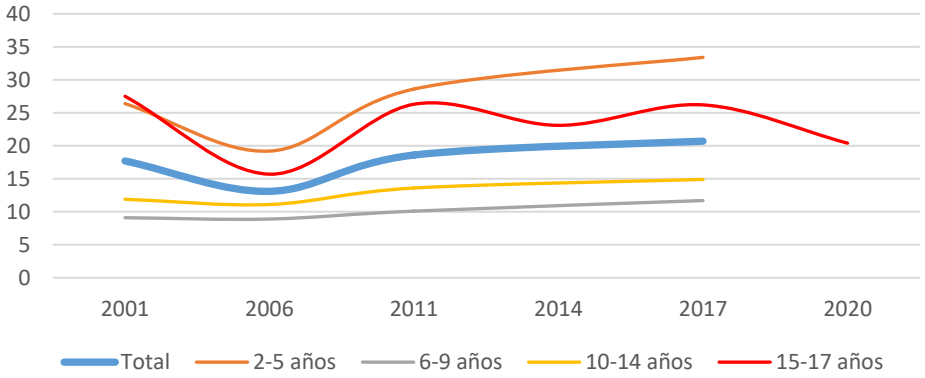
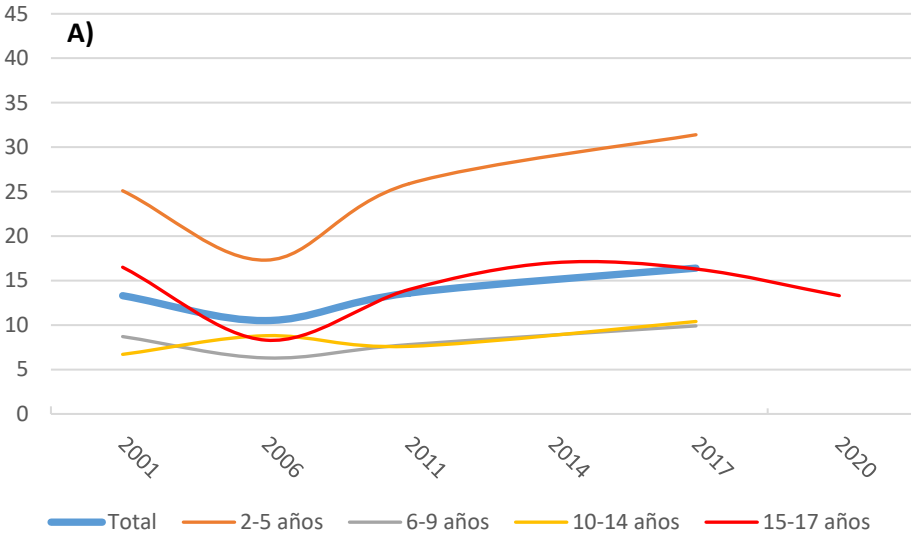
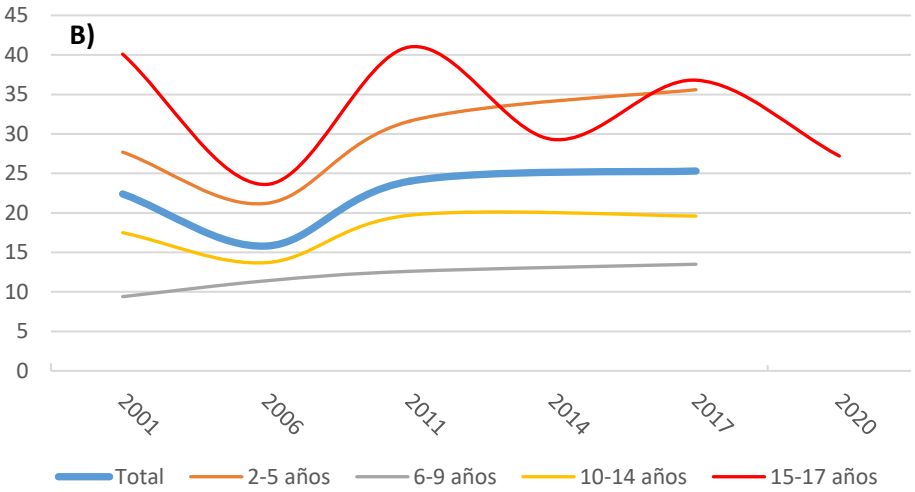


Figura 36. Prevalencia de sedentarismo en el tiempo libre por grupos de edad. A) Niños. B) Niñas. ENSE 2001, 2006, 2011 y 2017. EESE 2014 y 2020. (En ENSE 2006 solo datos en <16 años, en EESE solo datos >15 años)





Tiempo medio diario dedicado por los menores de 15 años a actividades sedentarias frente a una pantalla

DEFINICIONES:

- Tiempo dedicado por el menor a estar frente a una pantalla* (ordenador, tablet, televisión, vídeos, videojuegos, móvil…)

**NOTA En las encuestas de 2006 y 2011 se preguntó de forma separada por tiempo de TV y tiempo de otras pantallas, mientras que en 2017 se preguntó de forma conjunta. Para la elaboración del indicador en 2006 y 2011 se sumaron ambos tiempos, no siendo directamente comparable con 2017, y que podría explicar una parte del descenso observado.*

Tabla 13. Número de horas (media) delante de una pantalla (ordenador, tablet, televisión, vídeos, videojuegos, móvil...) entre semana y durante el fin de semana. Encuesta Nacional de salud de España (ENSE), 2006-2017.

	De lunes a viernes			En fin de semana		
	2006	2011	2017	2006	2011	2017
Ambos sexos 1-4 años	3,75	3,89	1,80	5,19	4,92	2,23
Ambos sexos 5-9 años	4,31	3,78	1,88	5,37	4,88	2,63
Ambos sexos 10-14 años	4,06	3,99	2,26	5,76	5,32	3,15
Ambos sexos (total)	**4,11**	**3,91**	**2,01**	**5,71**	**5,13**	**2,72**
Niños 1-4 años	4,14	3,72	1,82	16,3	5,41	4,84
Niños 5-9 años	4,31	3,84	1,97	3,10	5,24	5,08
Niños 10-14 años	4,12	3,86	2,26	2,50	5,87	5,28
Niños (total)	**4,17**	**3,83**	**2,05**	**6,5**	**5,65**	**5,16**
Niñas 1-4 años	3,08	4,22	1,77	4,65	5,08	2,23
Niñas 5-9 años	4,32	3,67	1,79	5,71	4,55	2,48
Niñas 10-14 años	3,95	4,15	2,26	5,59	5,37	3,08
Niñas (total)	**3,99**	**4,04**	**1,97**	**5,57**	**5,09**	**2,65**

Figura 37. Número de horas (media) delante de una pantalla (ordenador, tablet, televisión, vídeos, videojuegos, móvil...) de lunes a viernes en menores de 15 años, total y por sexo. ENSE, 2006-2017.

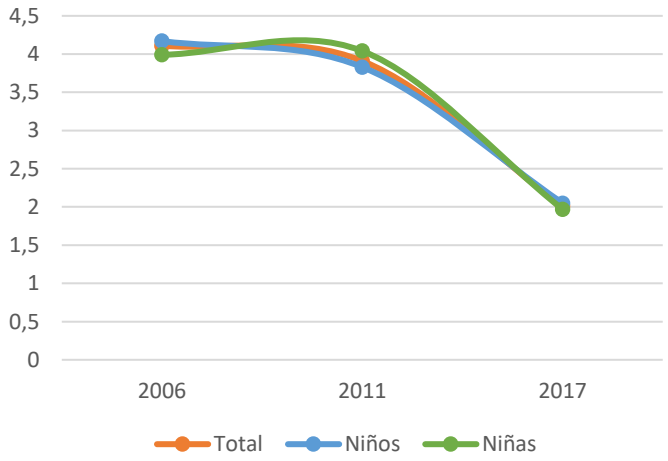


Figura 38. Número de horas (media) delante de una pantalla (ordenador, tablet, televisión, vídeos, videojuegos, móvil...) en fin de semana en menores de 15 años, total y por sexo. ENSE, 2006-2017*.

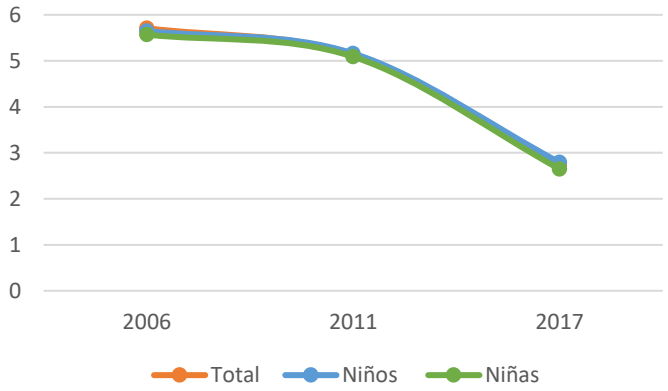


Figura 39. Número de horas (media) delante de una pantalla (ordenador, tablet, televisión, vídeos, videojuegos, móvil...) de lunes a viernes en menores de 15 años, por grupo de edad. ENSE, 2006-2017*.

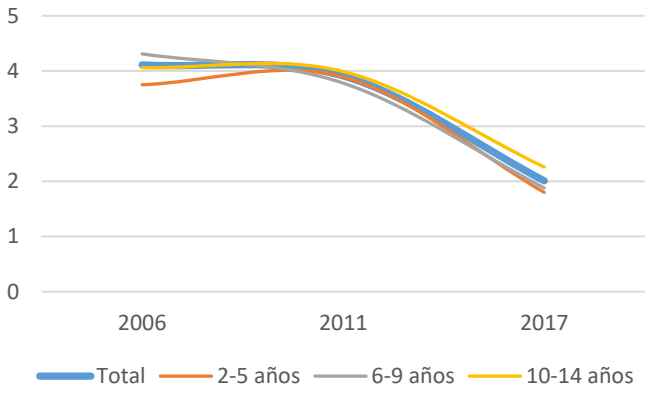


Figura 40. Número de horas (media) delante de una pantalla (ordenador, tablet, televisión, vídeos, videojuegos, móvil...) en fin de semana en menores de 15 años, por grupo de edad. ENSE, 2006-2017*.

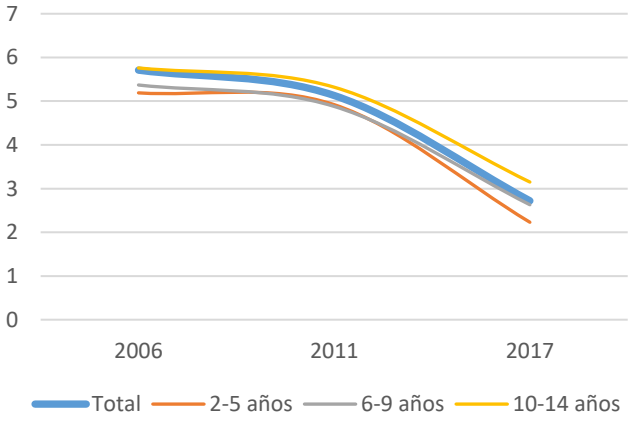


Figura 41. Número de horas (media) delante de una pantalla (ordenador, tablet, televisión, vídeos, videojuegos, móvil...) de lunes a viernes en menores de 15 años, por grupo de edad y sexo. ENSE, 2006-2017*.A) Niños. B) Niñas.

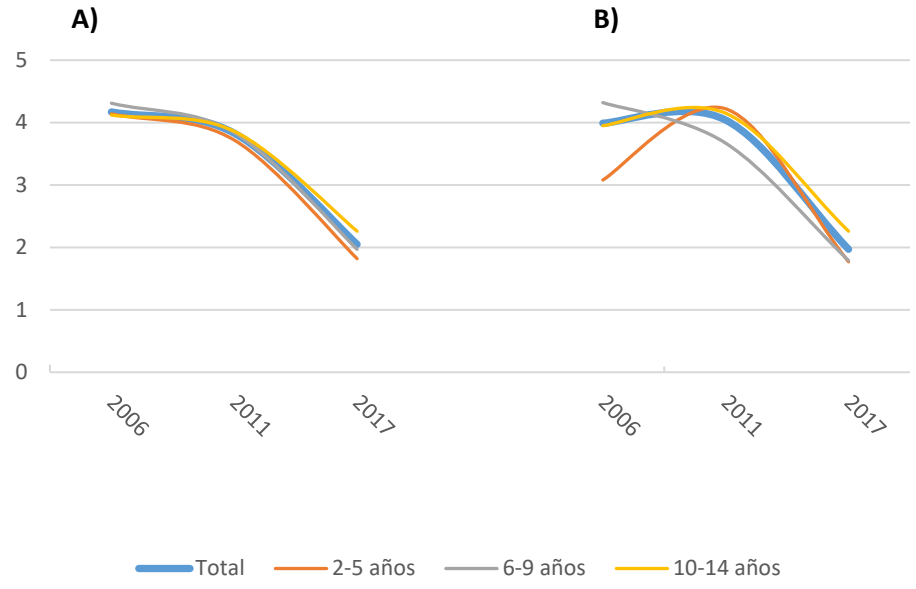
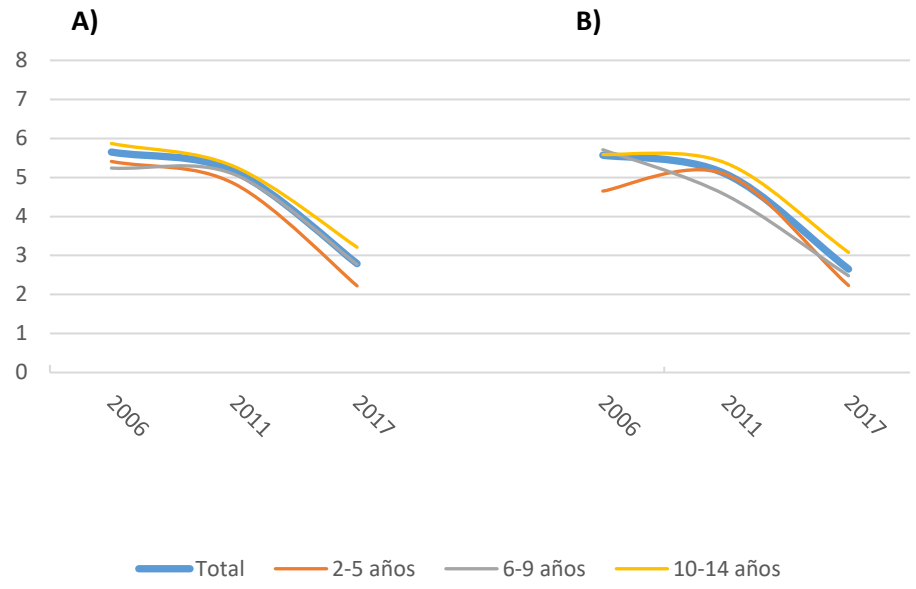


Figura 42. Número de horas (media) delante de una pantalla (ordenador, tablet, televisión, vídeos, videojuegos, móvil...) en fin de semana en menores de 15 años, por grupo de edad y sexo. ENSE, 2006-2017*. A) Niños. B) Niñas.



