

# I Estudio de salud y bienestar en la infancia

RESUMEN EJECUTIVO

**DKV** Salud

Cuídate mucho

---

## Índice

---

Introducción	5
Tamaño de la muestra	7
Cuotas poblacionales y variables clasificación	7
Análisis de la encuesta	
	11 Alimentación
	23 Actividad física
	28 Sueño
	29 Comportamiento del niño
	37 Relaciones familiares
Conclusiones	50

---

## Introducción

Mejorar la salud de los niños y niñas no es un reto únicamente para la Administración o de los centros asistenciales de salud; tampoco para las familias o los educadores, aunque su papel es fundamental. Cualquier agente social puede ser promotor de salud, tanto a nivel infantil, familiar, o comunitario. El tejido empresarial, los medios de comunicación, la sociedad civil, etc. todos somos agentes que podemos y debemos alinearnos para lograr este objetivo.

Existe una tendencia creciente por parte de padres, familiares y educadores de querer estar informados, de disponer de conocimiento actualizado y tener al alcance las mejores herramientas para educar a los más pequeños en una vida saludable.

El **Instituto DKV de la Vida Saludable** y el **Hospital Sant Joan de Déu Barcelona** se han unido para elaborar el “I estudio de salud y bienestar en la infancia”, con el objetivo de ofrecer una información amplia sobre los hábitos saludables y sobre el grado de bienestar infantil, para tener una foto de la situación actual a partir de la cual poder proponer estrategias y acciones de promoción de la salud desde edades tempranas.

Este estudio se enmarca en la tarea pedagógica en materia de salud que viene realizando el Instituto DKV de la Vida Saludable desde hace años, entre ellas el proyecto de prevención y lucha contra la obesidad infantil #DKVapptivate.

Por su parte, el Hospital Sant Joan de Déu Barcelona lleva años apostando por la promoción de la salud y el bienestar infantil, así como de la prevención de las enfermedades, como uno de sus ejes estratégicos.

El “I estudio de salud y bienestar en la infancia” aporta información valiosa a los padres, tanto sobre aspectos conocidos como los hábitos de alimentación y de actividad física o la calidad del descanso de los niños, como también sobre otros temas importantes también para la salud infantil como el tiempo de comer en familia, las actitudes de los padres ante la sal y el azúcar o la lectura del etiquetado de los alimentos.

En relación al comportamiento de los hijos, el estudio ha preguntado sobre las actitudes infantiles ante los límites, la atención, etc. así como conductas que indican el grado de bienestar de los pequeños, en casa y en el colegio. Finalmente, se ha preguntado sobre

las relaciones familiares, la percepción que tienen los padres de si dedican suficiente tiempo a sus hijos y sobre su grado de preocupación sobre su salud y bienestar.

Las diferentes temáticas abordadas en el estudio nos dan una información amplia sobre los hábitos y comportamientos saludables y sobre el grado de bienestar infantil, fundamentales para poder proponer las mejores estrategias y acciones de promoción de la salud que ayuden a crear estilos de vida saludables desde edades tempranas.

Aquellos que trabajamos en promoción de salud sabemos que se trata de una inversión tanto para el presente como para el futuro de estos niños y niñas, y es nuestra la responsabilidad de dotarles de las mejores herramientas que estén a nuestro alcance y de todo el conocimiento posible para que puedan vivir una vida plena, saludable y feliz.



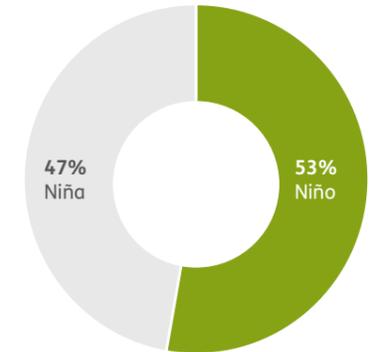


## 1. Tamaño de la muestra

Para el estudio se han recogido datos a través de una encuesta online de un total de 2013 encuestados de todo el territorio nacional. La muestra recoge representantes de todas las comunidades autónomas repartidos en función de la densidad de población.

El presente estudio trata diferentes aspectos sobre los niños. A tal efecto, se realizó una batería de preguntas a los participantes sobre uno de sus hijos, por lo que el encuestado debía indicar sobre qué hijo se basarían sus respuestas.

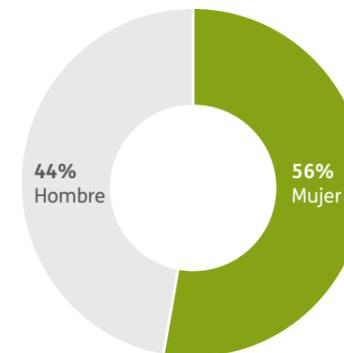
### GÉNERO



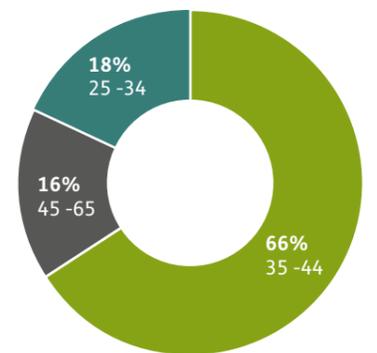
## 2. Cuotas poblacionales y variables de clasificación

### 2.1. Perfil del encuestado

#### ¿ERES...?



#### EDAD

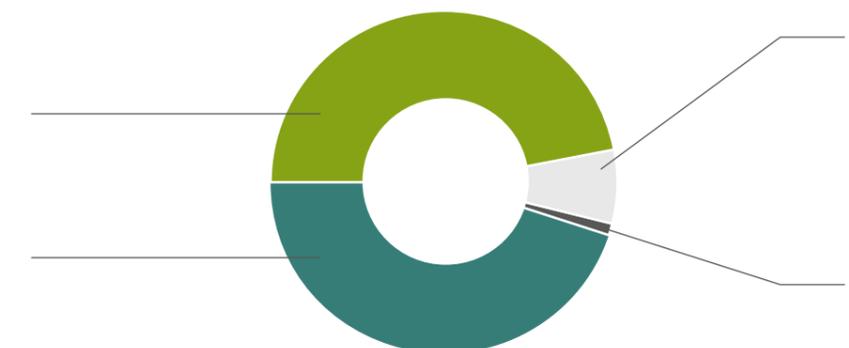


El 56% de los encuestados eran mujeres. La edad media fue cercana a los 40 años. Un 66% tenía entre 35 y 44 años.

#### SÍ, CUÁNTOS

47%  
2 hijos

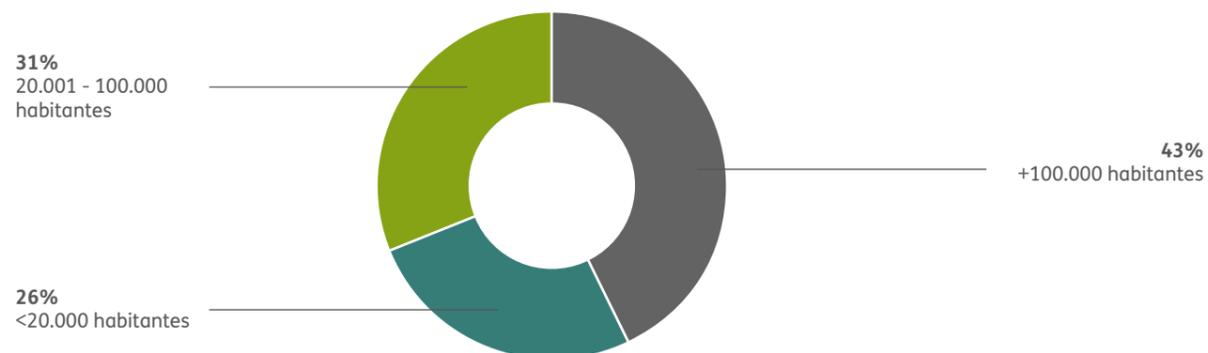
45%  
1 hijo



Cerca del 45% de los participantes tenía un solo hijo, y el 47%, tenía 2. De media, los encuestados tenían 2 hijos.

