

Medidas antropométricas



Medidas antropométricas

En este apartado se han utilizado variables numéricas. **Peso:** en Kg. En caso de que no se supiera, se podía pesar y se debía descontar un Kg. por la ropa (sin abrigo) y otro por ambos zapatos.

Altura: medida en cm. Si la desconociera, se podía medir preferiblemente sin zapatos, si se midió con ellos, habría que descontar la parte proporcional de la altura del tacón de dichos zapatos.

La altura media declarada de la población adulta asturiana es de 167,3 cm. con una desviación típica de 9,1 cm. La altura media respecto a lo obtenido en la anterior Encuesta de Salud, realizada en el 2008, ha aumentado 1,1 cm. y 1,3 cm. respecto a la del año 2002. Por tanto, en los últimos diez años la estatura media declarada de los asturianos ha aumentado más de 2 centímetros.

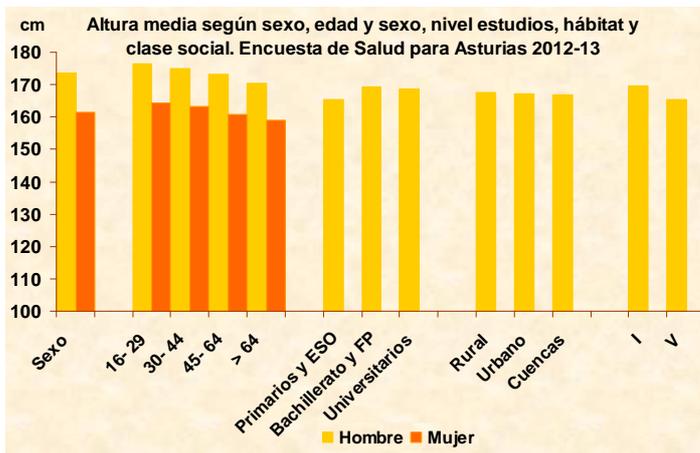
El peso medio declarado de la población asturiana de cualquier edad, en el año 2012, es de 72,7 Kg. (DS 14,1 kg.). Respecto a lo obtenido en la Encuesta de Salud de 2008 ha aumentado casi 1 Kg. y 1,5 kg. en relación con la del año 2002. En los últimos 10 años en Asturias se ha ganado 1,6 kg. de media de peso.

Por **sexos**, los hombres son unos 12 cm. más altos que las mujeres para el conjunto de todas las edades. La altura media declarada en hombres es de 173,6 cm. frente a 161,4 cm. de las mujeres. En el análisis evolutivo, en el caso de los hombres, se ha ganado algo más de 1 cm. respecto al 2008, y en las mujeres se ha incrementado en 1 cm. respecto a la anterior encuesta.

También, los hombres pesan más que las mujeres; unos 14 Kg. más de media. En aquéllos el peso medio se sitúa en 80,1 Kg. frente a los 65,9 Kg. en mujeres. Estas cifras significan que tanto en hombres como en mujeres se ha ganado peso con respecto al año 2008 y 2002. En total, los hombres han ganado casi 2 kg. y las mujeres 1 Kg., con respecto a la encuesta realizada hace diez años.

Por **edades**, también existen diferencias. La altura presenta en ambos casos una relación inversa con la edad y es, por tanto, la población más joven la que tiene mayor estatura. Las personas más jóvenes (15-29 años) miden de media 170,6 cm. frente a 163,7 cm. de las personas mayores (65 y más años).