Porcentaje de personas con 15 o más años que practican alguna actividad físico-deportiva

DEFINICIONES:

- Se incluye la realización de cualquier actividad físico-deportiva, bien sean de corte tradicional y federativo como aquellas otras orientadas a la salud, recreación y mantenimiento,

Tabla 14. Porcentaje de personas según la frecuencia con la que practican deporte en el último año. Encuesta de hábitos deportivos, 2015

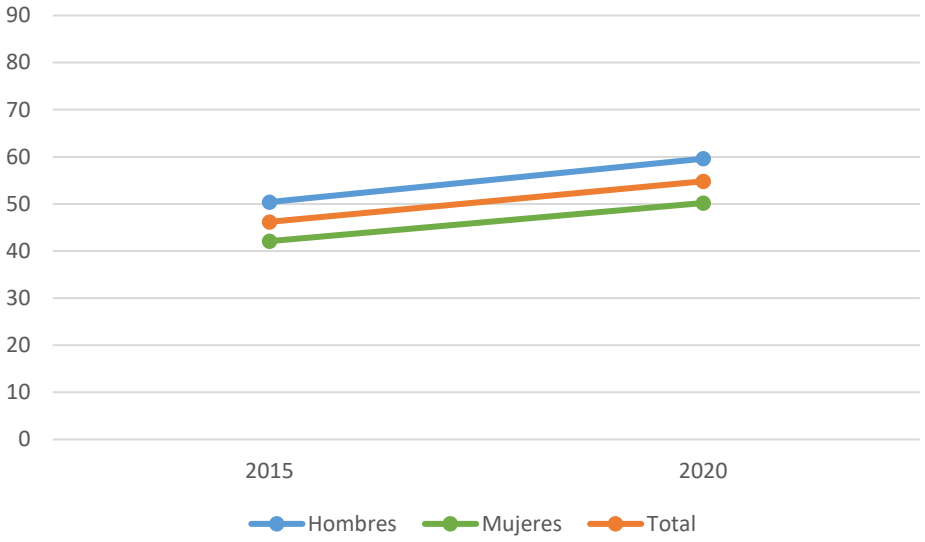
	Diario			≥ 1 vez/semana			≥ 1 /mes		
	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total
15-19 años	46,1	29,6	38,1	84,8	78,0	81,5	89,9	81,7	85,9
20-24 años	44,3	24,6	34,6	80,0	61,8	71,0	85,0	66,7	76,0
25-34 años	32,3	21,1	26,7	70,6	54,3	62,5	79,5	60,3	69,9
35-44 años	22,1	19,8	21,0	59,4	48,4	54,0	69,1	52,8	61,1
45-54 años	14,9	18,5	16,7	45,5	44,2	44,9	52,8	47,6	50,2
55-64 años	16,4	15,3	15,8	41,3	33,6	37,4	47,6	35,7	41,5
65-74 años	13,2	13,4	13,3	23,4	30,3	27,0	24,8	31,6	28,4
75 y más años	4,4	4,5	4,5	7,7	10,8	9,6	9,2	10,9	10,2
Total	**21,8**	**17,3**	**19,5**	**50,4**	**42,1**	**46,2**	**57,0**	**45,3**	**51,0**

Tabla 15. Porcentaje de personas según la frecuencia con la que practican deporte en el último año. Encuesta de hábitos deportivos, 2020 (*)

	Diario			≥ 1 vez/semana			≥ 1 /mes		
	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total
15-19 años	40,0	32,0	36,1	79,0	63,6	71,5	82,2	65,5	74,1
20-24 años	42,9	34,7	38,9	80,6	70,7	75,8	86,6	78,1	82,4
25-34 años	39,4	26,0	32,7	72,7	65,2	69,0	78,3	69,4	73,8
35-44 años	32,7	26,2	29,5	68,9	60,2	64,5	75,8	63,3	69,5
45-54 años	31,8	25,7	28,8	60,5	53,0	56,8	65,9	55,1	60,5
55-64 años	24,0	25,9	25,0	48,5	45,9	47,2	51,8	47,0	49,3
65-74 años	22,1	14,2	17,9	42,7	33,2	37,7	45,6	33,4	39,1
75 y más años	19,8	11,1	14,6	31,4	23,6	26,8	31,9	23,8	27,1
Total	**30,8**	**23,5**	**27,1**	**59,6**	**50,2**	**54,8**	**64,1**	**52,4**	**58,1**

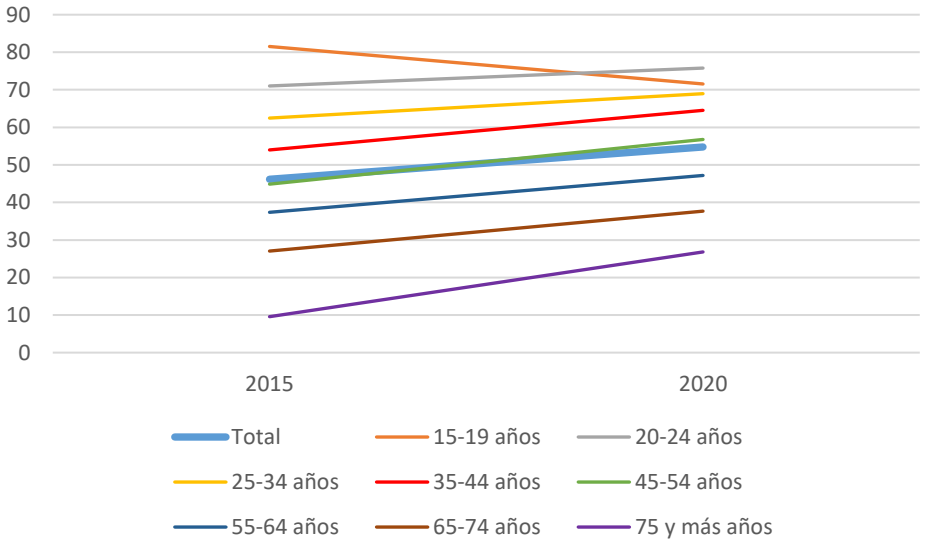
(*) Todos los datos están afectados por errores de muestreo, especialmente significativos en los casos subrayados en la tabla. Para una correcta interpretación de los resultados ha de tenerse en cuenta que en la edición 2020, condicionada por COVID-19, solo se alcanzó el 43% de la muestra prevista.

Figura 43. Porcentaje de personas que practican deporte al menos una vez por semana, por sexo. Encuesta hábitos deportivos 2015 y 2020*.



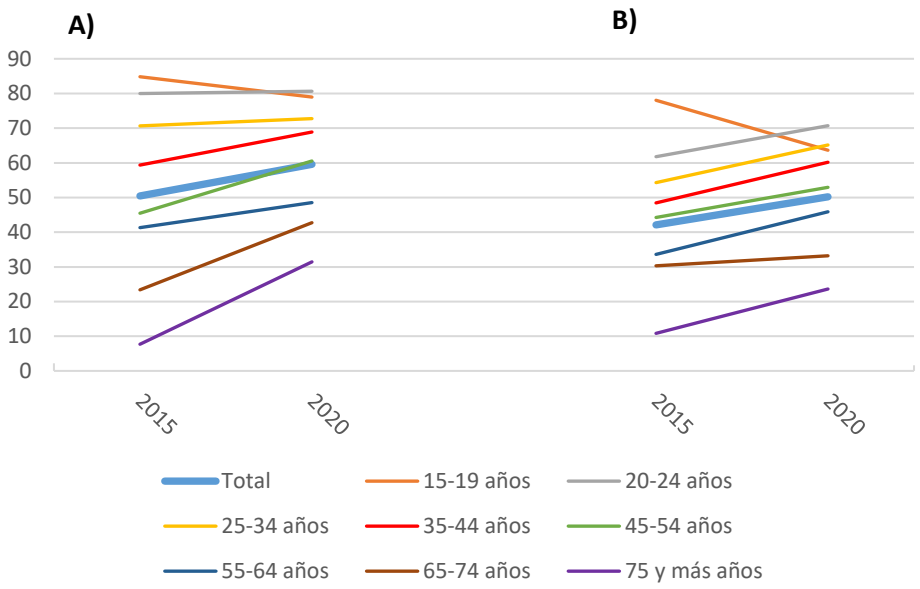
* Para una correcta interpretación de los resultados ha de tenerse en cuenta que en la edición 2020, condicionada por COVID-19, solo se alcanzó el 43% de la muestra prevista.

Figura 44. Porcentaje de personas que practican deporte al menos una vez por semana por grupo de edad. Encuesta hábitos deportivos 2015 y 2020*.



*Para una correcta interpretación de los resultados ha de tenerse en cuenta que en la edición 2020, condicionada por COVID-19, solo se alcanzó el 43% de la muestra prevista.

Figura 45. Porcentaje de personas que practican deporte al menos una vez por semana por grupo de edad y sexo. A) Hombres; B Mujeres. Encuesta hábitos deportivos 2015 y 2020*



*Para una correcta interpretación de los resultados ha de tenerse en cuenta que en la edición 2020, condicionada por COVID-19, solo se alcanzó el 43% de la muestra prevista.

Porcentaje de personas con 15 o más años que pasean para mantener o mejorar su forma física

DEFINICIONES:

• Andar o pasear al menos diez minutos seguidos con el propósito de mantener o mejorar la forma física

Tabla 16. Porcentaje de personas según la frecuencia con que suelen andar o pasear al menos diez minutos seguidos con el propósito de mantener o mejorar la forma física- Encuesta hábitos deportivos, 2015.

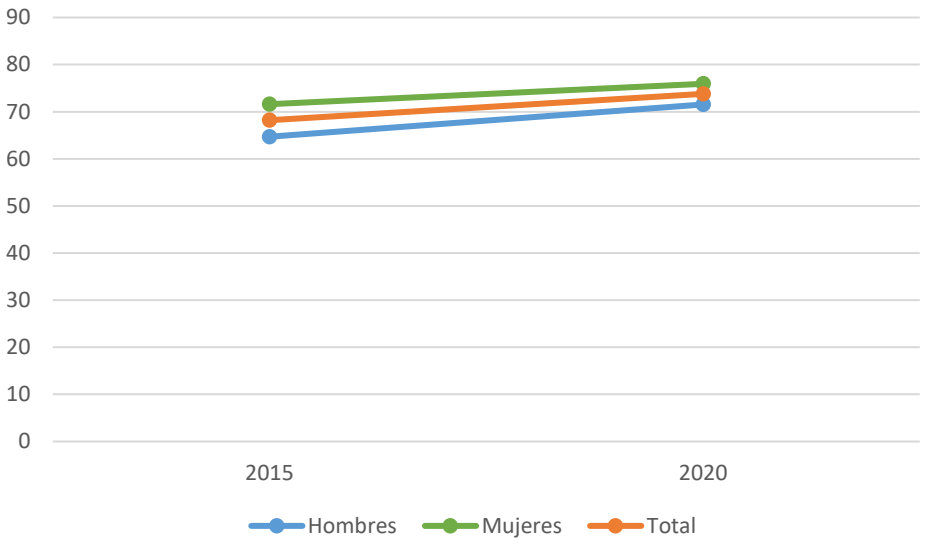
	Diario			≥ 1 vez/semana			≥ 1 /mes		
	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total
15-19 años	38,4	41,8	40,1	50,8	62,8	56,7	51,7	64,8	58,0
20-24 años	39,6	53,0	46,2	55,2	70,8	62,9	55,9	72,9	64,3
25-34 años	41,4	52,1	46,7	58,2	73,5	65,8	59,7	74,6	67,2
35-44 años	41,1	52,3	46,6	61,6	72,5	67,0	64,5	74,3	69,3
45-54 años	44,4	53,6	49,0	69,7	78,1	73,9	72,0	80,7	76,3
55-64 años	53,5	57,0	55,3	73,9	80,7	77,4	75,6	82,5	79,1
65-74 años	61,9	59,0	60,3	75,3	74,5	74,9	75,8	75,5	75,7
75 y más años	50,4	38,9	43,5	60,9	49,3	53,9	61,2	50,7	54,9
Total	**46,3**	**51,8**	**49,1**	**64,7**	**71,6**	**68,2**	**66,4**	**73,3**	**69,9**

Tabla 17. Porcentaje de personas según la frecuencia con que suelen andar o pasear al menos diez minutos seguidos con el propósito de mantener o mejorar la forma física- Encuesta hábitos deportivos, 2020*.

