



Mujeres y Hombres en La Rioja

Salud y Hábitos saludables







Año 2021

Gobierno de La Rioja
www.larioja.org



Instituto
de Estadística
de La Rioja

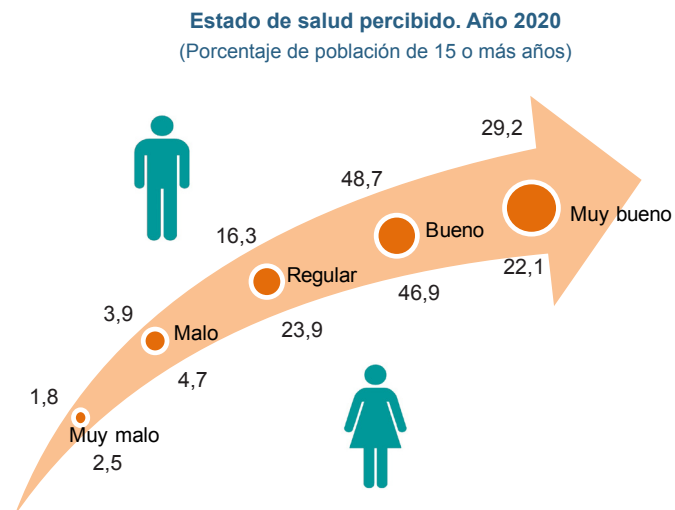
Algunas variables de salud

	Hombre	Mujer
 Alguna enfermedad o problema de salud crónico percibido	46,4	57,7
 Consumo de medicamentos en las 2 últimas semanas	56,6	69,2
 Hospitalización en los 12 últimos meses	13,8	10,8
 Utilización del servicio de urgencias en los últimos 12 meses	22,8	25,5
 Han tomado antidepresivos o estimulantes en las 2 últimas semanas	2,7	5,7
 Nunca ha ido al dentista	3,7	1,1

Fuente: Encuesta Europea de Salud 2020

La **percepción de la salud** se ve influenciada por factores como las condiciones económicas, culturales o ambientales, pero también varía de forma clara con la edad y con el sexo.

A mayor edad, baja el porcentaje de personas que piensan que su salud es buena o muy buena: en cuanto al sexo, las mujeres consideran que su salud es ligeramente peor que la de los hombres.



Según la Encuesta Europea de Salud 2020, el 29,2% de los varones de 15 o más años en La Rioja consideran su salud como muy buena frente a un 22,1% de las mujeres. Sin embargo, el 46,9% de las mujeres se sienten bien, a la vez que lo hace el 48,7% de los varones. Es decir, el 68,9% de las mujeres y el 77,9% de los hombres valoran su salud como buena o muy buena.

La diferencia también es mínima entre los que creen tener una salud mala o muy mala, son el 5,7% de los riojanos y el 7,2 de las riojanas.

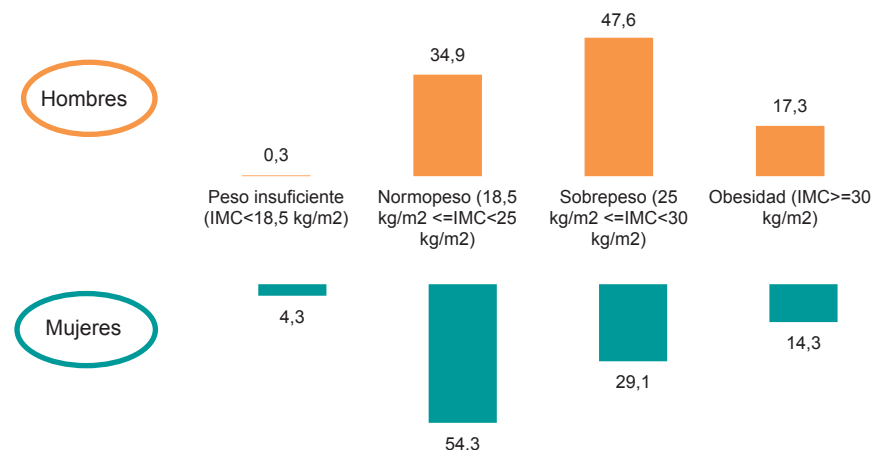
En 2020, la **esperanza de vida al nacimiento** es de 85,5 años para las mujeres y de 79,6 años para los hombres, aunque hay que señalar que no todos estos años se disfrutan con buena salud. Aunque no hay datos a nivel regional, sí los hay para España; en el año 2020 la esperanza de vida masculina a nivel nacional es de 79,6 años y la femenina es 85,1 años y, según Eurostat, la **esperanza de vida al nacimiento en buena salud** en 2019 en nuestro país para las mujeres es de 70,4 años y para los hombres de 69,4 años, se da un año de diferencia.