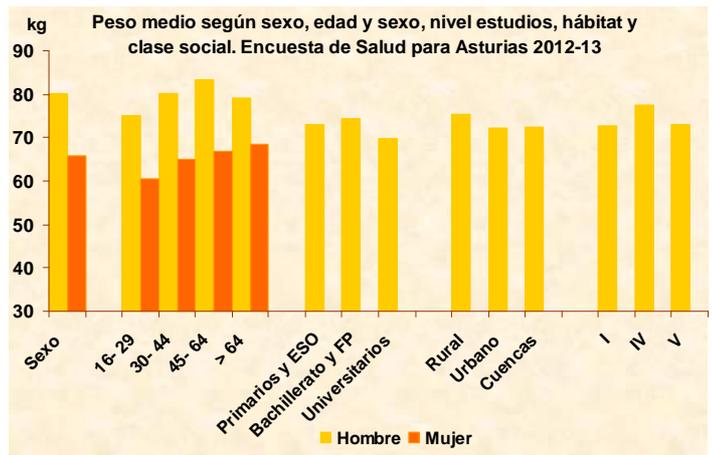
El peso medio más elevado corresponde a las personas de 45-64 años de edad (74,9 kg.) y el menor a la cohorte de población más joven (67,9 Kg.). Con respecto a los resultados de la ESA-2008, han ganado peso las generaciones de edades medias (45-64 años) 1,5 kg.



Por **edad y sexo**, observamos que la mayor estatura corresponde a los hombres de 15-29 años (176,3 cm.) y la

menor en los hombres mayores (170,2 cm.). En el caso de las mujeres, las mayores tallas promedio son también en jóvenes (164,4 cm.) y las menores en mujeres mayores (159,1 cm.).

Los mayores pesos corresponden a los hombres de 45-64 años (promedio de 83,4 Kg.) y los menores en personas jóvenes (75,1 kg.). En mujeres, las mujeres de más edad son las que más pesan (68,4 kg. de promedio) y las que menos las más jóvenes (60,5 kg.). El diferencial entre mayores y menores pesos es el mismo en hombres que en mujeres (8Kg.).



Según el nivel de **estudios**, se aprecia una diferencia de más de 3cm. entre los que poseen estudios de bachillerato y universitarios respecto a los que declaran solo estudios primarios y de ESO (169,2 cm. en los primeros, 168,5 cm. en los segundos y 165,5 cm. en aquellos con estudios más básicos).

Atendiendo al **hábitat** de residencia, no se han encontrado diferencias relevantes.

Según a la **clase social**, las mayores diferencias se observan entre la clase social I (la más elevada) y la V (la menos), con 4 cm. entre ambas (169,6 cm.-165,4 cm.).

En relación con el **peso**, aquellos que declaran tener estudios **universitarios** tienen un peso medio inferior de casi 5 kg. respecto a los que tienen estudios de bachillerato y ESO.

Las personas que residen en el **hábitat rural** tienen un peso medio superior al del resto de hábitat (75,5 kg. en el primero por 72,3 Kg. en el urbano, por ejemplo).

Atendiendo a la **clase social** en que se encuadran las personas, las clases sociales menos favorecidas son las que declaran mayor peso. En la IV 77,5 kg. y en la V 73 kg.

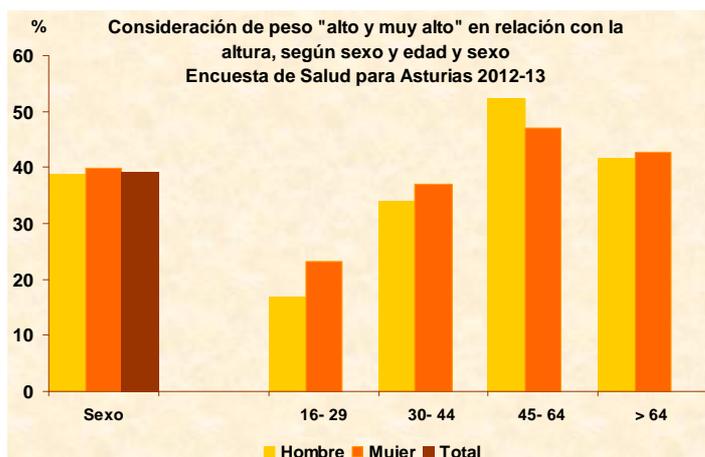
Opinión sobre peso y talla

La opinión de cual es su peso y su talla es fundamental para la propia percepción de su esquema corporal, y más aún para la instauración de políticas encaminadas a modificar el comportamiento de consumo de nutrientes o de la intervención en relación a la obesidad. Para conocer cómo se siente la población en relación a su peso y talla se realizó la siguiente pregunta: ¿usted considera que su peso en relación a su talla es?