	Diario			≥ 1 vez/semana			≥ 1 /mes		
	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total
15-19 años	48,2	49,9	49,0	61,2	63,6	62,3	62,7	67,4	65,0
20-24 años	53,2	47,4	50,3	65,5	68,9	67,2	66,4	73,5	69,9
25-34 años	54,3	54,4	54,3	68,3	77,5	72,9	69,1	77,6	73,3
35-44 años	50,6	53,9	52,3	66,4	78,5	72,4	67,4	81,2	74,3
45-54 años	55,0	56,9	55,9	76,2	78,4	77,3	77,2	79,2	78,2
55-64 años	57,3	60,2	58,8	74,0	81,7	78,0	74,7	82,1	78,5
65-74 años	68,7	66,7	67,6	82,1	83,2	82,7	82,7	84,3	83,5
75 y más años	57,9	48,1	52,1	70,6	61,6	65,3	70,6	65,5	67,6
Total	**55,7**	**55,7**	**55,7**	**71,5**	**75,9**	**73,8**	**72,3**	**77,7**	**75,1**

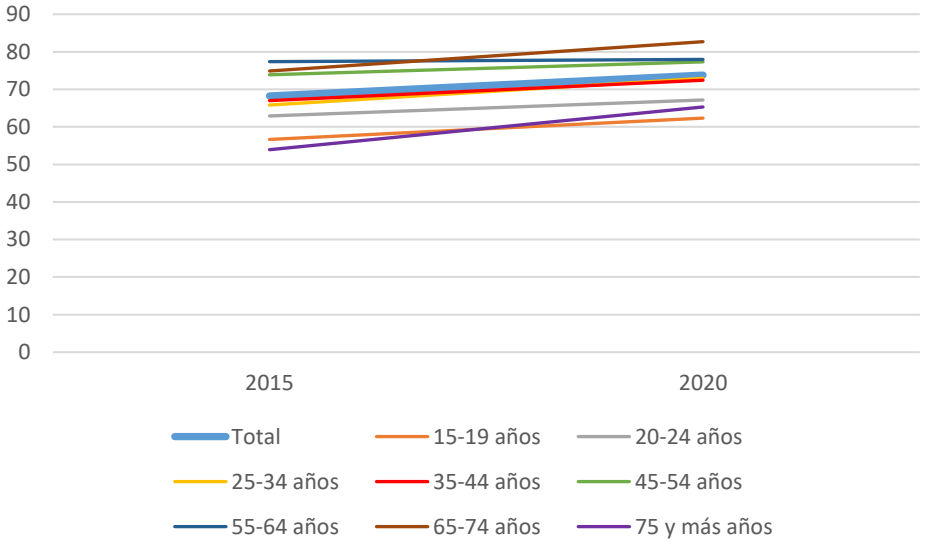
(*) Todos los datos están afectados por errores de muestreo, especialmente significativos en los casos subrayados en la tabla. Para una correcta interpretación de los resultados ha de tenerse en cuenta que en la edición 2020, condicionada por COVID-19, solo se alcanzó el 43% de la muestra prevista.

Figura 46. Porcentaje de personas que pasean al menos una vez por semana con el propósito de mantener o mejorar la forma física, por sexo. Encuesta hábitos 2015 y 2020*.



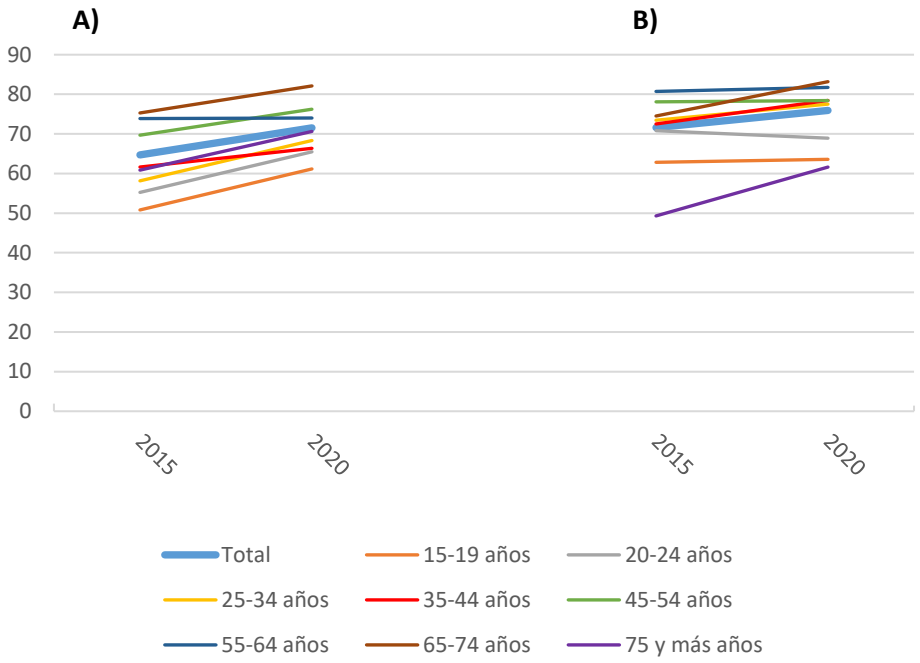
* Para una correcta interpretación de los resultados ha de tenerse en cuenta que en la edición 2020, condicionada por COVID-19, solo se alcanzó el 43% de la muestra prevista.

Figura 47. Porcentaje de personas que pasean al menos una vez por semana por grupo de edad. Encuesta hábitos deportivos 2015 y 2020*.



* Para una correcta interpretación de los resultados ha de tenerse en cuenta que en la edición 2020, condicionada por COVID-19, solo se alcanzó el 43% de la muestra prevista.

Figura 48. Porcentaje de personas que pasean al menos una vez por semana por sexo grupo de edad.A) Hombres; B) Mujeres. Encuesta hábitos deportivos 2015 y 2020*.



* Para una correcta interpretación de los resultados ha de tenerse en cuenta que en la edición 2020, condicionada por COVID-19, solo se alcanzó el 43% de la muestra prevista.

Porcentaje de menores de 15 años que desayunan diariamente

Tabla 18. Porcentaje de menores de 15 años que desayunan diariamente. Encuesta Nacional de Salud de España (ENSE), 2001-2017

	Niños (%)					Niñas (%)					Total (%)				
	2001	2003	2006	2011	2017	2001	2003	2006	2011	2017	2001	2003	2006	2011	2017
2-5 años	98,9	99,4	99,9	99,9	99,8	99,0	98,4	99,6	99,8	99,1	99,0	98,9	99,8	99,8	99,5
6-9 años	98,6	97,6	99,4	99,1	99,4	97,7	97,4	98,9	99,5	99,1	98,2	97,5	99,1	99,3	99,3
10-14 años	97,4	96,7	98,7	98,6	99,2	97,1	94,2	97,1	97,9	98,5	97,3	95,5	97,9	98,3	98,8
15-17 años	98,2	97,7	99,3	99,2	99,4	97,9	96,2	98,4	99,0	98,9	98,0	97,0	98,9	99,1	99,2
Total	**98,2**	**97,7**	**99,3**	**99,2**	**99,4**	**97,9**	**96,2**	**98,4**	**99,0**	**98,9**	**98,0**	**97,0**	**98,9**	**99,1**	**99,2**

Figura 49. Porcentaje de menores de 15 años que desayunan diariamente, por sexo. ENSE 2001 - 2017

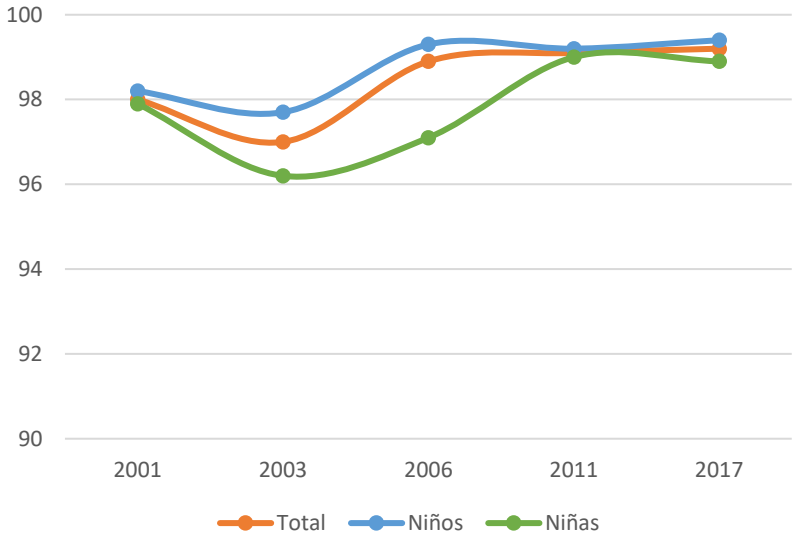


Figura 50. Porcentaje de menores de 15 años que desayunan diariamente, por grupo de edad. ENSE 2001 - 2017

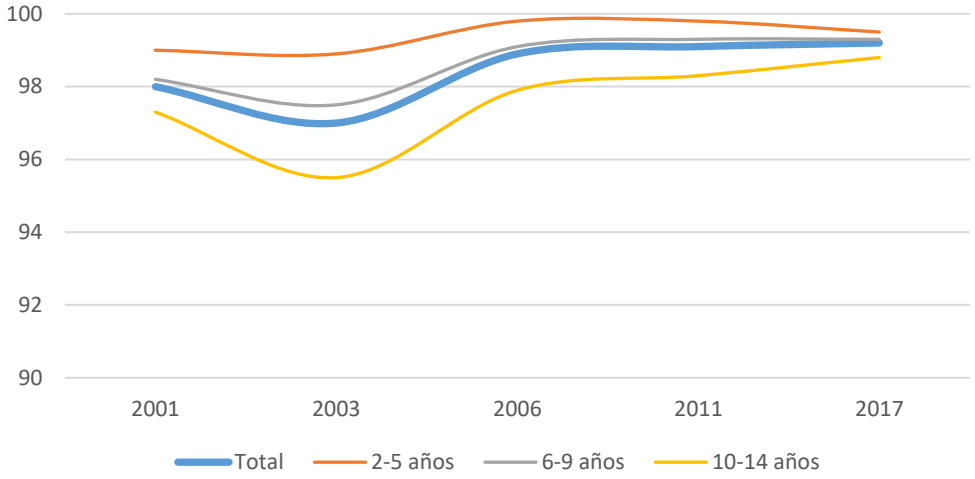
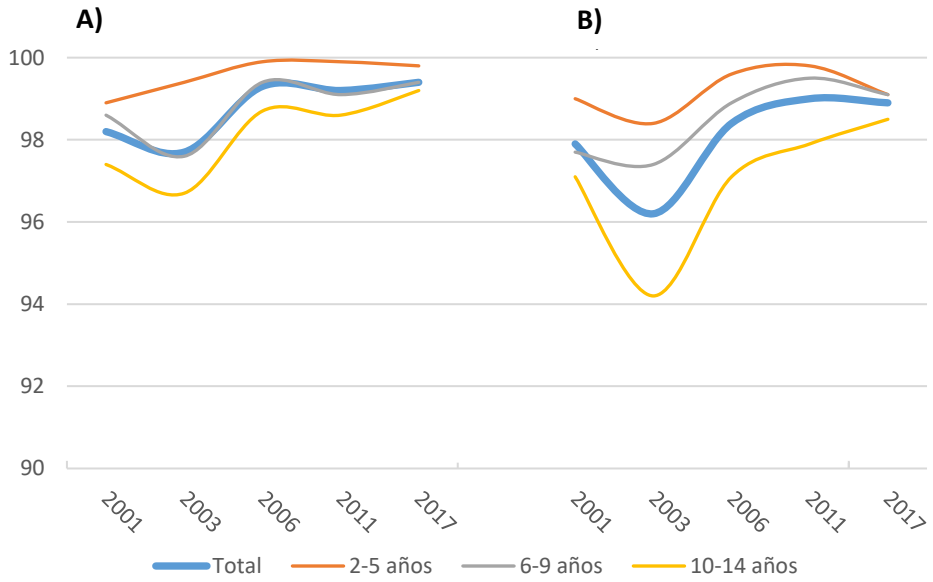


Figura 51. Porcentaje de menores de 15 años que desayunan diariamente, por grupo de edad y sexo. ENSE 2001 - 2017. A) Niños B) Niñas



Porcentaje de adultos que consumen fruta o verdura a diario

Tabla 19. Porcentaje de personas que consumen fruta o verdura a diario. Fuente: Encuesta nacional de salud de España (ENSE) 2011 y 2017. Encuesta europea de salud en España (EESE) 2014 y 2020.

	Hombres (%)				Mujeres (%)				Total (%)			
	2011	2014	2017	2020	2011	2014	2017	2020	2011	2014	2017	2020
18-24 años	50,6	49,2	50,6	57,8	55	55,5	61,8	65,3	52,8	52,3	56,1	61,4
25-34 años	56	56,4	53,8	64,1	67,3	67,6	68,7	72,6	61,6	62	61,3	68,4
35-44 años	65,6	60,7	61,5	69,7	73,7	73,6	76,7	78,2	69,5	67,1	69,1	74
45-54 años	68,9	70	69,5	72,4	77,8	82,8	80,9	82,5	73,3	76,4	75,2	77,4
55-64 años	78	77,6	76,8	78,2	84	86,6	87	85,8	81,1	82,2	82	82,1
65-74 años	81,7	84,4	82,8	82,4	86,1	87,7	88,5	88	84,1	86,2	85,8	85,4
75 -84 años	81,4	85,3	83,3	88,5	86,7	87,5	87,9	90,3	84,5	86,6	86	89,5
85 y más años	75,3	85,8	86,4	89,5	81,8	85	85,7	87,7	79,5	85,3	85,9	88,3
Total	**67,5**	**67,9**	**68**	**73**	**75,9**	**78,1**	**79,7**	**81,1**	**71,8**	**73,1**	**74**	**77,2**

Figura 52. Porcentaje de personas que consumen fruta o verdura a diario (Totales, por sexo). ENSE 2001- 2017. EESE 2009-2020.