Según la Encuesta Europea de Salud 2020, el 57,7% de las mujeres consideran que sufren una **enfermedad crónica** mientras que los varones con esa percepción son el 46,4%.

Las dolencias que afectan a la población femenina las llevan a que el 69,2% de ellas haya tomado algún tipo de **medicamento** en las 2 semanas anteriores a la encuesta (48,8% recetado, 13,0% recetado y no recetado y 7,4% no recetado).

En el caso de los hombres, se han medicado un 55,6%. La automedicación afecta al 8,9% y adicionalmente otro 6,1% de ellos combina medicamentos recetados con no recetados, de forma que un 41,5% de la población masculina solo toma medicamentos prescritos por el médico.

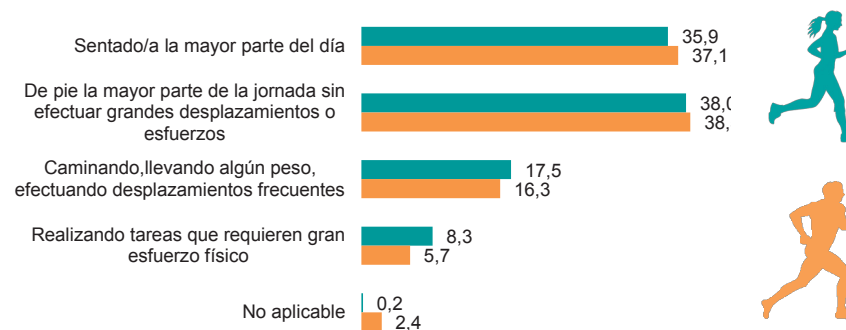
Distribución de la población adulta según Índice de masa corporal. Año 2020



En relación a los **determinantes de la salud**, cabe resaltar que el sobrepeso y la obesidad afectan en mayor medida a los hombres que a las mujeres en La Rioja. Un 47,6% de los varones presenta sobrepeso mientras que sólo afecta al 29,1% de las mujeres. Adicionalmente, un 17,3% de los varones y un 14,3% de la población femenina están afectados por obesidad.




Ejercicio físico en el trabajo o actividad principal. Año 2020

(Porcentaje de población de 15 o más años)



Otro aspecto que repercute directamente en la salud es la realización de alguna **actividad física** de forma regular, ya sea durante la jornada laboral o durante el tiempo de ocio, ya que la falta de actividad o sedentarismo repercute muy negativamente en la salud.

Entre la población de 15 y más años residente en La Rioja en 2020, el **consumo de tabaco y alcohol** es mayor entre los hombres que entre las mujeres.

Consumo de tabaco y alcohol. Año 2020		Hombres (%)	Mujer (%)
	Consumo diario de tabaco	20,7	16,9
	Consumo ocasional de tabaco	4,3	3,6
	Ha dejado el consumo de tabaco	33,7	23,3
	Nunca ha fumado	41,4	56,3
	Consumo de alcohol en los últimos 12 mes		
	- Sí ha consumido	80,8	64,7
	- No ha consumido	19,2	35,3

El 20,7% de los varones fuma a diario mientras que sólo lo hace el 16,9% de ellas, además, el 41,4% de los hombres no ha fumado frente a un 56,3% de mujeres en la misma situación.

Otro dato reseñable en relación con el tabaquismo es que hay un 33,7% de hombres exfumadores, más de 10 puntos por encima de la de las mujeres (23,3%). Por otro lado, el 97,6% de los varones nunca ha utilizado cigarrillos electrónicos o similares, dato similar al de las mujeres (97,4%).