## 2.2. Lugar de residencia

### Tipo de hábitat

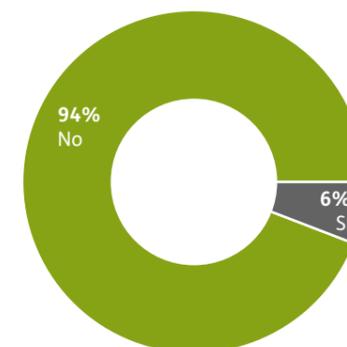


El 43% de los participantes en el estudio residía en ciudades de más de 100.000 habitantes, el 31% en ciudades entre 20.000 y 100.000 habitantes, y el 26% en municipios de menos de 20.000 habitantes.

HABITAT	n	%TOTALES	% VÁLIDOS
<10000	313	15.55	15.55
10000-20000	205	10.18	10.18
20001-50000	329	16.34	16.34
50001-100000	288	14.31	14.31
100001-500000	569	28.27	28.27
>=500001	309	15.35	15.35
<b>Total</b>	<b>2013</b>	<b>100.00</b>	<b>100.00</b>

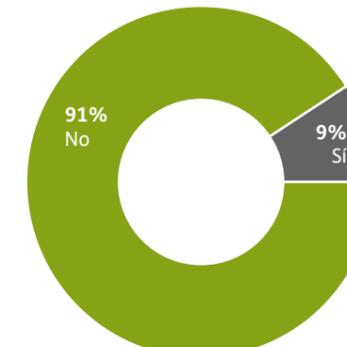
## 2.3. Factores de riesgo

### ¿Tiene tu hijo/a alguna intolerancia alimentaria?



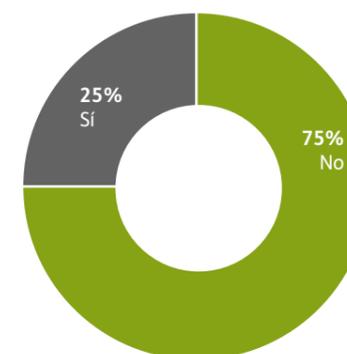
El 6% de los padres ha manifestado que su hijo sufre de alguna intolerancia alimentaria.

### ¿Tiene tu hijo/a antecedentes de dislipemia familiar?



Cerca del 9% de los encuestados ha indicado que su hijo tiene antecedentes de dislipemia familiar.

### ¿Tiene tu hijo/a antecedentes familiares de diabetes?

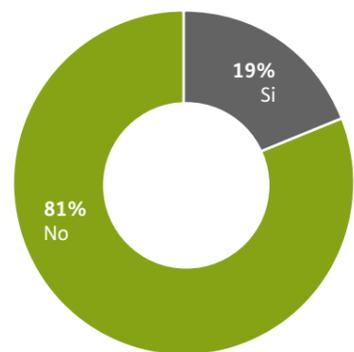


El 25% de los encuestados ha señalado que su hijo tiene antecedentes familiares de diabetes.



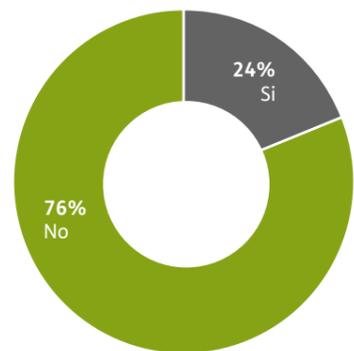
### ¿Alguno de los progenitores sufre obesidad?

¿ALGUNO DE LOS PROGENITORES SUFRE OBESIDAD?	n	%TOTALES	% VÁLIDOS
Ninguno	1631	81.02	81.02
La madre	172	8.54	8.54
El padre	137	6.81	6.81
Ambos	73	3.63	3.63
<b>Total</b>	<b>2013</b>	<b>100.00</b>	<b>100.00</b>



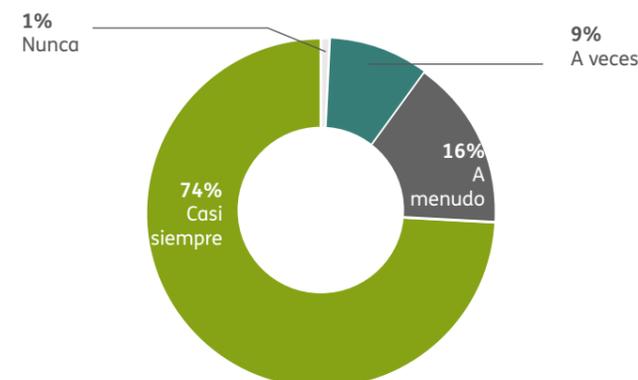
El 19% de los participantes en el estudio ha señalado que alguno de los progenitores del niño tiene obesidad (sobrepeso u obesidad).

### ¿Tiene tu hijo/a antecedentes familiares de riesgo cardiovascular (hipertensión, etc.)?



El 24% de los participantes en el estudio ha afirmado que su hijo tiene antecedentes familiares de riesgo cardiovascular.

### ¿Duerme bien tu hijo/a?



El 90% de los participantes en la encuesta ha asegurado que su hijo a menudo o casi siempre duerme bien, mientras que un 10% de los niños tiene problemas para dormir.



De toda la muestra, el 25 % de niños tiene antecedentes familiares de diabetes, el 24% antecedentes cardiovasculares y el 19 %, de obesidad en uno o ambos padres, mientras que un 9% tiene antecedentes de dislipemia familiar

## 3. Análisis de la encuesta

A continuación, se procede a realizar el análisis de la encuesta del estudio de bienestar de la infancia 2018, de niños entre 1 y 10 años.

Este apartado ofrece los resultados sobre

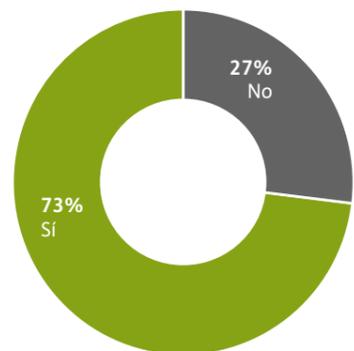
- Alimentación,
- Actividad física,
- Sedentarismo
- Horas de sueño
- Comportamiento del niño
- Relaciones familiares

### 3.1 Alimentación

#### ¿Tenéis un horario fijo establecido para comer toda la familia junta en la mesa?

¿TENÉIS UN HORARIO FIJO ESTABLECIDO PARA COMER TODA LA FAMILIA JUNTA EN LA MESA?	n	%TOTALES	% VÁLIDOS
Sí	1344	73.36	73.36
No	488	26.64	26.64
<b>Total</b>	<b>1832</b>	<b>100.00</b>	<b>100.00</b>

¿Tenéis un horario fijo establecido para comer toda la familia junta en la mesa?



El 73% de los participantes en el estudio considera que tiene un horario fijo establecido para comer toda la familia junta en la mesa.