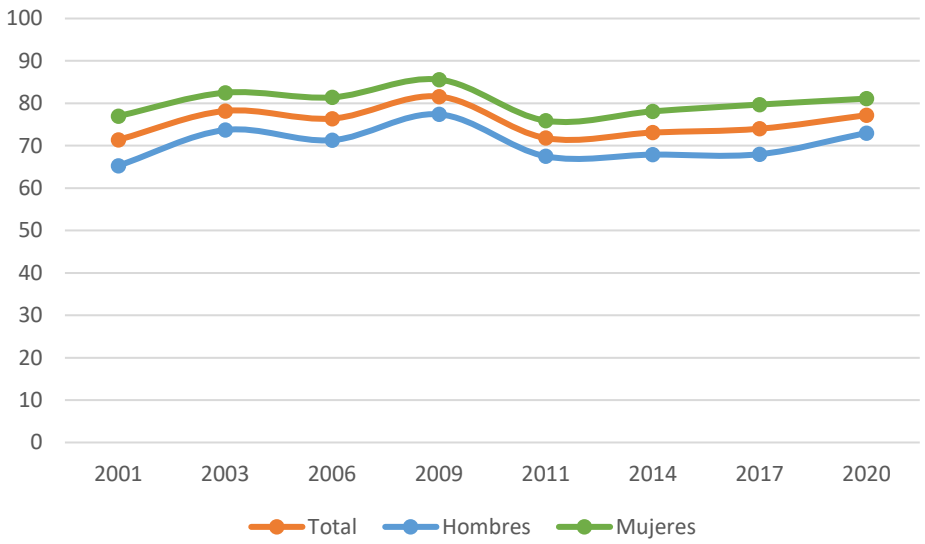


Figura 53. Porcentaje de personas que consumen fruta o verdura a diario por grupos de edad. Ambos sexos. ENSE 2001- 2017.EESE 2009-2020.

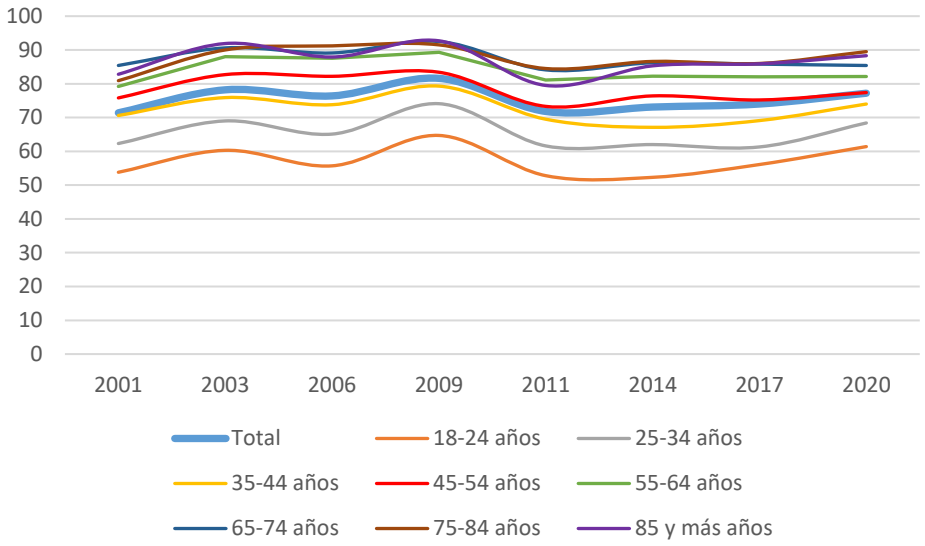
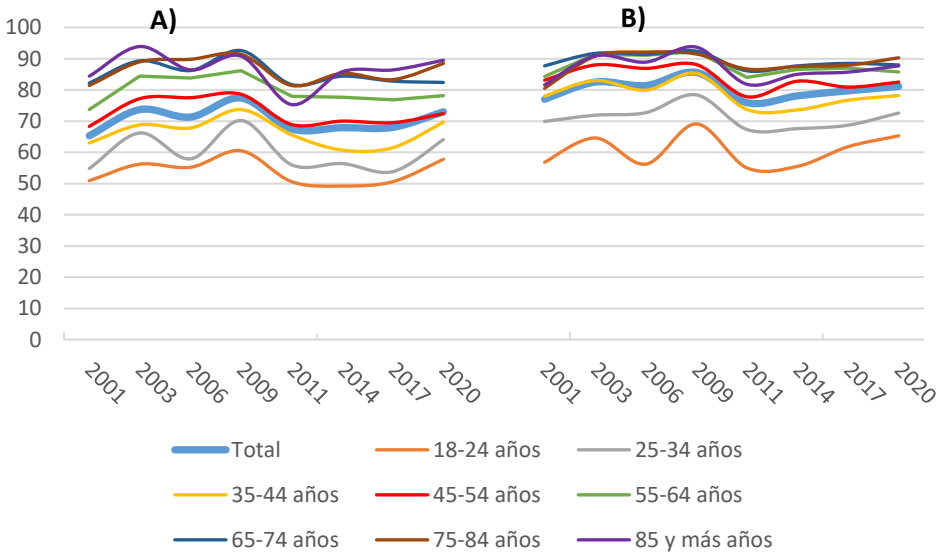


Figura 54. Porcentaje de personas que consumen fruta o verdura a diario por grupos de edad y sexo. A) Hombres B) Mujeres. ENSE 2001- 2017. EESE 2009-2020.



Porcentaje de menores de 18 años que consumen fruta o verdura a diario

Tabla 20. Porcentaje de menores de 18 años que consumen fruta o verdura a diario. Fuente: Encuesta nacional de salud de España (ENSE) 2001- 2017. Encuesta europea de salud en España (EESE) 2009-2020*.

ENS/EESE	2001	2003	2006	2009*	2011	2014*	2017	2020*
2-5 años	62,4	68,4	67	-	66,2	-	64,1	-
6-9 años	69,3	74,1	74,5	-	72,1	-	70,6	-
10-14 años	65,7	72,4	69,4	-	69,6	-	65,1	-
15-17 años	60,4	67,5	66,1	59,2	64,8	52,8	61,1	57,1
Total	**53,4**	**60**	**56,4**	-	**53**	-	**60,1**	-
Niños 2-5 años	60,9	67,3	67	-	64,8	-	63	-
Niños 6-9 años	68,8	73,4	75,6	-	71,4	-	70,4	-
Niños 10-14 años	63,2	69,3	70,9	-	69,3	-	63,1	-
Niños 15-17 años	59	66,8	65,5	63	64,4	51,8	59,4	53,3
Niños Total	**52,6**	**60,2**	**53,6**	-	**46,4**	-	**59,6**	
Niñas 2-5 años	63,9	69,6	67,1	-	67,8	-	65,3	-
Niñas 6-9 años	69,9	74,8	73,3	-	72,9	-	70,8	-
Niñas 10-14 años	68,3	75,7	68	-	69,9	-	67,2	-
Niñas 15-17 años	61,9	68,3	66,8	55,4	65,1	53,8	62,8	60,7
Niñas Total	**54,3**	**59,8**	**59**	-	**60,9**	-	**60,5**	-

(*En EESE solo datos en mayores de 15-17 años y en EESE 2009 datos de 16 -17 años)

Figura 55. Porcentaje de menores de 18 años que consumen fruta o verdura a diario (Totales, por sexo). ENSE 2001- 2017.

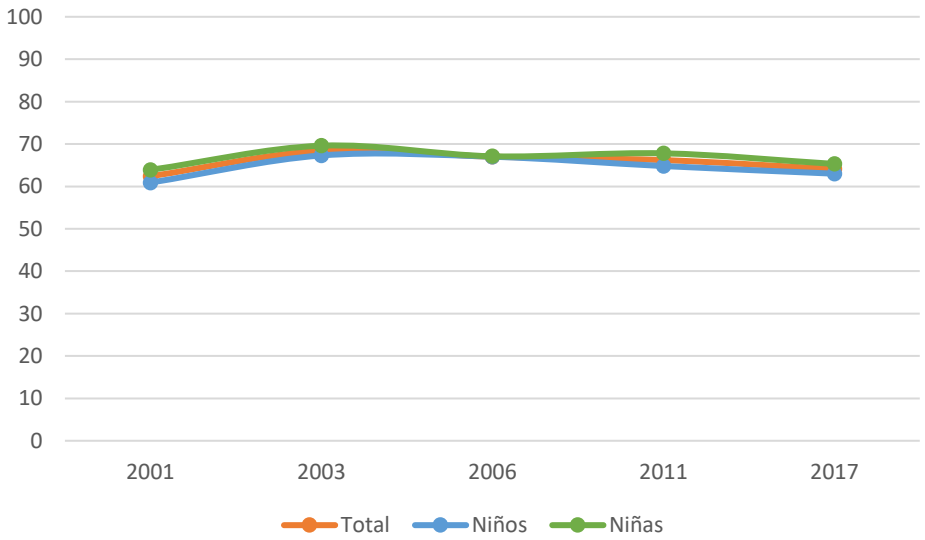


Figura 56. Porcentaje de menores de 18 años que consumen fruta o verdura a diario por grupos de edad. Ambos sexos. ENSE 2001- 2017. EESE 2009-2020. (*En EESE solo datos en mayores de 14 años)

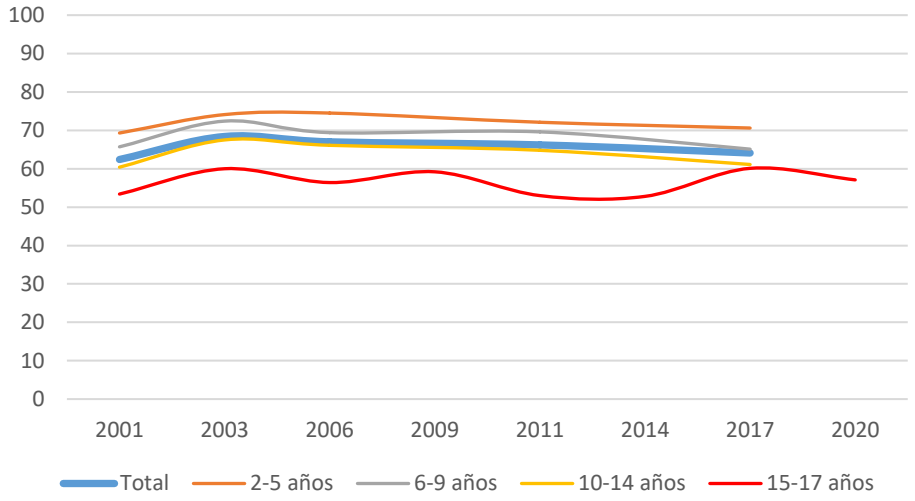
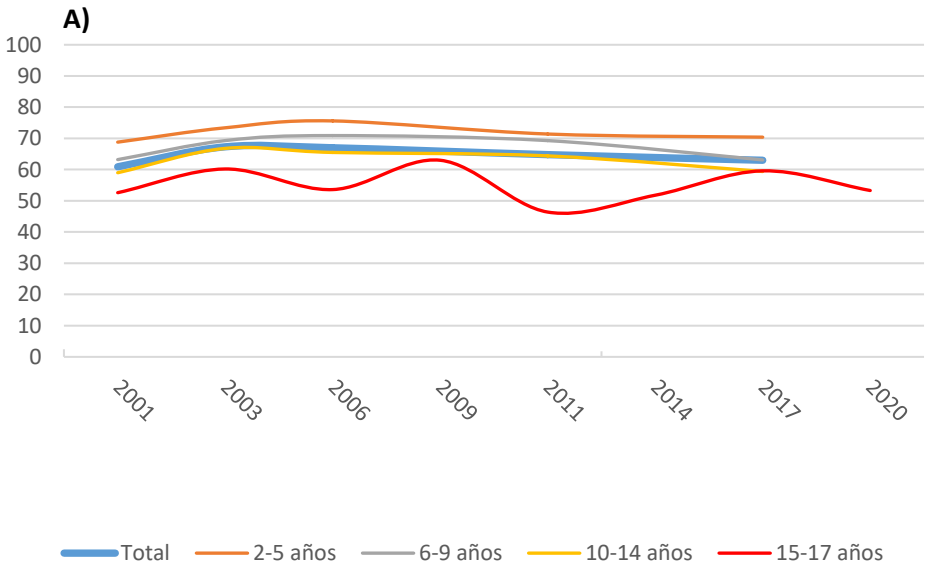
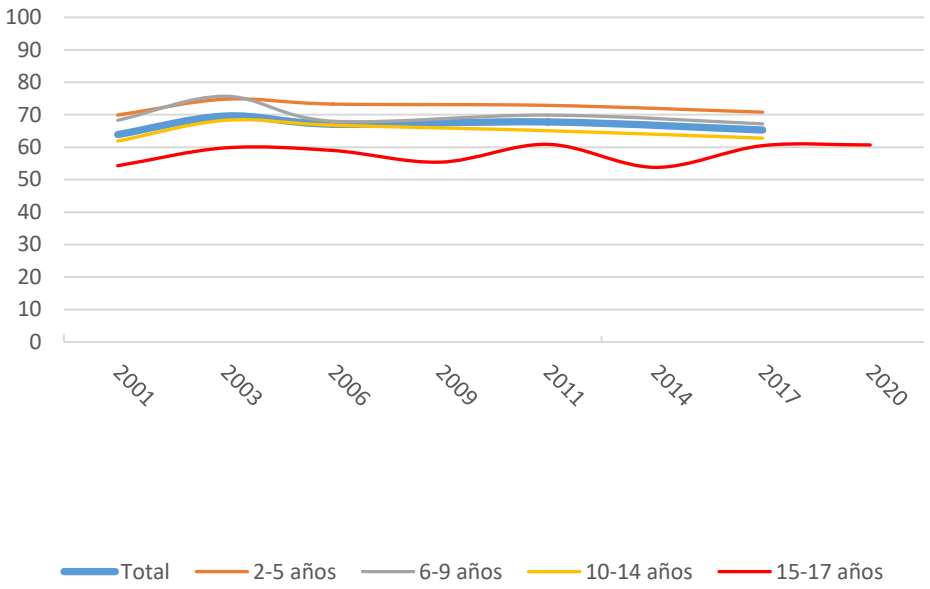


Figura 57. Porcentaje de menores de 18 años que consumen fruta o verdura a diario por grupos de edad y sexo. A) Niños B) Niñas. ENSE 2001- 2017. EESE 2009-2020. (*En EESE solo datos en mayores de 14 años)



B)


100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0
2001
2003
2006
2009
2011
2014
2017
2020
Total
2-5 años
6-9 años
10-14 años
15-17 años

Porcentaje de adultos que cumplen las recomendaciones de consumo diario de frutas y verduras

DEFINICIONES:

- RECOMENDACIONES DE CONSUMO DE FRUTAS Y VERDURAS: consumo diario mínimo de 5 raciones de frutas y verduras.