En cuanto al consumo de alcohol, en los últimos doce meses han consumido alcohol el 80,8% de los hombres y el 64,7% de las mujeres.

En 2020, el 26,7% de los hombres de más de 15 años consumió alcohol de manera intensiva al menos una vez al mes por encima del 22,1% de las mujeres. Se entiende por consumo intensivo la ingestión de 60 gr de alcohol puro en el caso de los hombres y de 50 gr en caso de las mujeres, es decir, el equivalente a seis cervezas o tres combinados, en un intervalo de cuatro a seis horas.

Así también fue más relevante en los hombres que en las mujeres en el consumo intensivo de 1 a 4 días a la semana con un 1,8% para los hombres y de un 17,0% para el consumo 1 a 3 días al mes. Para las mujeres estos porcentajes son 1,3% y 13,8% respectivamente. Además un 62,7% de mujeres declara no haber consumido alcohol de forma intensiva nunca mientras que los hombres en esta situación son el 54,2%.

También aparecen diferencias por género en el patrón de **consumo de alimentos**.

El 79,0% de las mujeres comen fruta fresca diariamente, hecho que realizan el 72,6% de los varones; adicionalmente, el 53,9% de las mujeres y el 39,2% de los varones comen verdura, ensaladas y hortalizas diariamente. En cambio, el porcentaje de varones que ingieren carne todos los días es del 16,0% frente a un 17,6% para las mujeres.



Un hábito menos saludable es el consumo de refrescos con azúcar y de comida rápida; el 57,3% de las mujeres declara no tomar nunca ese tipo de refrescos (51,0% hombres) y otro 42,1% de las mujeres dice no comer nunca comida rápida mientras que para los hombres este porcentaje baja al 39,0%.

Distribución de los profesionales de la sanidad por sexo. Año 2020

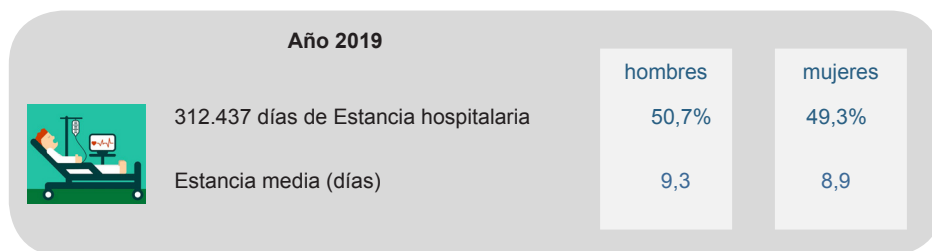
Profesión	Hombres (%)	Mujer (%)
Terapeutas ocupacionales	4,6	95,4
ATS/Diplomatura en Enfermería	8,5	91,5
Psicología	13,7	86,3
Farmacia	27,5	72,5
Fisioterapeutas	29,9	70,1
Podología	26,5	73,5
Óptica-Optometría	33,1	66,9
Medicina	46,2	53,8
Odontología	48,0	52,0
Veterinaria	49,8	50,2

En cuanto a los **profesionales sanitarios**, se aprecia una clara feminización. Las mujeres tienen mayor peso relativo que los hombres en todas las ramas sanitarias.

En el lado opuesto, se encuentran profesiones como Terapeuta ocupacional, colectivo en el que las mujeres suponen el 95,4% o el grupo de ATS/Diplomatura en Enfermería, con un 91,5% de presencia femenina.

También es reseñable que en sectores muy masculinizados en el pasado, como Veterinaria, Medicina u Odontología, en 2020 las mujeres representan algo más del 50% de los profesionales y sobre todo, son mayoría entre los que se van incorporando a dichas profesiones.

A lo largo de 2019 (últimos datos disponibles) se produjeron en La Rioja 312.437 días de **estancias hospitalarias** de residentes; el 50,7% de las mismas correspondieron a hombres y el 49,3% a mujeres.



El mayor número de estancias hospitalarias de la población residente en La Rioja es debido a trastornos mentales, supone el 21,1% de las femeninas y el 19,7% de las masculinas.