Un 54,5% de las personas consideran que la relación entre su peso y su talla es normal, mientras que una de cada tres considera que es alto (34%). Un 5,3% opina que su peso es muy alto y un 5,8% en que su peso es al menos bajo.

Se aprecian pocas diferencias en la consideración del peso atendiendo al **sexo**. Únicamente en la tipología "muy alto" las mujeres declaran en mayor frecuencia que los hombres que su peso es muy alto (6,9% vs. 3,6%, en hombres). La valoración del peso como normal es similar entre sexos.

Por **edades**, las personas de 45-64 años consideran con más frecuencia que tienen un peso superior al normal (49,7%, alto y muy alto), mientras que los más jóvenes son los que en mayor proporción manifiestan que su peso es normal o bajo (61,3%). Más de dos tercios de las personas jóvenes piensan que su peso es normal y solo un 2,4% que su peso es muy alto. Por el contrario, la mitad de las personas de 45-64 años cree que su peso es alto o muy alto, por un 20% de los jóvenes.



En relación a 2008 disminuyó el porcentaje de personas que estiman que su peso es normal: del 57% al 54,5%. En mujeres hay un aumento en la consideración de peso al menos bajo, pasando del 2,9% en el 2008 al 6,5% en el 2012. En hombres hay mayor preocupación por el aumento de peso entre ambas encuestas. Comparando estos resultados con los obtenidos en la última Encuesta Nacional de Salud (ENSE2011) con datos para el conjunto de España, tenemos que la consideración de peso normal es inferior en Asturias que en España (54,5% vs. 60,9%) y es superior en nuestra región en la dimensión "alto" (34% vs. 27%)

Índice de masa corporal (IMC)

Se ha calculado la relación peso-talla mediante índice de masa corporal (Kg./m²) con arreglo a la siguiente clasificación:

Parámetros de clasificación de la población según IMC, Asturias, 2012.

IMC	
Bajo peso	<18,5
Normopeso	>18,5 - <25
Sobrepeso	>25 - <30
Obesidad	>30

Los resultados que nos aporta la Encuesta de Salud en el año 2012-13 son que menos de la mitad de nuestra población adulta tiene cifras de peso normal (normopeso) (44%), un 37% tiene problemas de sobrepeso y un 16,7% de obesidad. Un 2,5% de la tiene criterios de bajo peso. Estos porcentajes son muy parecidos a los obtenidos en la última Encuesta Nacional de Salud: 44,2% normopeso, 36,7% sobrepeso y 17% con obesidad. Respecto al año 2008 en Asturias se observa un descenso de la proporción de bajo peso y un aumento del sobrepeso.

Clasificación de la población según IMC, Asturias, 2012-13, según sexo (%). Asturias 2012.

	SEXO		TOTAL
	HOMBRE	MUJER	
Bajo peso	0,8	4,1	2,5
Normopeso	36,9	50,0	43,8
Sobrepeso	43,7	31,0	37,1
Obesidad	18,5	14,9	16,7

FUENTE: "III Encuesta de Salud para Asturias". Año 2012-13. DGSP.

Por **sexo**, las mujeres presentan un mayor porcentaje que los hombres con índices de peso normal y de bajo peso (50% y 4,1%, en mujeres y 36,9% y 0,8%, en hombres). Un 46% de las mujeres refieren problemas de, al menos, sobrepeso mientras que tienen ese mismo problema un 62% de los hombres. En el caso del bajo peso la proporción de mujeres es

estas circunstancias es más de cuatro veces superior a la de los hombres. Respecto a los datos nacionales, en España hay mayor porcentaje de hombres con sobrepeso (45,1%) que en nuestra región (43,7%), mientras que en Asturias la prevalencia de mujeres con sobrepeso (31%) es ligeramente superior a la media española (28,1%). El porcentaje de mujeres obesas es ligeramente inferior en Asturias (14,9%) que en España (16%).