- Adultos: personas con 18 y más años.

Tabla 21. Porcentaje de adultos que cumplen las recomendaciones de consumo diario de frutas y verduras. Encuesta Nacional de Salud de España (ENSE), 2011-2017. Encuesta Europea de Salud en España (EESE) 2014-2020

	Hombres (%)				Mujeres (%)				Total (%)			
	2011	2014	2017	2020	2011	2014	2017	2020	2011	2014	2017	2020
18-24 años	4,6	3,8	4,9	6,7	5,7	3,2	5,9	8,6	5,1	3,5	5,4	7,6
25-34 años	5	5,1	3,3	8,3	7,1	8,3	5,4	8,8	6,1	6,7	4,4	8,6
35-44 años	7,4	6,8	4,6	8,5	8,3	9,9	6,7	9,3	7,8	8,3	5,6	8,9
45-54 años	9,4	7,8	6,6	9,6	13,6	13,1	11,9	12,5	11,5	10,5	9,2	11
55-64 años	14,9	12	7,9	9,7	17,2	15,3	12,1	16	16,1	13,7	10,1	12,9
65-74 años	16,1	11,8	10,4	13,8	16,2	15,6	14,8	17,8	16,2	13,8	12,7	16
75 -84 años	12,8	11,2	12	12,8	13,9	12,9	11,8	14,8	13,5	12,2	11,9	13,9
85 y más años	12	8,6	9,6	10,4	10,7	9,6	6,7	10	11,2	9,2	7,7	10,2
Total	**9,4**	**8,1**	**6,6**	**9,7**	**11,5**	**11,4**	**9,7**	**12,4**	**10,5**	**9,8**	**8,2**	**11,1**

Figura 58. Porcentaje de adultos que cumplen las recomendaciones de consumo diario de frutas y verduras. ENSE 2011 – 2017. EESE 2014-2020.

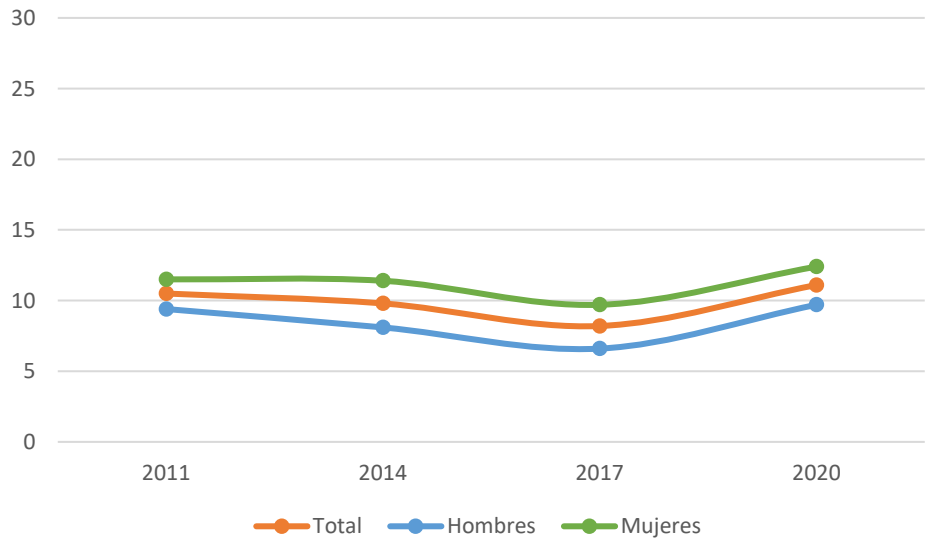


Figura 59. Porcentaje de adultos que cumplen las recomendaciones de consumo diario de frutas y verduras por grupos de edad. Ambos sexos. ENSE 2011 – 2017. EESE 2014-2020.

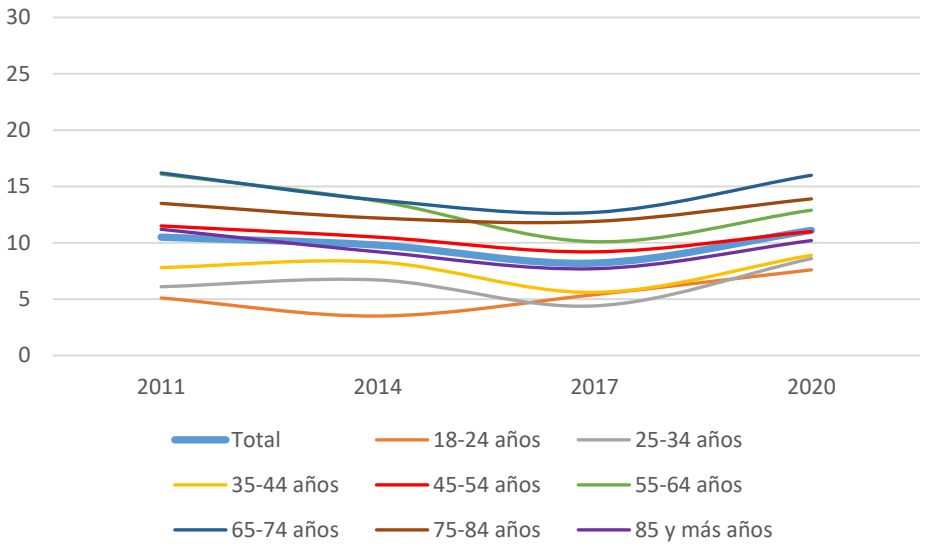
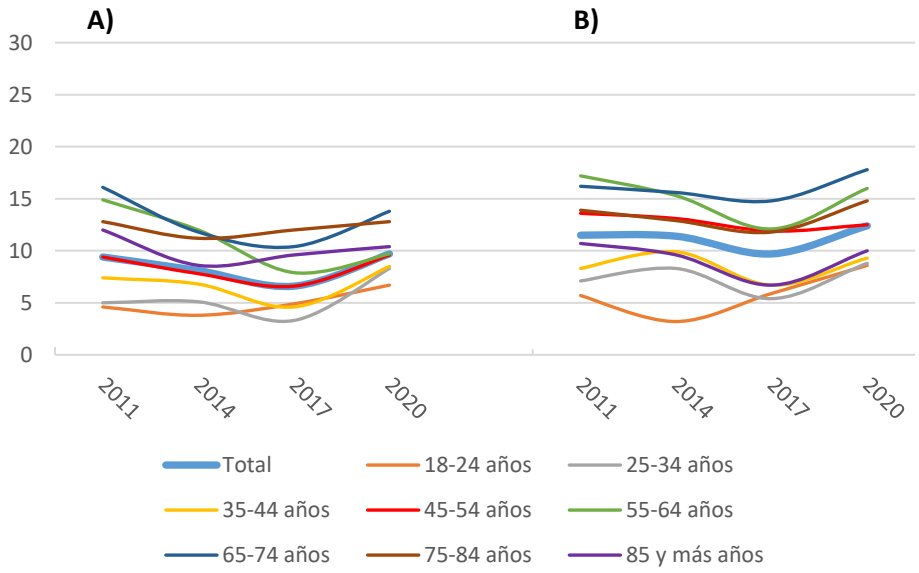


Figura 60. Porcentaje de adultos que cumplen las recomendaciones de consumo diario de frutas y verduras por grupos de edad y sexo. A) Hombres B) Mujeres. ENSE 2011 – 2017. EESE 2014-2020.



Porcentaje de menores de 18 años que cumplen las recomendaciones de consumo diario de frutas y verduras

DEFINICIONES:

- RECOMENDACIONES DE CONSUMO DE FRUTAS Y VERDURAS: consumo diario mínimo de 5 raciones de frutas y verduras.

Tabla 22. Porcentaje de menores de 18 años que cumplen las recomendaciones de consumo diario de frutas y verduras por grupos de edad y sexo. Encuesta Nacional de Salud de España (ENSE), 2011-2017. Encuesta Europea de Salud en España (EESE) 2014-2020

	Niños (%)				Niñas (%)				Total (%)			
	2011	2014	2017	2020	2011	2014	2017	2020	2011	2014	2017	2020
2-5 años	4	-	1,5	-	3,6	-	1,3	-	3,8	-	1,4	-
6-9 años	2,7	-	2,6	-	4,3	-	2,9	-	3,5	-	2,7	-
10-14 años	3,9	-	2,4	-	3,5	-	4,6	-	3,7	-	3,4	-
15-17 años	3,3	3	3,7	2,3	2	1,6	4	4,2	2,7	2,3	3,9	3,2
Total	**3,5**	**-**	**2,5**	**-**	**3,5**	**-**	**3,3**	**-**	**3,5**	**-**	**2,9**	**-**

Figura 61. Porcentaje de menores de 18 años que cumplen las recomendaciones de consumo diario de frutas y verduras. ENSE 2011 - 2017.

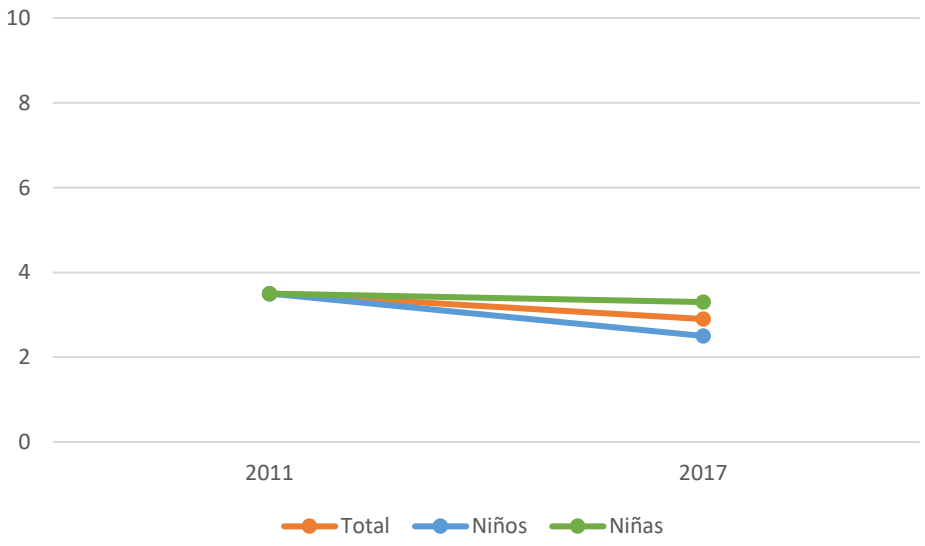


Figura 62. Porcentaje de menores de 18 años que cumplen las recomendaciones de consumo diario de frutas y verduras por grupos de edad. Ambos sexos. ENSE 2011 – 2017. EESE* 2014-2020. (* En EESE solo datos de mayores de 14 años)