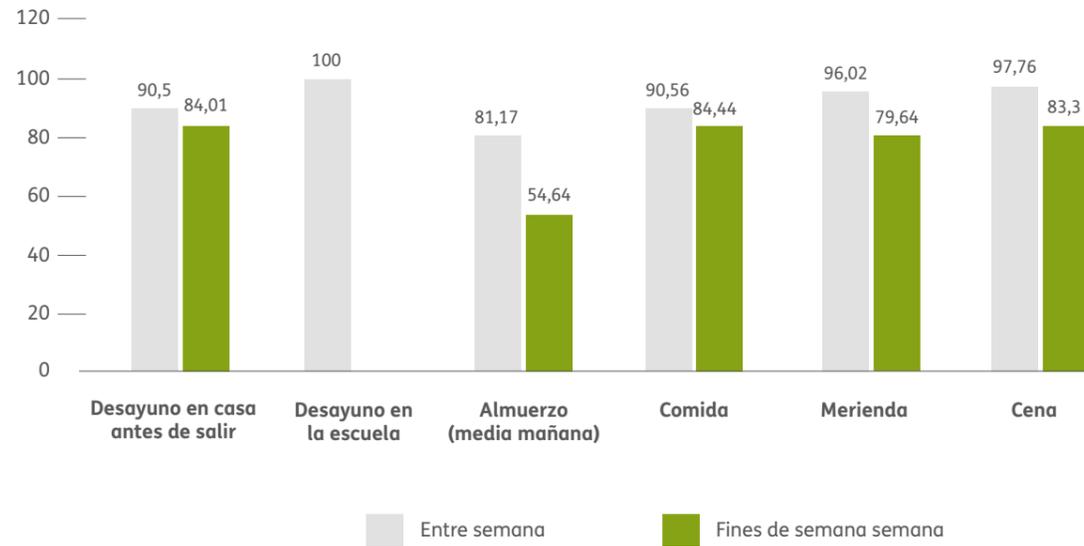
EDAD	18-24		25-34		35-44		44-65		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>¿TENÉIS UN HORARIO FIJO ESTABLECIDO PARA COMER TODA LA FAMILIA JUNTA EN LA MESA?</b>										
<b>Sí</b>	4	66.67	211	75.09	889	72.93	240	73.62	1344	73.36
<b>No</b>	2	33.33	70	24.91	330	27.07	86	26.38	488	26.64
<b>Total</b>	6	100.00	281	100.00	1219	100.00	326	100.00	1832	100.00



CCAA	Sí		No		Total	
	N	%	N	%	N	%
Andalucía	239	72.42	91	27.58	330	100.00
Aragón	37	71.15	15	28.85	52	100.00
Principado de Asturias	27	65.85	14	34.15	41	100.00
Illes Balears	39	79.59	10	20.41	49	100.00
Canarias	61	70.11	26	29.89	87	100.00
Cantabria	16	66.67	8	33.33	24	100.00
Castilla y León	71	73.96	25	26.04	96	100.00
Castilla-La Mancha	64	78.05	18	21.95	82	100.00
Catalunya	209	71.82	82	28.18	291	100.00
Comunitat Valenciana	159	78.33	44	21.67	203	100.00
Extremadura	35	81.40	8	18.60	43	100.00
Galicia	72	67.92	34	32.08	106	100.00
Madrid	183	72.62	69	27.38	252	100.00
Murcia	41	78.85	11	21.15	52	100.00
Navarra	20	74.07	7	25.93	27	100.00
País Vasco	63	74.12	22	25.88	85	100.00
La Rioja	8	66.67	4	33.33	12	100.00

Extremadura, Baleares y Murcia son las CCAA con los porcentajes más elevados de familias que comen juntas en un horario establecido.

¿Cuáles de estas comidas acostumbra a hacer el niño/a entre semana? ¿Y cuáles el fin de semana?



Se observa que los fines de semana existe más flexibilidad, la proporción de todas las comidas indicadas se muestra inferior que entre semana.

También vemos que el 9,5% de los niños no desayunan en casa, aunque sí lo hacen en la escuela con el 100% de respuestas afirmativas.

¿Con qué frecuencia consume tu hijo/a...?

ÍTEM	N	Nunca o casi nunca	1- 2 días a la semana	3-4 días a la semana	5-6 días a la semana	Todos los días	Media(SD)
Comida rápida, en casa o en restaurantes como Burguer King, Telepizza, etc	1832	1398 (76.3%)	410 (22.4%)	15 (0.8%)	8 (0.4%)	1 (0.1%)	4.7 (0.49)
Platos precocinados (pizzas, canelones, congeladas, latas, arroces, sopas y purés de sobre, envasados al vacío...)	1832	1069 (58.4%)	678 (37.0%)	69 (3.8%)	12 (0.7%)	4 (0.2%)	4.5 (0.62)
Repostería comercial no casera, como galletas, flanes, bollería, pasteles, etc	1832	475 (25.9%)	691 (37.7%)	384 (21.0%)	143 (7.8%)	139 (7.6%)	3.7 (1.16)
Chucherías y golosinas	1832	827 (45.1%)	776 (42.4%)	181 (9.9%)	32 (1.7%)	16 (0.9%)	4.3 (0.78)
Snacks fritos con sal (patatas fritas de bolsa, pipas, palomitas, cacahuètes, galletitas saladas...)	1832	23 (1.3%)	26 (1.4%)	173 (9.4%)	915 (49.9%)	695 (37.9%)	4.2 (0.77)

Todos estos grupos de alimentos se consideran poco saludables, por lo que la recomendación es que deben tomarse de forma ocasional.

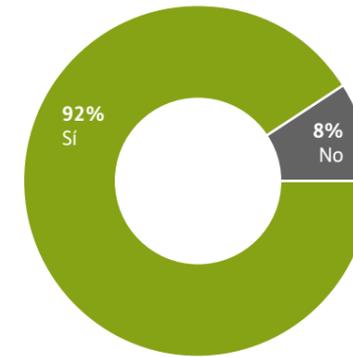
El alimento que obtuvo una media más baja, es decir, que se consume con mucha frecuencia, es la repostería comercial no casera (cerca de un 8% de los padres han indicado que su hijo la consume todos los días) y el 36% consumen 3 días a la semana o más.

En el caso de la comida rápida (un 76% de los padres han indicado que su hijo casi nunca la consume).

En el caso de las chucherías, el 12,5% de los encuestados ha indicado que su hijo toma 3 días a la semana o más, mientras que casi el 88% ha admitido el consumo de snacks y fritos 5 días a la semana o más.

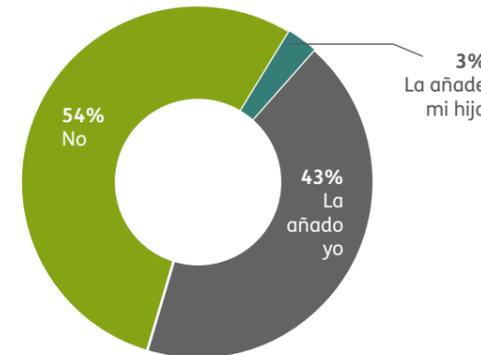
Mientras tanto, más del 95% sólo consume platos precocinados 2 días a la semana o menos.

¿Come tu hijo/a de forma equilibrada y suficiente?



Pese a que los datos analizados previamente sobre el consumo de alimentos no saludables demuestra que hay ciertos malos hábitos en la alimentación infantil, el 92% percibe que su hijo/a come de forma equilibrada y suficiente.

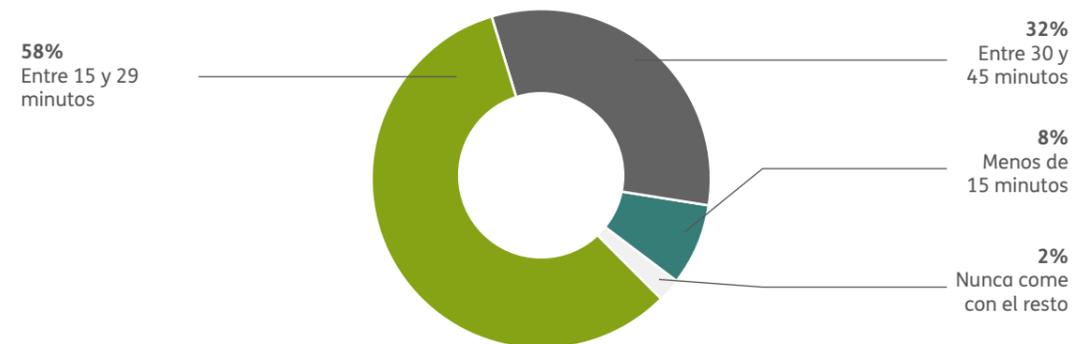
¿Normalmente tu hijo/a añade sal a los alimentos que toma en la mesa o bien le añades tú sal a sus alimentos?



Pese a que la Organización Mundial de la Salud recomienda consumir menos de 5 gramos (un poco menos de una cucharada de té) de sal por día, y que en la etapa infantil se recomienda ajustar a la baja, vemos que el 43% sí añade sal extra a los alimentos que se toman sus hijos/as.