Las enfermedades del aparato circulatorio, por su parte, son la segunda causa, con el 14,8% de todas las estancias de los varones y el 13,1% de las de mujeres son debidas a estas dolencias. Es reseñable que solo las enfermedades cerebrovasculares provocan un 3,7% de las estancias hospitalarias femeninas (4,1% para los hombres).

Las enfermedades del aparato respiratorio son la tercera causa de estancia hospitalaria, provocan el 11,8% de las estancias hospitalarias de hombres y el 9,9% de las estancias de mujeres a lo largo de 2019. Dentro de estas la neumonía ocasiona el 21,3% de las hospitalizaciones masculinas y el 15,3% de las femeninas.

En el caso de las mujeres hay que señalar que las Complicaciones del embarazo, parto y puerperio son el origen del 5,7% de las hospitalizaciones en 2019.

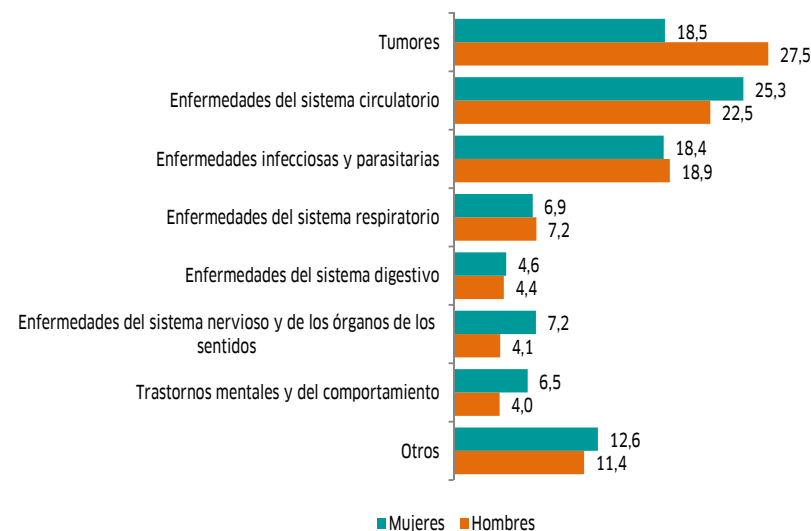
La **estancia media** es de 9,3 días para hombres y de 8,9 para mujeres, si bien la duración de la estancia viene totalmente condicionada por el diagnóstico principal y se aprecian ciertas diferencias por género.

Las estancias hospitalarias más largas son debidas a Trastornos mentales y del comportamiento con 127,1 días para las mujeres y 81,0 días para los hombres.

Las enfermedades con origen en el periodo perinatal provocan estancias medias de 10,6 días para las mujeres y de 11,9 días para los varones.

Las lesiones traumáticas, envenenamientos y otras consecuencias de causas externas ocasionan estancias medias de 11,3 días para las mujeres y 8,5 días para los hombres.

Principales causas de muerte. Año 2020



En cuanto a las **causas de muerte**, entre la población riojana los tumores y las enfermedades del sistema circulatorio se mantienen durante 2020 como las más frecuentes aunque en distinto orden según sexo.

Así, los tumores son la principal causa de muerte para los hombres al provocar el 27,5% de los fallecimientos mientras que entre las mujeres este porcentaje baja 9 puntos, quedándose en el 18,5%. Por su parte, las enfermedades del sistema circulatorio causan el 25,3% de los decesos femeninos y el 22,5% de los de varones.

Hay que reseñar que en 2020 cobran protagonismo las enfermedades infecciosas y parasitarias donde se incluye COVID-19 virus identificado y COVID-19 sospechoso. En concreto, son la tercera causa de muerte tanto en hombres (18,9%) como en mujeres (18,4%).

Así mismo, resulta reseñable que dentro de las causas externas de mortalidad, hay claras diferencias por género; de los 122 fallecidos por dichas causas, había 82 varones y 40 mujeres. Los decesos más frecuentes se deben a caídas accidentales (10 varones, 10 mujeres) y a los suicidios (21 hombres, 8 mujeres).

[Más datos >](#)