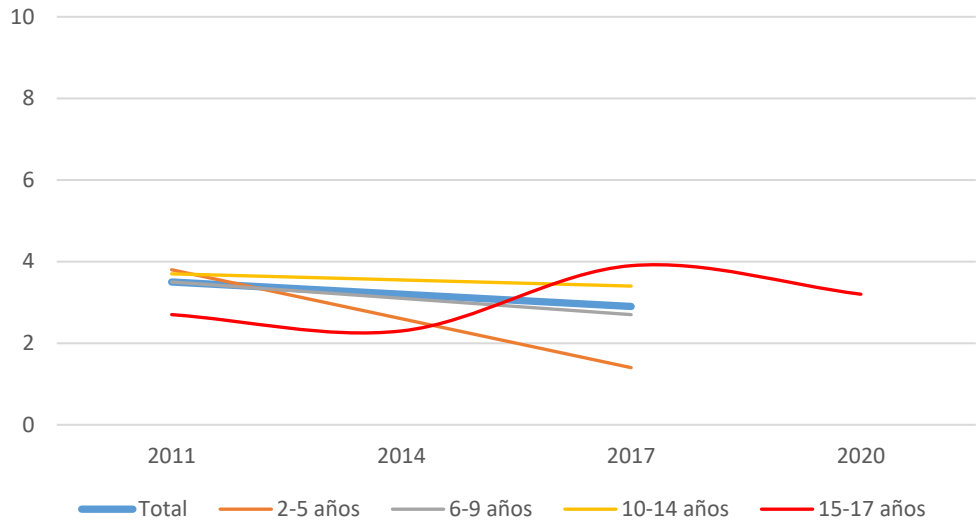
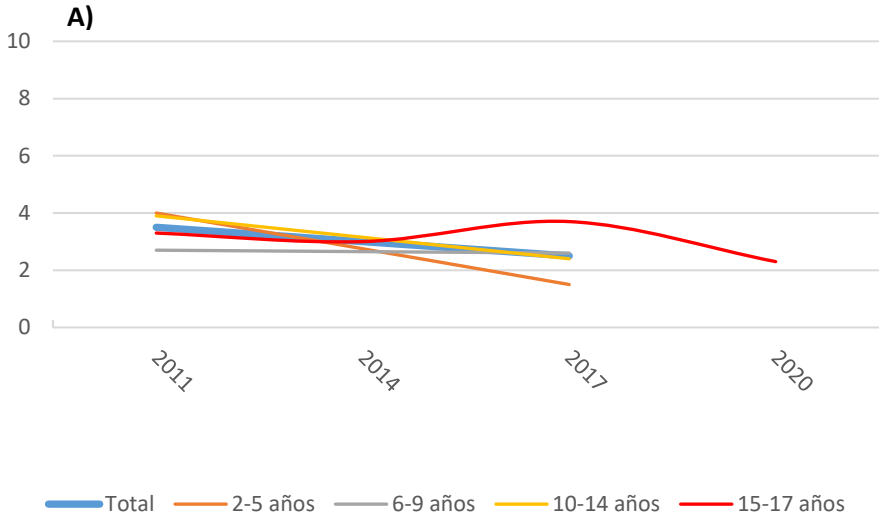
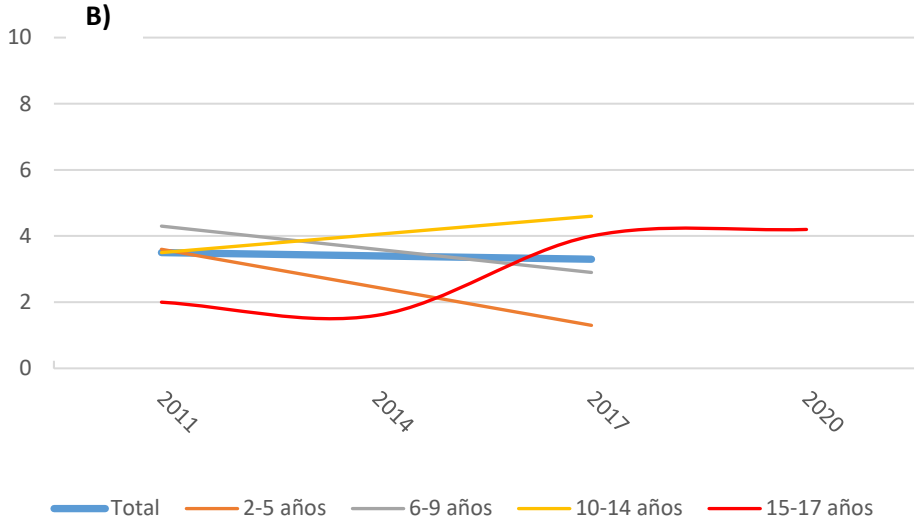


Figura 63. Porcentaje de menores de 18 años que cumplen las recomendaciones de consumo diario de frutas y verduras por grupos de edad y sexo. A) Niños B) Niñas. ENSE 2011 – 2017. EESE* 2014-2020. (* En EESE solo datos de mayores de 14 años)



B)


10
8
6
4
2
0
2011
2014
2017
2020
Total
2-5 años
6-9 años
10-14 años
15-17 años

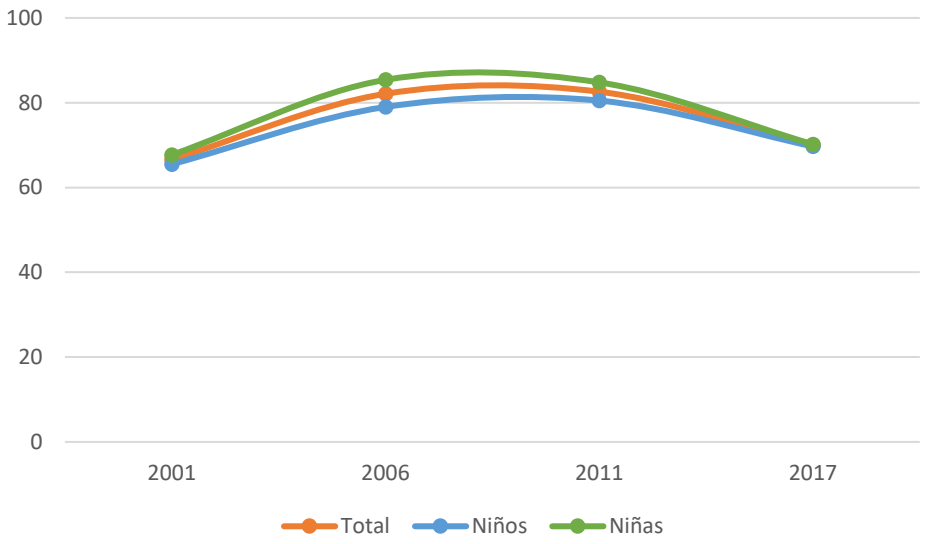
Porcentaje de niños y niñas que han recibido lactancia materna durante al menos tres meses

OBSERVACIONES: el cálculo se realiza sobre la población infantil de 2 a 5 años, incluyendo en el numerador aquellos que hayan recibido lactancia materna exclusiva o lactancia mixta (natural + artificial) durante al menos tres meses.

Tabla 23. Porcentaje de niños y niñas que han recibido lactancia materna durante al menos tres meses. Encuesta Nacional de Salud de España (ENSE), 2001-2017

	2001	2006	2011	2017
Niños	65,5	79,0	80,5	69,7
Niñas	67,7	85,4	84,8	70,2
Total	**66,6**	**82,1**	**82,6**	**70**

Figura 1. Porcentaje de niños y niñas que han recibido lactancia materna durante al menos tres meses. ENSE 2001 - 2017.



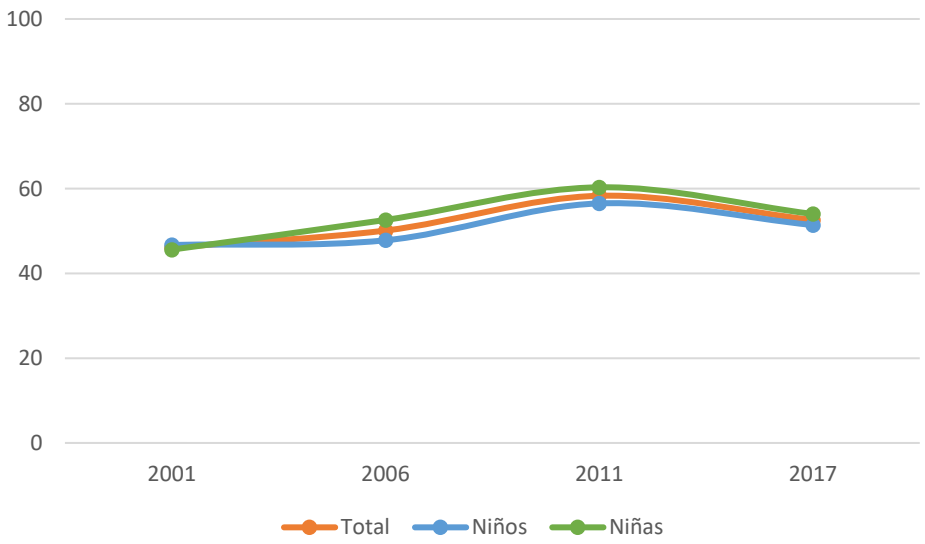
Porcentaje de niños y niñas que han recibido lactancia materna durante al menos seis meses

OBSERVACIONES: el cálculo se realiza sobre la población infantil de 2 a 5 años, incluyendo en el numerador aquellos que hayan recibido lactancia materna exclusiva o lactancia mixta (natural + artificial) durante al menos seis meses.

Tabla 24. Porcentaje de niños y niñas que han recibido lactancia materna durante al menos seis meses. Encuesta Nacional de Salud de España (ENSE), 2001-2017.

	2001	2006	2011	2017
Niños	46,7	47,8	56,5	51,4
Niñas	45,6	52,6	60,3	54,0
Total	**46,1**	**50,1**	**58,3**	**52,6**

Figura 1. Porcentaje de niños y niñas que han recibido lactancia materna durante al menos seis meses. ENSE 2001 - 2017.



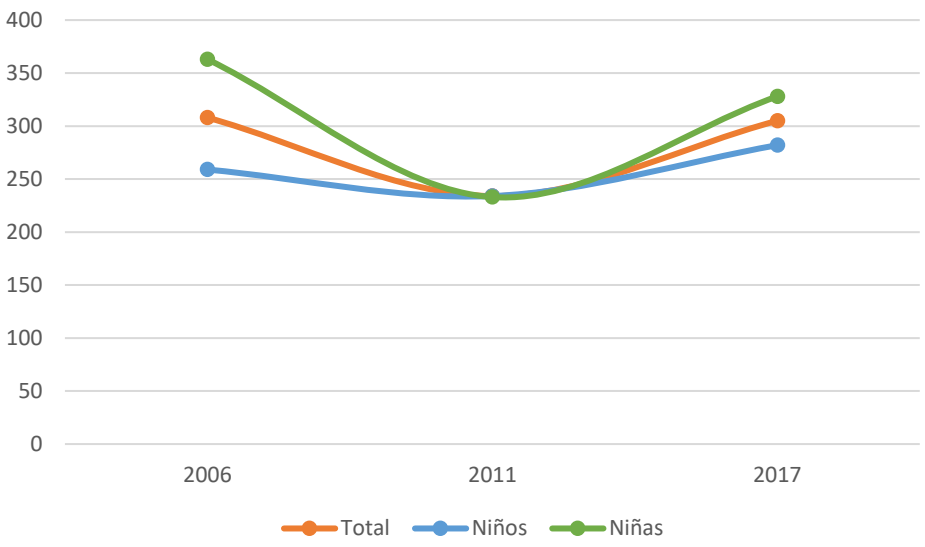
Promedio de días de lactancia materna recibida

OBSERVACIONES: el cálculo se realiza en población infantil de 2 a 5 años que hayan recibido lactancia materna exclusiva o lactancia mixta (natural + artificial)

Tabla 25. Promedio de días de lactancia materna recibida. Encuesta Nacional de Salud de España (ENSE), 2006-2017

	2006	2011	2017
Niños	259	234	282
Niñas	363	233	328
Total	**308**	**234**	**305**

Figura 64 Promedio de días de lactancia materna recibida (menores de 5 años). ENSE 2006 - 2017.



Porcentaje de personas con acceso a iniciativas de promoción de una alimentación saludable en el centro de trabajo.

DEFINICIONES

Personas laboralmente activas: personas que trabajan en la actualidad y contestan a la encuesta del Barómetro Sanitario.

Iniciativas de alimentación saludable: máquinas expendedoras con contenidos de alimentos saludables, recomendaciones sobre comidas o aperitivos saludables, charlas o materiales informativos (presenciales, página web, folletos, etc.) en los centros de trabajo.

Tabla 26. Porcentaje de personas con acceso a iniciativas de promoción de una alimentación saludable en el centro de trabajo (Barómetro Sanitario 2010-2014, CIS)

	2010 (%)	2014 (%)
18-24 años	29,3	23,8
25-34 años	29,2	33,9
35-44 años	30,6	32,7
45-54 años	29,8	32,3
55-64 años	31,4	30,4
65-74 años	31,1	53,4
Hombres	24,7	28,1
Mujeres	36,8	38,0
Total	**30,0**	**32,3**

Figura 65 Porcentaje de personas con acceso a iniciativas de promoción de una alimentación saludable en el centro de trabajo (Barómetro Sanitario 2014, CIS)