¿NORMALMENTE TU HIJO/A AÑADE SAL A LOS ALIMENTOS QUE TOMA EN LA MESA O BIEN LE AÑADES TÚ SAL A SUS ALIMENTOS?	La añade mi hijo/a		La añado yo		No añadimos sal		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>CCAA</b>								
Andalucía	8	2.42	154	46.67	168	50.91	330	100.00
Aragón	3	5.77	21	40.38	28	53.85	52	100.00
Principado de Asturias	.	0.00	19	46.34	22	53.66	41	100.00
Illes Balears	4	8.16	20	40.82	25	51.02	49	100.00
Canarias	4	4.60	31	35.63	52	59.77	87	100.00
Cantabria	.	0.00	16	66.67	8	33.33	24	100.00
Castilla y León	1	1.04	37	38.54	58	60.42	96	100.00
Castilla-La Mancha	3	3.66	38	46.34	41	50.00	82	100.00
Catalunya	11	3.78	126	43.30	154	52.92	291	100.00
Comunitat Valenciana	7	3.45	72	35.47	124	61.08	203	100.00
Extremadura	.	0.00	23	53.49	20	46.51	43	100.00
Galicia	.	0.00	47	44.34	59	55.66	106	100.00
Madrid	5	1.98	103	40.87	144	57.14	252	100.00
Murcia	2	3.85	18	34.62	32	61.54	52	100.00
Navarra	.	0.00	16	59.26	11	40.74	27	100.00
País Vasco	4	4.71	46	54.12	35	41.18	85	100.00
La Rioja	.	0.00	4	33.33	8	66.67	12	100.00
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>2.84</b>	<b>791</b>	<b>43.18</b>	<b>989</b>	<b>53.98</b>	<b>1832</b>	<b>100.00</b>

Quando coméis en familia, ¿cuánto tiempo pasa tu hijo/a sentado a la mesa?

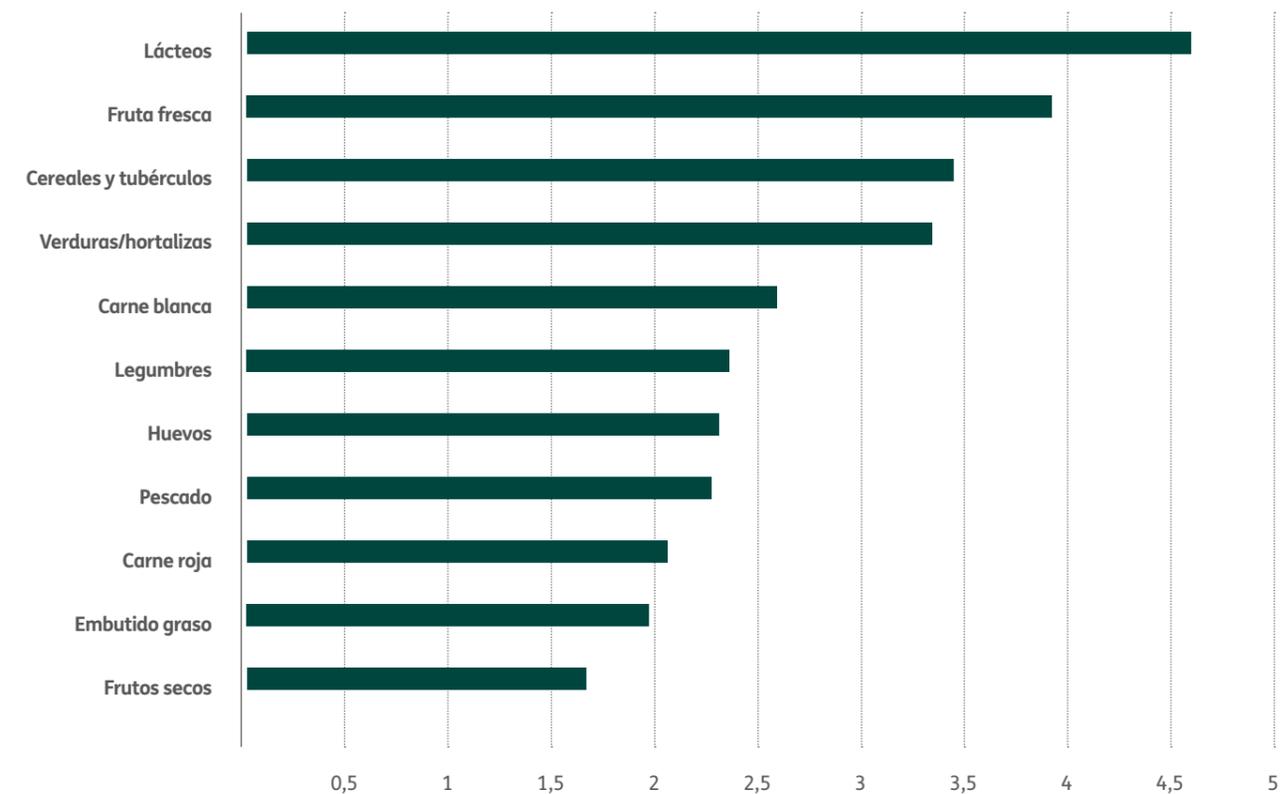


Independientemente del modelo de familia, el niño pasa entre 15 y 29 minutos sentado a la mesa. Un dato positivo es que el 32% están en la mesa entre 30 y 45 minutos, lo que parece indicar una buena interacción familiar.



### ¿Con qué frecuencia tu hijo/a acostumbra a consumir estos alimentos?

ITEMS	N	Nunca o casi nunca	1-2 días a la semana	3-4 días a la semana	5-6 días a la semana	Todos los días	Media (SD)
<b>FRUTA FRESCA</b> (incluye zumo natural exprimido en casa)	1832	79 (4.3%)	159 (8.7%)	398 (21.7%)	381 (20.8%)	815 (44.5%)	3.9 (1.18)
<b>VERDURAS/HORTALIZAS</b> (incluye ensalada). No incluye patatas	1832	90 (4.9%)	352 (19.2%)	631 (34.4%)	357 (19.5%)	402 (21.9%)	3.3 (1.16)
<b>LEGUMBRES</b> (lentejas, garbanzos, alubias, guisantes)	1832	85 (4.6%)	1117 (61.0%)	543 (29.6%)	64 (3.5%)	23 (1.3%)	2.4 (0.68)
<b>CARNE ROJA</b> (ternera, cordero...)	1832	345 (18.8%)	1113 (60.8%)	317 (17.3%)	44 (2.4%)	13 (0.7%)	2.1 (0.72)
<b>CARNE BLANCA</b> (ave, conejo, cerdo...)	1832	60 (3.3%)	816 (44.5%)	818 (44.7%)	118 (6.4%)	20 (1.1%)	2.6 (0.71)
<b>PESCADO</b> (blanco o azul o marisco)	1832	127 (6.9%)	1134 (61.9%)	502 (27.4%)	54 (2.9%)	15 (0.8%)	2.3 (0.67)
<b>CEREALES Y TUBÉRCULOS</b> (cualquier tipo de pan, pasta, arroz, patata)	1832	13 (0.7%)	428 (23.4%)	601 (32.8%)	309 (16.9%)	481 (26.3%)	3.4 (1.13)
<b>Huevos</b>	1831	91 (5.0%)	1183 (64.6%)	482 (26.3%)	55 (3.0%)	20 (1.1%)	2.3 (0.66)
<b>LÁCTEOS</b> (leche, yogur o queso)	1830	26 (1.4%)	58 (3.2%)	121 (6.6%)	222 (12.1%)	1403 (76.7%)	4.6 (0.86)
<b>EMBUTIDO GRASO</b> (fuet, chorizo, salami, mortadela...) No incluye pavo ni jamón	1832	668 (36.5%)	683 (37.3%)	357 (19.5%)	88 (4.8%)	36 (2.0%)	2.0 (0.96)
<b>FRUTOS SECOS</b> (crudos o tostados, sin sal). No incluye cacahuètes, que son legumbres	1832	967 (52.8%)	605 (33.0%)	182 (9.9%)	49 (2.7%)	29 (1.6%)	1.7 (0.88)



El producto más consumido son los lácteos, con una puntuación media de 4.59 sobre 5, donde 5 indica un consumo diario.