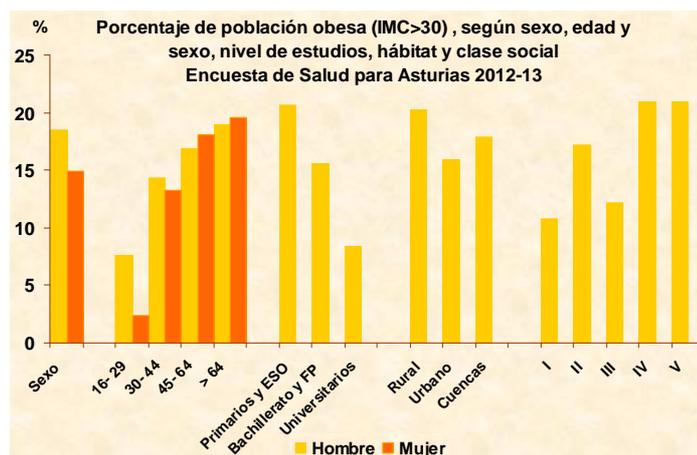
Ha disminuido ligeramente el porcentaje de personas obesas desde el 2008 hasta el 2012 y sin embargo se ha incrementado notablemente el número de personas con sobrepeso entre ambas encuestas. En el año 2008 el porcentaje de personas con sobrepeso era del 28% y en la actualidad, como se comentó anteriormente, del 37,1%. El de obesidad bajó del 19% al 16,7%.

Los criterios de bajo peso y peso normal presentan una tendencia decreciente con la **edad**. En la clasificación de bajo peso: 7,2% en el grupo más joven (15-29 años) por 2,1% en el de los mayores (65 y más) y en el de peso normal, 68,1% vs. 26,6% para estos dos mismos grupos de edad. Lógicamente, al aumentar la edad también aumentan los porcentajes de sobrepeso (19,7% en los más jóvenes por 50,8% en los mayores) y la obesidad, 5,1% por 19,6% en los mismos grupos etarios.

Por edad en **ambos sexos**, se aprecian descensos más acusados entre las mujeres en el concepto bajo peso, ya que es mucho más frecuente en ellas (12,8% en el grupo de 15-29 años por 1,9% en 65 y más). En las mujeres, también las variaciones en el sobrepeso y el normopeso son más importantes a partir de los 45 años. Respecto a la obesidad, mantiene una tendencia creciente con la edad en ambos sexos, destacando los valores correspondientes a los hombres de edades intermedias de la vida 27,2% (45-64 años).

Por **nivel de estudios**, a medida que éstos aumentan disminuye el porcentaje de personas con sobrepeso y obesidad y, lógicamente, se incrementan las personas que tienen bajo peso y peso normal. Obesidad: 20,7% en los de estudios más básicos por 8,3% entre los universitarios; sobrepeso: 39,5% en los primeros por 31,6% en los segundos. Normopeso: 37,3% vs. 56,3%, respectivamente.

En el **hábitat** urbano hay mayores porcentajes de personas con peso normal (45,1%) que en el rural (36,8%) o en las cuencas mineras (42,6%). Mientras que el sobrepeso y la obesidad son mayores en las personas que residen en el hábitat rural (41,8%) que en las que residen en el urbano (36,1%) y en las cuencas (37,5%).



Según la **clase social** en la que se sitúan las personas, se observa que a medida que disminuye ésta aumenta la obesidad y el sobrepeso. Por tanto, se incrementa el porcentaje de personas con peso normal y bajo peso cuando las clases sociales se van haciendo más elevadas. En la clase social I, la más elevada, una de cada diez personas son obesas (10,8%) mientras que en la V, la más baja, la proporción de duplica, una de cada dos (19,9%). El sobrepeso, en estos dos mismos grupos sociales, un 35,5% por un 39,4%, y los que presentan un peso normal son el 50,6% de los pertenecientes a clase social I por un 37,7% de la V.

Informe realizado por: Mario Margolles, Ignacio Donate y Juan Salvadores. Agosto de 2014.