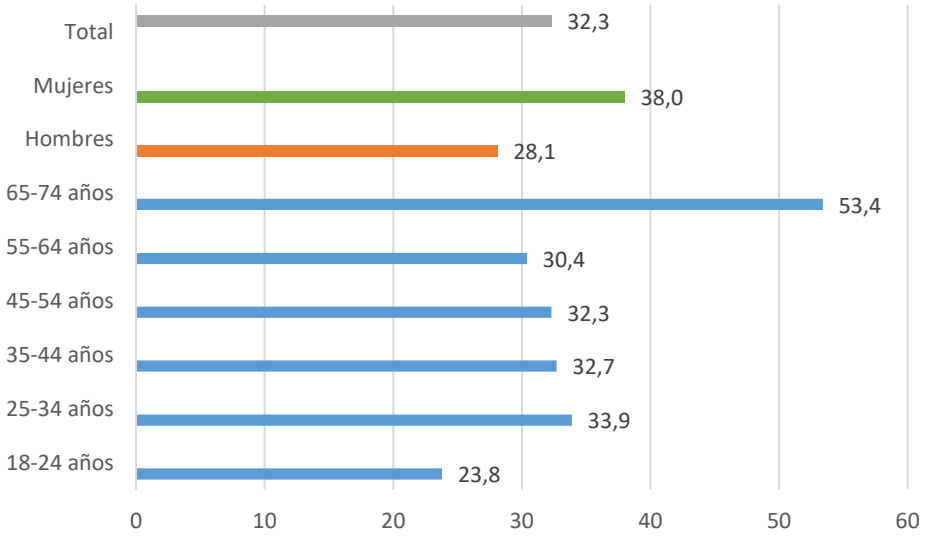
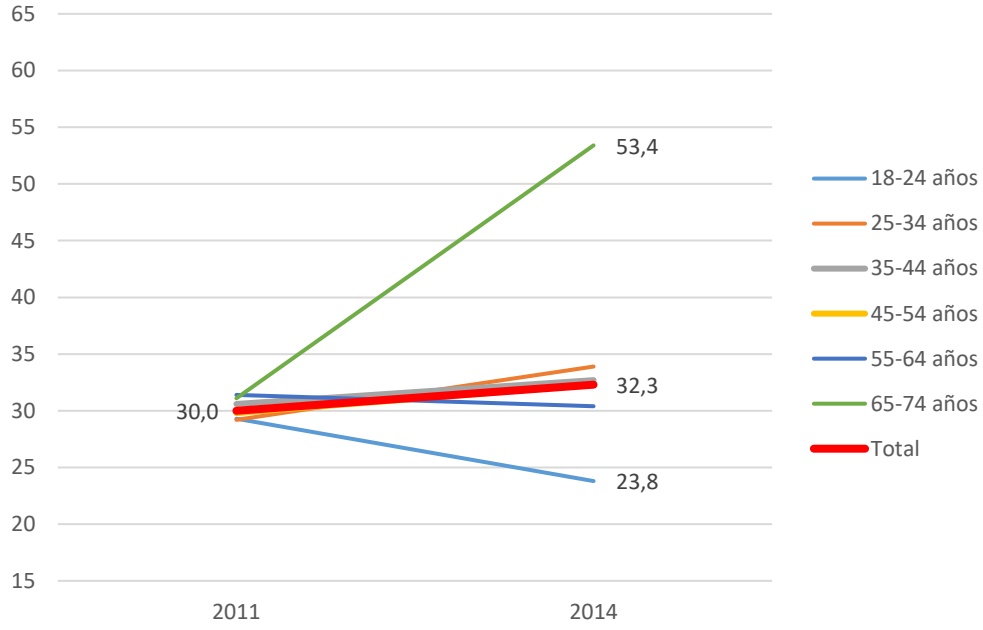


Figura 66 Evolución del porcentaje de personas con acceso a iniciativas de promoción de una alimentación saludable en el centro de trabajo (Barómetro sanitario. CIS 2010-2014).



Porcentaje de personas con acceso a iniciativas de promoción de actividad física en el centro de trabajo.

DEFINICIONES:

Personas laboralmente activas: personas que trabajan en la actualidad y contestan a la encuesta del Barómetro Sanitario.

Actividades de promoción de actividad física: instalaciones para realizar actividad física en el propio lugar de trabajo, tiempo para realizar actividad física durante el horario laboral, pago de la totalidad o parte del uso de instalaciones, o descuentos en las mismas, organización de eventos o competiciones deportivas.

Tabla 27. Porcentaje de personas con acceso a iniciativas de promoción de actividad física en el centro de trabajo (Barómetro Sanitario 2010-2014, CIS)

	2010 (%)	2014 (%)
18-24 años	18,4	14,4
25-34 años	15,8	20,2
35-44 años	17,0	17,6
45-54 años	11,3	17,3
55-64 años	13,9	15,8
65-74 años	11,3	32,5
Hombres	13,2	18,1
Mujeres	17,6	17,7
Total	15,1	17,9

Figura 67. Porcentaje de personas con acceso a iniciativas de promoción de actividad física en el centro de trabajo (Barómetro Sanitario 2014, CIS)

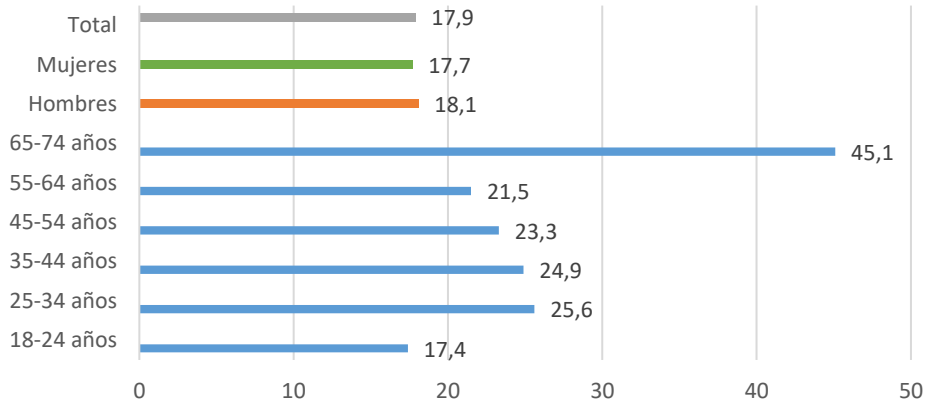
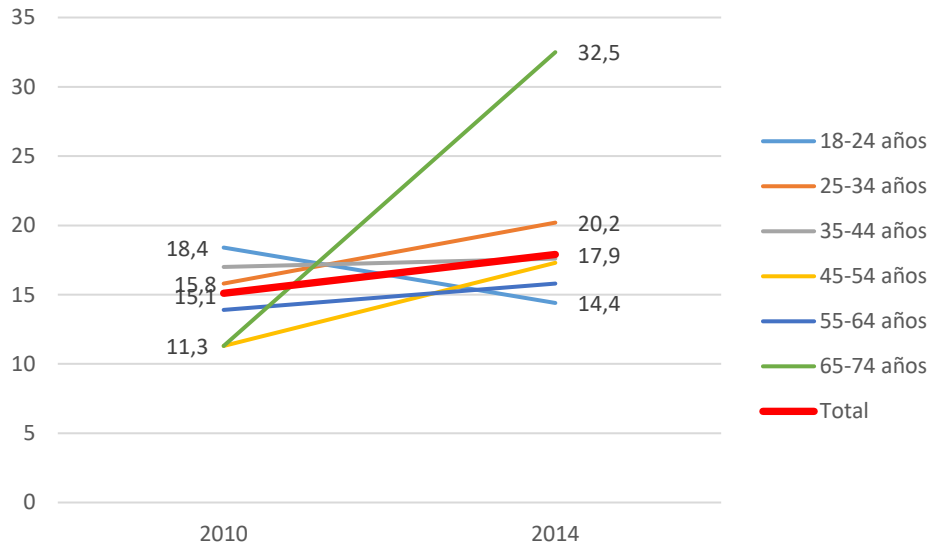


Figura 68. Evolución del porcentaje de personas con acceso a iniciativas de promoción de actividad física en el centro de trabajo (Barómetro sanitario. CIS 2010-2014).



Porcentaje de publicidad de alimentación y bebidas (PAB)

DEFINICIONES:

- GRP (gross rating point): los GRP se calculan dividiendo el número total de impactos o visualizaciones de los spots de los individuos de un grupo (target), entre todos los individuos del grupo (target).

FÓRMULA:

$$\% \text{ de PAB} = \frac{\text{GRP de alimentación y bebidas}}{\text{GRP del total de sectores}}$$

Tabla 28. GRP de alimentación y bebidas y total de sectores 2010-2020 (Fuente: Kantar Media)

	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
GRP de alimentación y bebidas	553.385	538.804	513.804	474.152	496.476	558.603	581.080	556.554	559.612	523.747	464.961
GRP del total de sectores	2.536.747	2.476.791	2.477.276	2.558.212	2.681.848	2.745.837	2.811.307	2.773.648	2.769.372	2.645.955	2.369.030
% PAB	21,8	21,8	20,7	18,5	18,5	20,3	20,7	20,0	20,2	19,8	19,6

Figura 69. GRP de alimentación y bebidas y total de sectores 2010-2020.

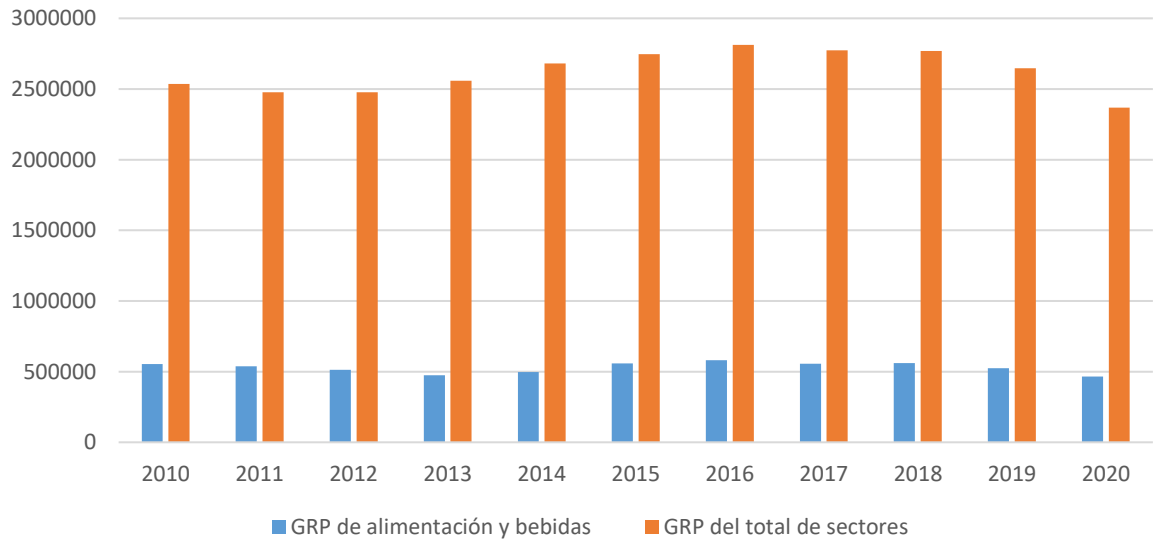
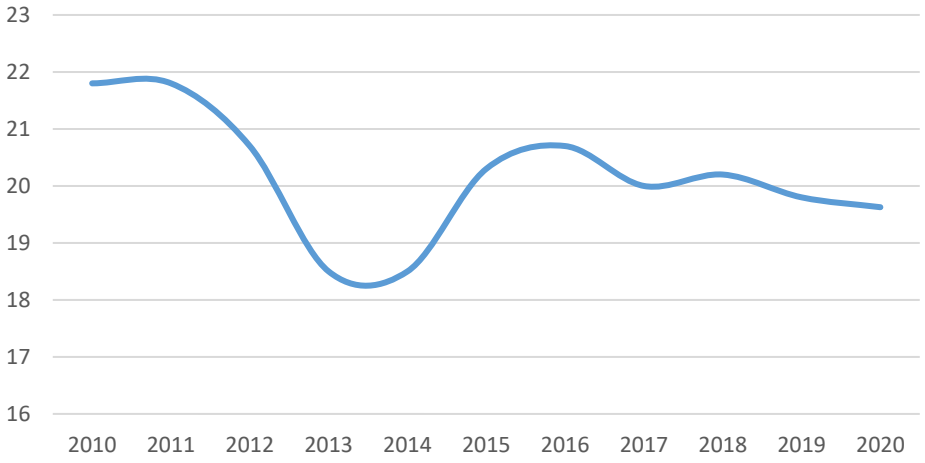


Figura 70. Evolución del porcentaje de publicidad de alimentación y bebidas 2010-2020.



FUENTE: KANTAR MEDIA – GRP´s a Formato Pyb – Ind + 4 años

A partir de 2018, se incluyen invitados y audiencia no lineal (lineal+vosdal+ade 1).

Porcentaje de publicidad de alimentación y bebidas (PAB) dirigida a niños y niñas de 4-12 años

DEFINICIONES:

- GRP (gross rating point): los GRP se calculan dividiendo el número total de impactos o visualizaciones de los spots de los individuos de un grupo (target), entre todos los individuos del target.