El 77% de los niños referentes en la encuesta consume lácteos a diario, lo que supone que el 23% no consume un producto que es recomendable que los niños tomen 2-3 veces al día.

El 44,5% de los niños consume fruta fresca todos los días, un total del 65% lo hacen más de 5 días a la semana. La recomendación es de consumir 3 raciones diarias.

Con las verduras y hortalizas, aunque la recomendación también es de 2-3 raciones diarias, sólo el 41,5% las consume 5 o más días a la semana.

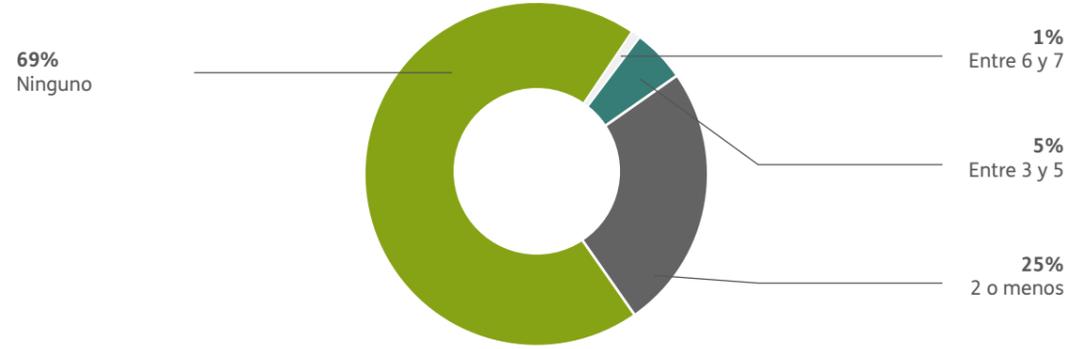
En cuanto a la carne roja, casi el 19% de los padres y madres afirma que sus hijos no comen nunca o casi nunca; mientras que la gran mayoría (78%) lo hacen entre 1 y 4 veces por semana.

El 68,8% argumenta que sus hijos/as comen pescado o marisco 2 o menos veces por semana, muy por debajo de la recomendación de 3-4 raciones por semana.

El consumo de huevos se concentra principalmente entre 1 y 2 raciones a la semana (64,6%), siendo la recomendación 3-4 raciones por semana.

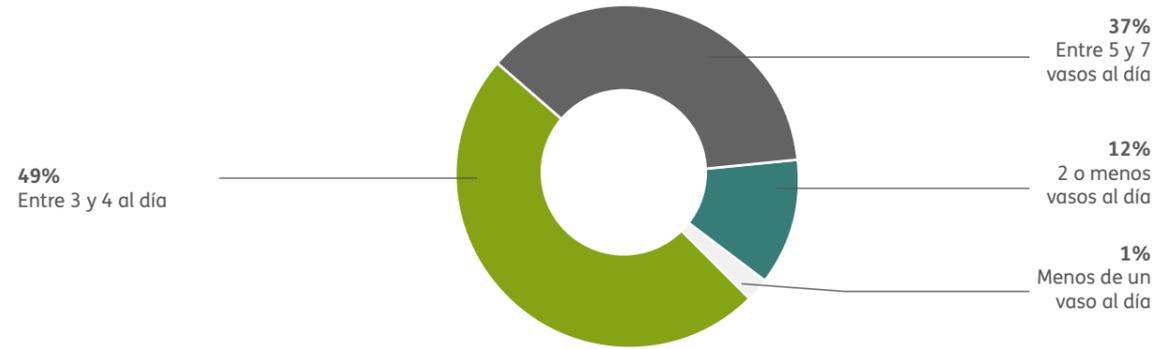
El consumo de legumbres es inferior a las 3-4 veces (3-4 raciones) a la semana recomendadas. De hecho solo cumple las recomendaciones 1/3 de los niños (34,3%, que es la suma de 29,6%, 3,5% y 1,3% de 3-4 días, 5-6 días y todos los días).

¿Cuántos refrescos de tipo cola, naranjada, limonada, etc. toma tu hijo/a por semana?



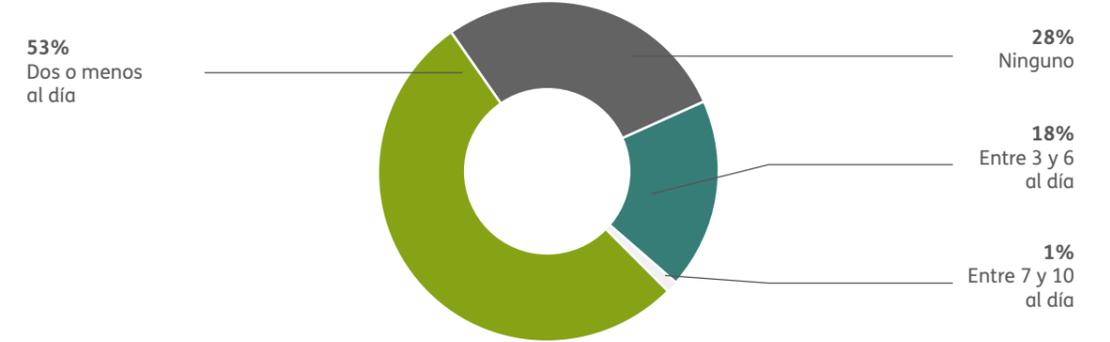
Un total del 94% afirma que sus hijos nunca toma refrescos, o lo hace de forma ocasional.

¿Cuántos vasos de agua aproximadamente bebe al día (ya sea entre horas o comiendo)?



El 49% de los padres ha asegurado que su hijo bebe entre 3 y 4 vasos de agua al día. El 14% están muy por debajo de la media. Se recomienda beber al menos 4 vasos de agua al día y más cantidad en caso de que el niño o la niña realice actividad física o deportiva.

¿Cuánto azúcar (medido en terrones) crees que consume tu hijo/a diariamente?

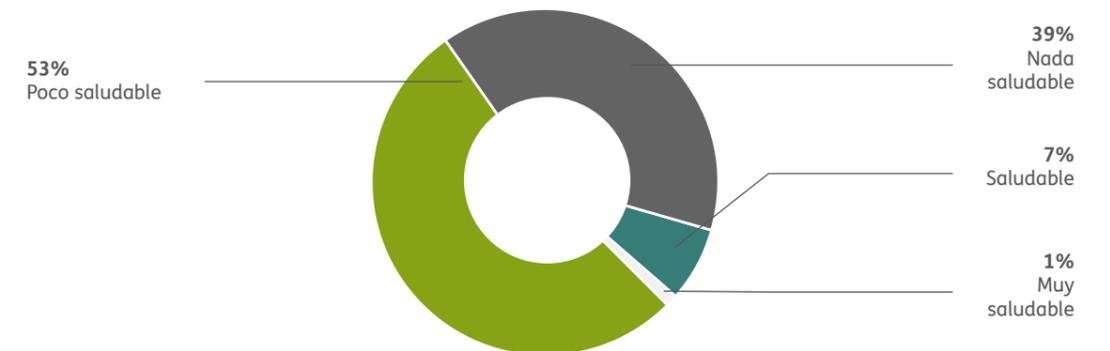


La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda “reducir el azúcar añadido a menos del 10% de la ingesta de calorías diarias” y considera que “se pueden obtener beneficios adicionales para la salud reduciendo a menos del 5%”. Por tanto, la cantidad recomendada para niños sería entre 17 y 25 gr, en función de su edad y peso.

La mayoría argumenta que lo cumplen ya que el 99% responden en ese intervalo o inferior.

\*Un terrón contiene 5 gr de azúcar

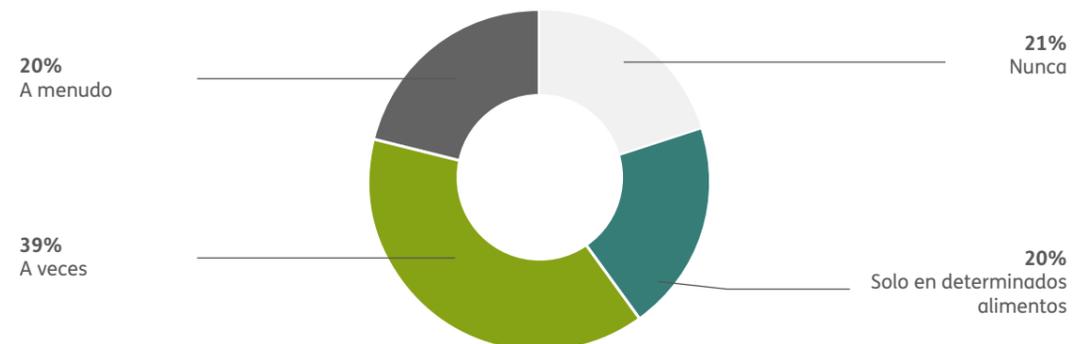
¿Te parece que el consumo de azúcar es un hábito saludable?



El 92% de los padres encuestados considera que el consumo de azúcar es un hábito poco o nada saludable.

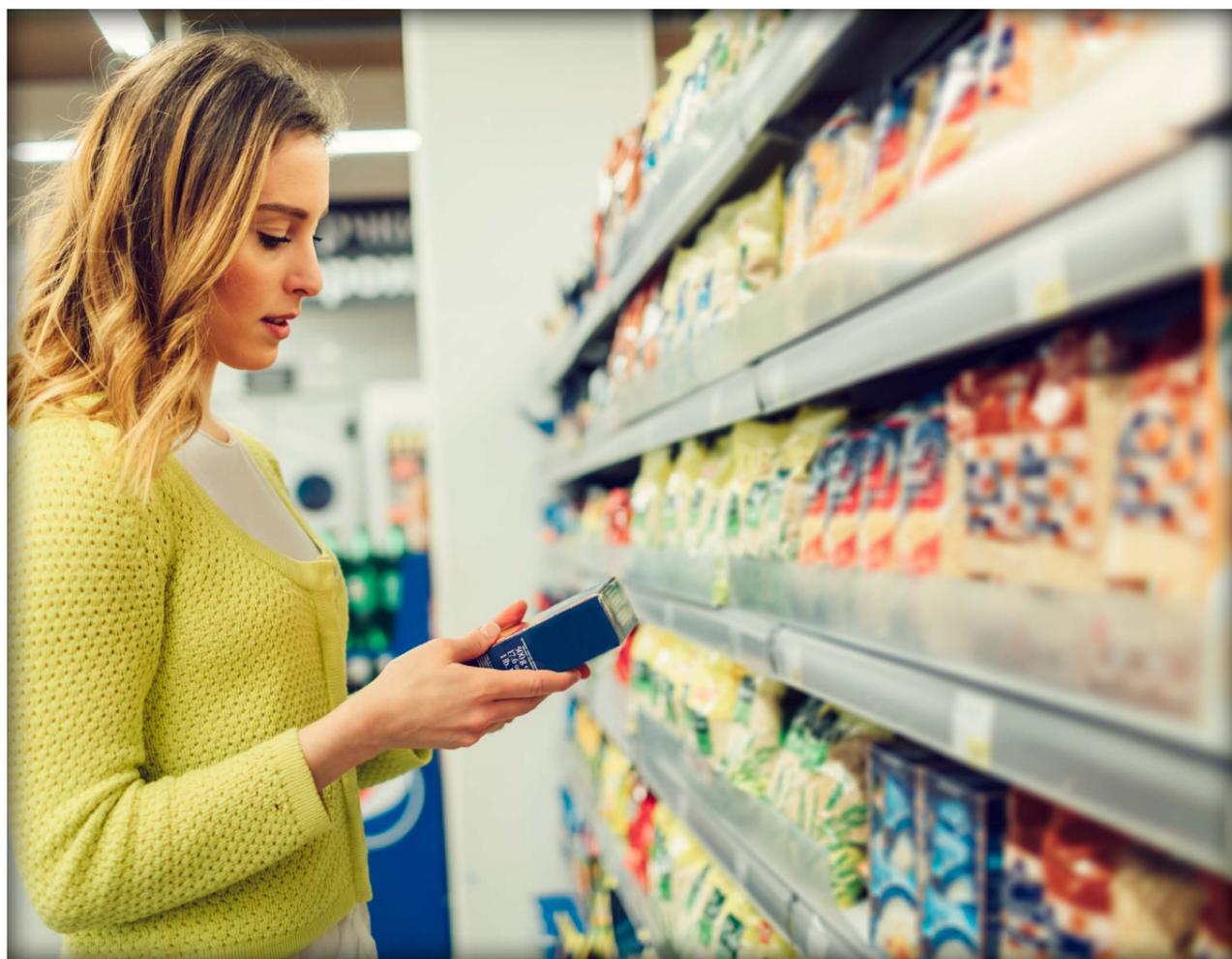
\*Un terrón de azúcar tiene 5 gr.

¿Sueles mirar en las etiquetas la cantidad de azúcar que llevan los alimentos que toma tu hijo/a?

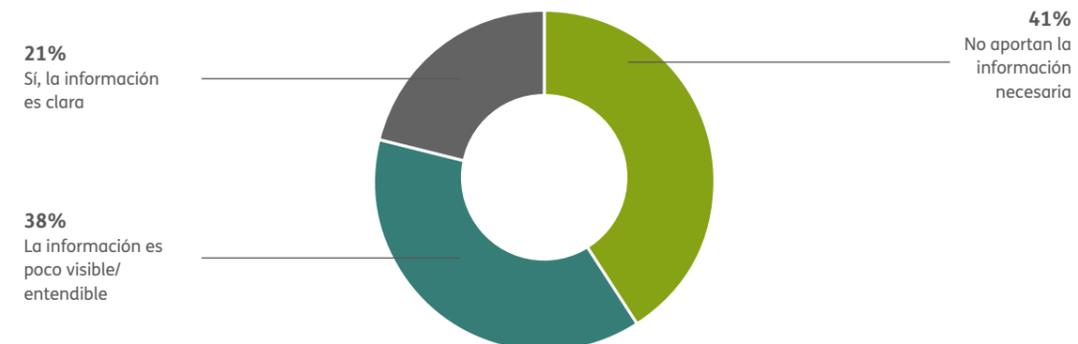


Únicamente un 20% suele mirar las etiquetas a menudo, mientras que otro 20% las mira en determinados alimentos y el 39% solo a veces.

Una respuesta que contrasta con la anterior donde, aún sin ser conscientes de los indicadores, el 99% afirmaban que sus hijos cumplen con la cantidad de azúcar/día recomendada.



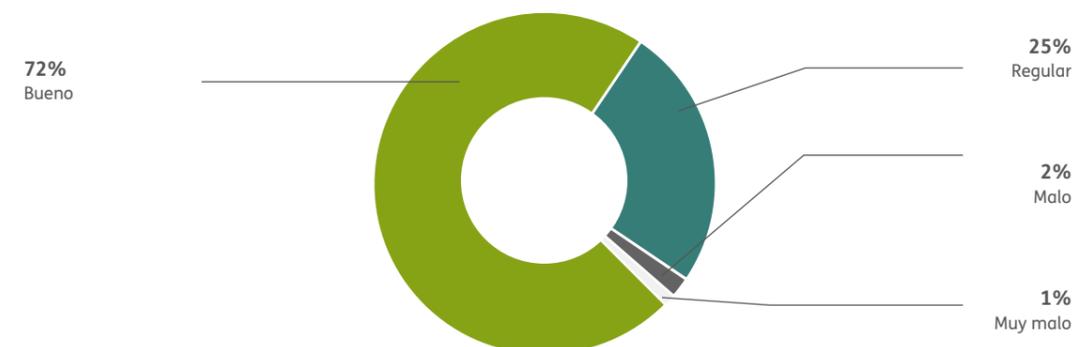
¿Crees que las etiquetas ofrecen una información precisa sobre el azúcar que contienen los alimentos?