FÓRMULA:

$$\%\text{ de PAB dirigida a menores de 4 a 12 años en HPR} = \frac{\text{GRP de alimentación y bebidas dirigidas a niños y niñas de 4 – 12 años}}{\text{GRP de alimentación y bebidas}}$$

Tabla 29. GRP de alimentación y bebidas dirigidos a niños y niñas de 4 a 12 años (total y en HPR) (Fuente: Kantar Media)

	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
GRP de alimentación y bebidas dirigidos a menores (4-12 años)	56.425	66.751	77.944	87.230	87.622	104.171	95.283	84.945	73.632	60.520	45.260
GRP de alimentación y bebidas	553.385	538.804	513.804	474.152	496.476	558.603	581.080	556.554	559.612	523.747	464.961
Porcentaje de publicidad de alimentación y bebidas dirigida a menores de 4-12 años	10,2	12,4	15,2	18,4	17,6	18,6	16,4	15,3	13,2	11,6	9,7

Figura 71 GRP de alimentación y bebidas (total y dirigidos a niños y niñas de 4 a 12 años)

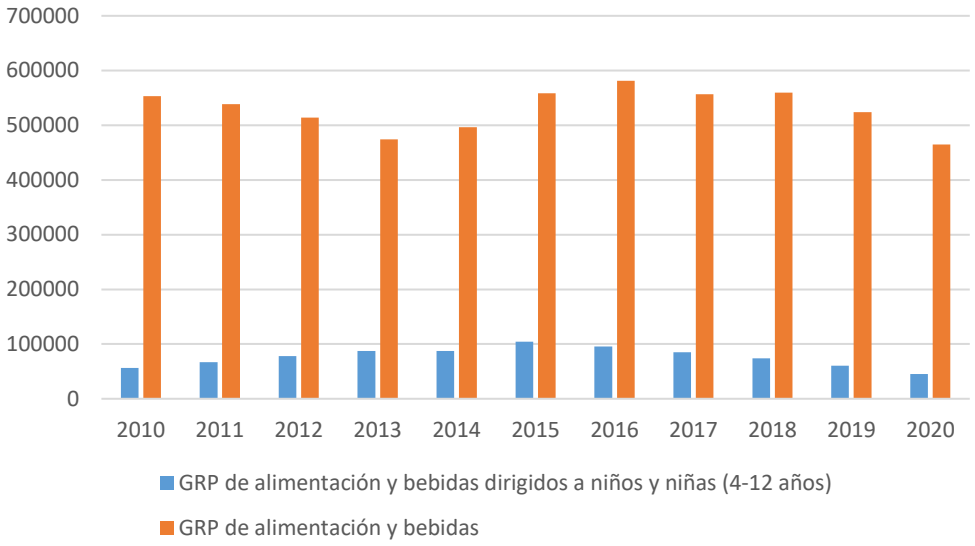
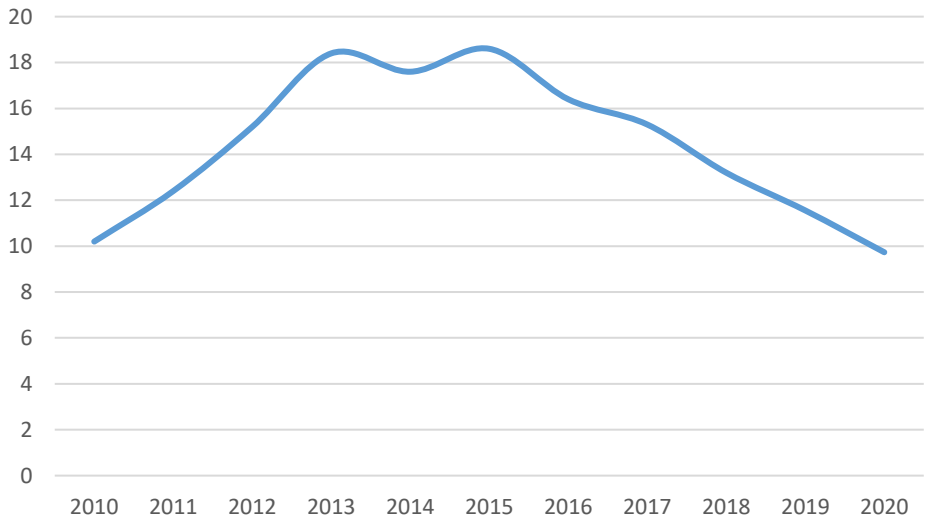


Figura 72. Evolución del porcentaje de publicidad de alimentación y bebidas dirigidos a niños y niñas de 4 a 12 años



FUENTE: KANTAR MEDIA | "GRP´s dirigidos a menores": spots emitidos en TV´s infantiles: CLAN, DISNEY, BOING, PANDA, CARTOON, CARTOONITO, NICK, SUPER3, ETB3, BABY, JETIX, KIDSCO.

Porcentaje de publicidad de alimentación y bebidas de empresas adheridas al Código PAOS (PAB-PAOS) dirigida a niños y niñas de 4- 12 años

DEFINICIONES:

- GRP (gross rating point): los GRP se calculan dividiendo el número total de impactos o visualizaciones de los spots de los individuos de un grupo (target), entre todos los individuos del grupo (target).

FÓRMULA:

$$\%\text{ de PAB-PAOS dirigidas a niños y niñas de 4-12 años} = \frac{\text{GRP de alimentación y bebidas (PAOS) dirigidas a niños y niñas de 4-12 años}}{\text{GRP de alimentación y bebidas dirigidas a niños y niñas de 4-12 años}}$$

Tabla 30. GRP de alimentación y bebidas (PAOS y total) dirigidas a niños y niñas de 4-12 años (Fuente: Kantar Media)

	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
GRP de alimentación y bebidas (PAOS) dirigidos a niños y niñas (4-12 años)	47.903	58.728	68.443	71.449	83.348	96.194	89.926	77.106	66.450	54.550	41.945
GRP de alimentación y bebidas dirigidos a niños y niñas (4-12 años)	56.425	66.751	77.944	87.230	87.622	104.171	95.283	84.945	73.632	60.520	45.260
% de PAB-PAOS dirigida a niños y niñas de 4-12 años	84,9	88	87,8	81,9	95,1	92,3	94,4	90,8	90,2	90,1	92,7

Figura 73 GRP de alimentación y bebidas (PAOS y total) dirigidas a niños y niñas de 4-12 años

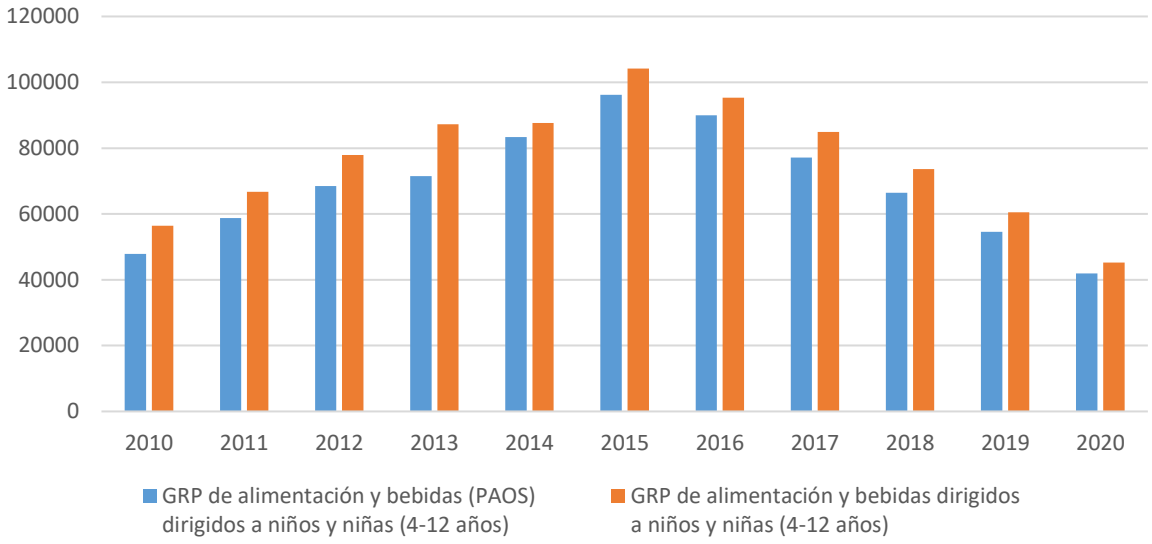
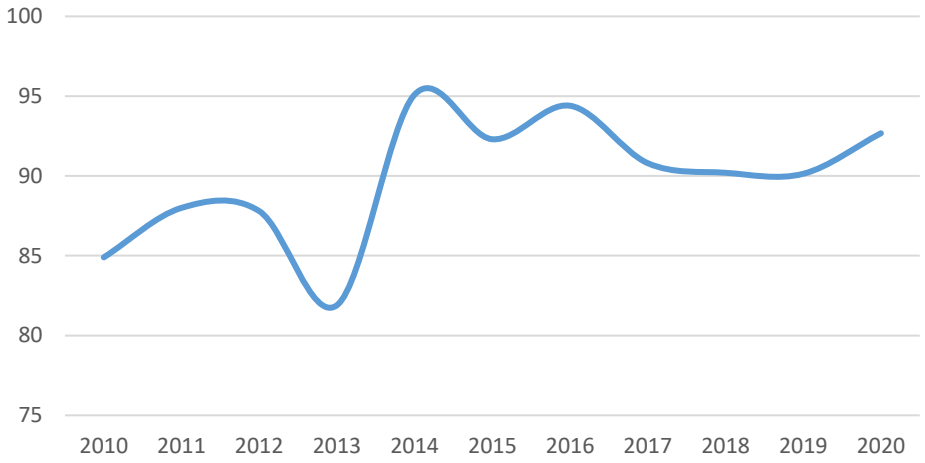


Figura 74. Evolución del porcentaje de PAB-PAOS dirigida a niños y niñas de 4-12 años.



FUENTE: KANTAR MEDIA | "GRP´s dirigidos a niños" spots emitidos en TV´s infantiles: CLAN, DISNEY, BOING, PANDA, CARTOON, CARTOONITO, NICK, SUPER3, ETB3, BABY, JETIX, KIDSCO.

Porcentaje de publicidad de alimentación y bebidas (PAB) dirigida a niños y niñas de 4-12 años en horario de protección reforzada (HPR)

DEFINICIONES:

- GRP (gross rating point): los GRP se calculan dividiendo el número total de impactos o visualizaciones de los spots de los individuos de un grupo (target), entre todos los individuos del target.

- Horario de protección reforzada (HPR): Días laborables de 8:00 a 9:00 h y de 17:00 a 20:00 h. Sábados y domingos de 9:00 a 12:00 h.

FÓRMULA:

$$\text{\% de PAB dirigida a niños y niñas de 4 a 12 años en HPR} = \frac{\text{GRP de alimentación y bebidas dirigidas a niños y niñas de 4 – 12 años en HPR}}{\text{GRP de alimentación y bebidas dirigidas a niños y niñas de 4 – 12 años}}$$

Tabla 31. GRP de alimentación y bebidas dirigidos a niños y niñas de 4 a 12 años (total y en HPR) (Fuente: Kantar Media)

	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
GRP de alimentación y bebidas dirigidos a niños y niñas (4-12 años) en HPR	16.652	20.301	21.857	22.752	21.903	26.006	24.160	23.163	20.276	15.287	11.424
GRP de alimentación y bebidas dirigidos a niños y niñas (4-12 años)	56.425	66.751	77.944	87.230	87.622	104.171	95.283	84.945	73.632	60.520	45.260
Porcentaje de publicidad de alimentación y bebidas dirigida a niños y niñas de 4-12 años en HPR	29,5 %	30,4 %	28,0 %	26,1 %	25,0 %	25,0 %	25,4 %	27,3 %	27,5 %	25,3 %	25,2 %

Figura 75. GRP de alimentación y bebidas dirigidos a niños y niñas de 4 a 12 años (total y en HPR)

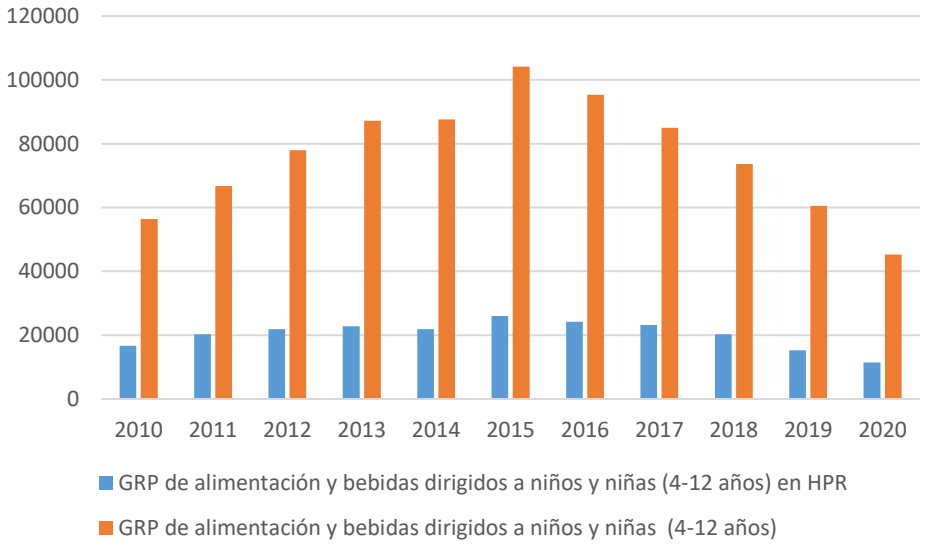
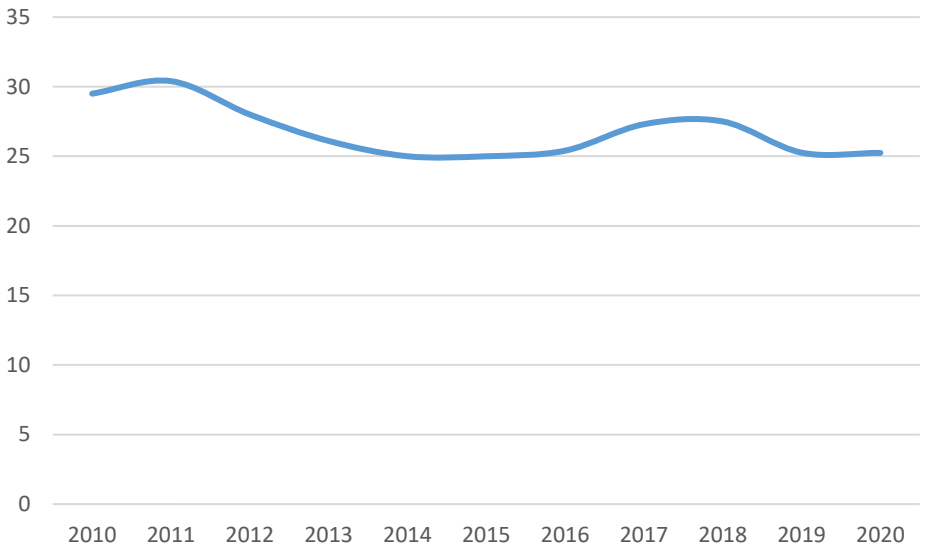


Figura 76. Evolución del porcentaje de publicidad de alimentación y bebidas dirigidos a niños y niñas de 4 a 12 años en HPR 2010-2020.



FUENTE: KANTAR MEDIA | "GRP´s dirigidos a niños y niñas" spots emitidos en TV´s infantiles: CLAN, DISNEY, BOING, PANDA, CARTOON, CARTOONITO, NICK, SUPER3, ETB3, BABY, JETIX, KIDSCO.