El 41% de los participantes opina que las etiquetas no aportan la información necesaria sobre el azúcar que contienen los alimentos. El 38% percibe que es poco visible/inteligible, mientras que solo el 21% opinan que la información es clara.

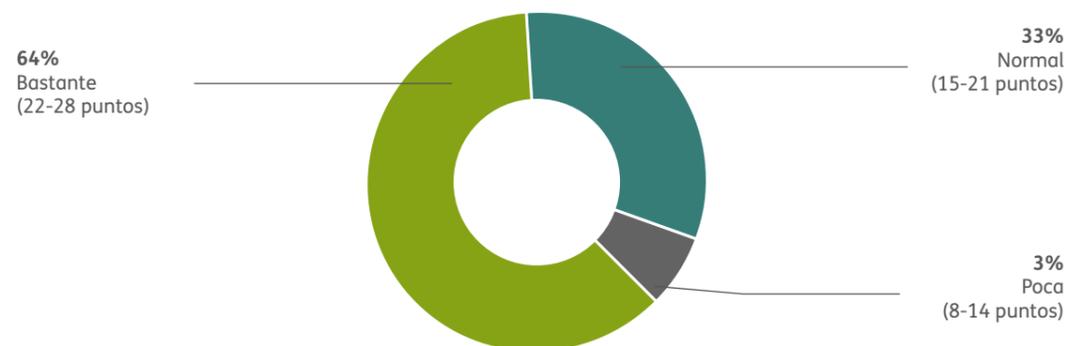
### 3.2 Actividad física

¿Cómo describirías el nivel de actividad física que realiza tu hijo/a?



El 72% de los padres participantes en el estudio han indicado que el nivel de actividad física que realiza su hijo es bueno. Una cuarta parte de ellos dice que el nivel tan solo es regular.

¿Con qué frecuencia tu hijo/a hizo actividad física durante cada día de la última semana (hacer deporte, jugar, bailar o cualquier otra actividad)?



La puntuación de la frecuencia de actividad física media en una escala de 7 a 35 ha sido de 24 puntos. Esto indicaría “bastante” actividad física semanal. Según este criterio, el 64% de los niños realizaría bastante actividad física, según sus padres.

FRECUENCIA ACTIVIDAD FÍSICA SEMANAL CATEGORIZADA. ESCALA DE 7 A 35 PUNTOS	Tipo de Hábitat							
	<20.000 hab.		20.001-100.000 hab.		+100.000 hab.		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Ninguna (7 Puntos)	1	0.21	3	0.53	4	0.50	8	0.44
Poca (8-14 Puntos)	12	2.57	8	1.41	18	2.25	38	2.07
Normal (15-21 Puntos)	141	30.19	150	26.50	194	24.28	485	26.47
Bastante (22-28 puntos)	231	49.46	282	49.82	421	52.69	934	50.98
Mucho (29-35 puntos)	82	17.56	123	21.73	162	20.28	367	20.03
<b>Total</b>	<b>467</b>	<b>100.00</b>	<b>566</b>	<b>100.00</b>	<b>799</b>	<b>100.00</b>	<b>1832</b>	<b>100.00</b>

Destaca que en poblaciones de menos de 20.000 habitantes, la actividad física es menor (17,56%) que en ciudades de mayor tamaño (21,73% y 20,28% respectivamente).

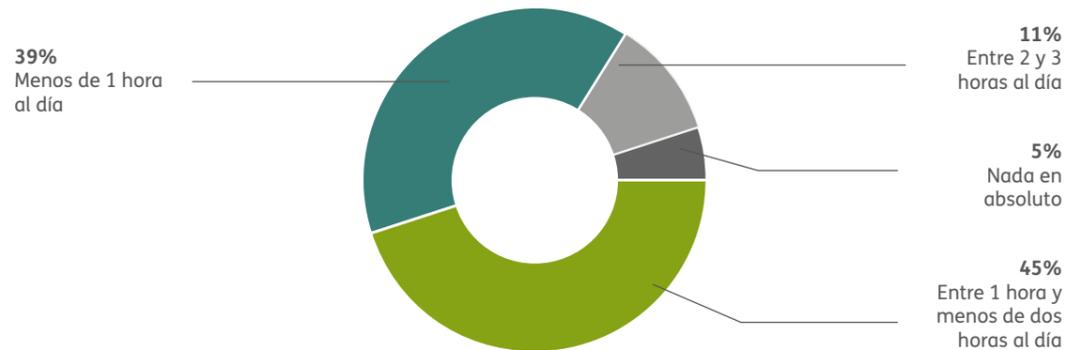
FRECUENCIA ACTIVIDAD FÍSICA SEMANAL CATEGORIZADA. ESCALA DE 7 A 35 PUNTOS	CCAA													
	Andalucía		Aragón		Principado de Asturias		Illes Balears		Canarias		Cantabria		Castilla y León	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Ninguna (7 Puntos)	.	0.00	.	0.00	.	0.00	.	0.00	1	1.15	.	0.00	.	0.00
Poca (8-14 Puntos)	13	3.94	2	3.85	.	0.00	2	4.08	4	4.60	.	0.00	2	2.08
Normal (15-21 Puntos)	99	30.00	11	21.15	5	12.20	13	26.53	28	32.18	5	20.83	17	17.71
Bastante (22-28 puntos)	164	49.70	29	55.77	26	63.41	20	40.82	43	49.43	11	45.83	50	52.08
Mucho (29-35 puntos)	54	16.36	10	19.23	10	24.39	14	28.57	11	12.64	8	33.33	27	28.13
<b>Total</b>	<b>330</b>	<b>100.00</b>	<b>52</b>	<b>100.00</b>	<b>41</b>	<b>100.00</b>	<b>49</b>	<b>100.00</b>	<b>87</b>	<b>100.00</b>	<b>24</b>	<b>100.00</b>	<b>96</b>	<b>100.00</b>

FRECUENCIA ACTIVIDAD FÍSICA SEMANAL CATEGORIZADA. ESCALA DE 7 A 35 PUNTOS	CCAA													
	Castilla-La Mancha		Catalunya		Comunitat Valenciana		Extremadura		Galicia		Madrid		Murcia	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Ninguna (7 Puntos)	.	0.00	2	0.69	2	0.99	1	2.33	.	0.00	.	0.00	2	3.85
Poca (8-14 Puntos)	1	1.22	5	1.72	3	1.48	.	0.00	3	2.83	2	0.79	1	1.92
Normal (15-21 Puntos)	25	30.49	73	25.09	56	27.59	15	34.88	22	20.75	68	26.98	18	34.62
Bastante (22-28 puntos)	45	54.88	145	49.83	105	51.72	18	41.86	56	52.83	133	52.78	17	32.69
Mucho (29-35 puntos)	11	13.41	66	22.68	37	18.23	9	20.93	25	23.58	49	19.44	14	26.92
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100.00</b>	<b>291</b>	<b>100.00</b>	<b>203</b>	<b>100.00</b>	<b>43</b>	<b>100.00</b>	<b>106</b>	<b>100.00</b>	<b>252</b>	<b>100.00</b>	<b>52</b>	<b>100.00</b>

FRECUENCIA ACTIVIDAD FÍSICA SEMANAL CATEGORIZADA. ESCALA DE 7 A 35 PUNTOS	CCAA							
	Navarra		País Vasco		La Rioja		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Ninguna (7 Puntos)	.	0.00	.	0.00	.	0.00	8	0.44
Poca (8-14 Puntos)	.	0.00	.	0.00	.	0.00	38	2.07
Normal (15-21 Puntos)	3	11.11	22	25.88	5	41.67	485	26.47
Bastante (22-28 puntos)	19	70.37	46	54.12	7	58.33	934	50.98
Mucho (29-35 puntos).	5	18.52	17	20.00	.	0.00	367	20.03
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>100.00</b>	<b>85</b>	<b>100.00</b>	<b>12</b>	<b>100.00</b>	<b>1832</b>	<b>100.00</b>

Navarra, Asturias, La Rioja y Aragón son las CCAA donde en mayor medida los padres consideran que sus hijos hacen “bastante ejercicio”.

¿Cuánto tiempo al día pasa tu hijo/a sentado o tumbado viendo la televisión, navegando o jugando con el ordenador, tablet, móvil o alguna videoconsola, escuchando música o viendo vídeos?



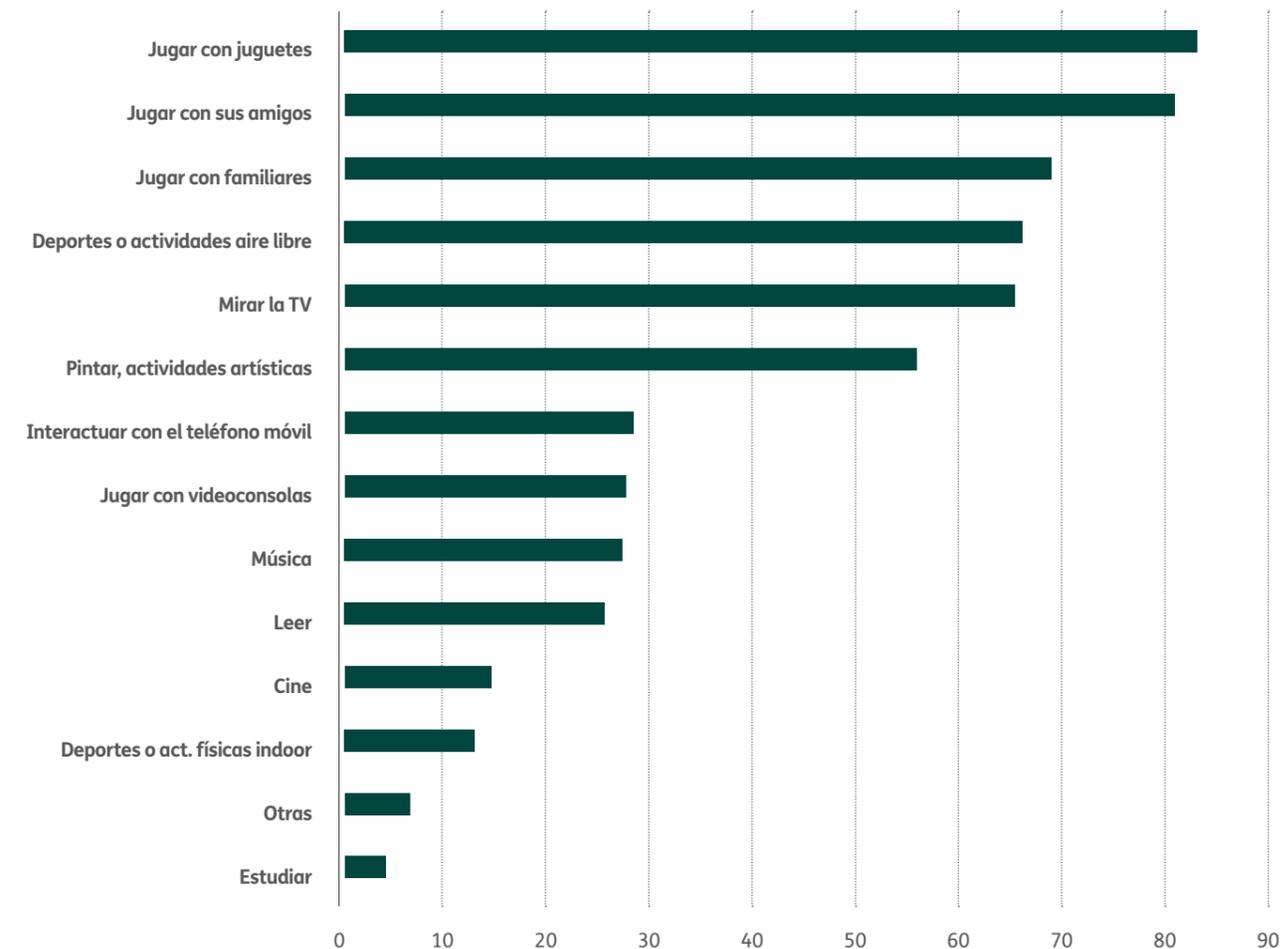
El 45% de los padres ha señalado que su hijo actúa de forma sedentaria entre una y dos horas diariamente.

La recomendación del Ministerio de Sanidad (Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición) sobre la inactividad es:

- menos de 2 años: no se recomienda pasar tiempo delante de una pantalla.
- de 2 a 4 años: limitar tiempo de pantalla a menos de 1 hora al día
- a partir de 5 años: como máximo de 2 horas al día.

Así pues, el 11% la incumplen, mientras que la mayoría sí están menos de 2 horas al día inactivos. Como aspecto positivo, el 39% dedican menos de 1 hora al día , y un 5% manifiestan que nada en absoluto.

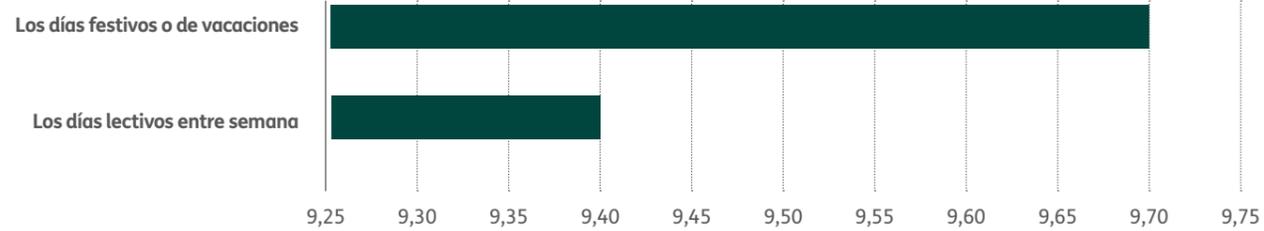
¿Cuáles son las actividades de ocio preferidas de tu hijo/a?



El 74% de los padres encuestados opina que la actividad de ocio preferida de su hijo es jugar con juguetes, y el 72%, jugar con sus amigos. Mirar la televisión (57,86%), interactuar con el teléfono móvil (25,16%) o jugar con videoconsolas (24,24%), aún se mantienen por detrás de otras actividades más saludables como jugar con juguetes (73,74%) o con otros (amigos 71,67 y familiares 61,8%).

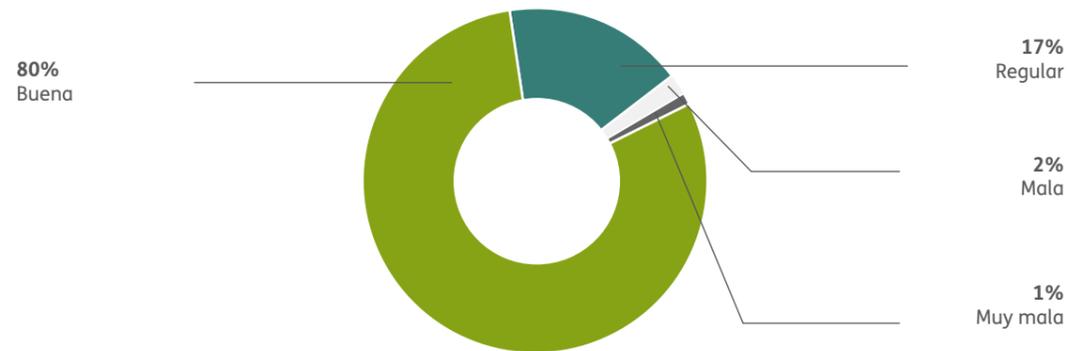
### 3.3 Sueño

¿Cuántas horas duerme tu hijo/a por la noche?



De media, los niños referenciados en el presente estudio dormían 9.4 horas entre semana y 9.7 horas los fines de semana.

¿Cómo valoras la calidad del sueño de tu hijo/a?



El 80% de los padres encuestados valora la calidad del sueño de su hijo como buena. “Regular” es un 17% y “mala” o “muy mala” es un 2% y un 1%, respectivamente.



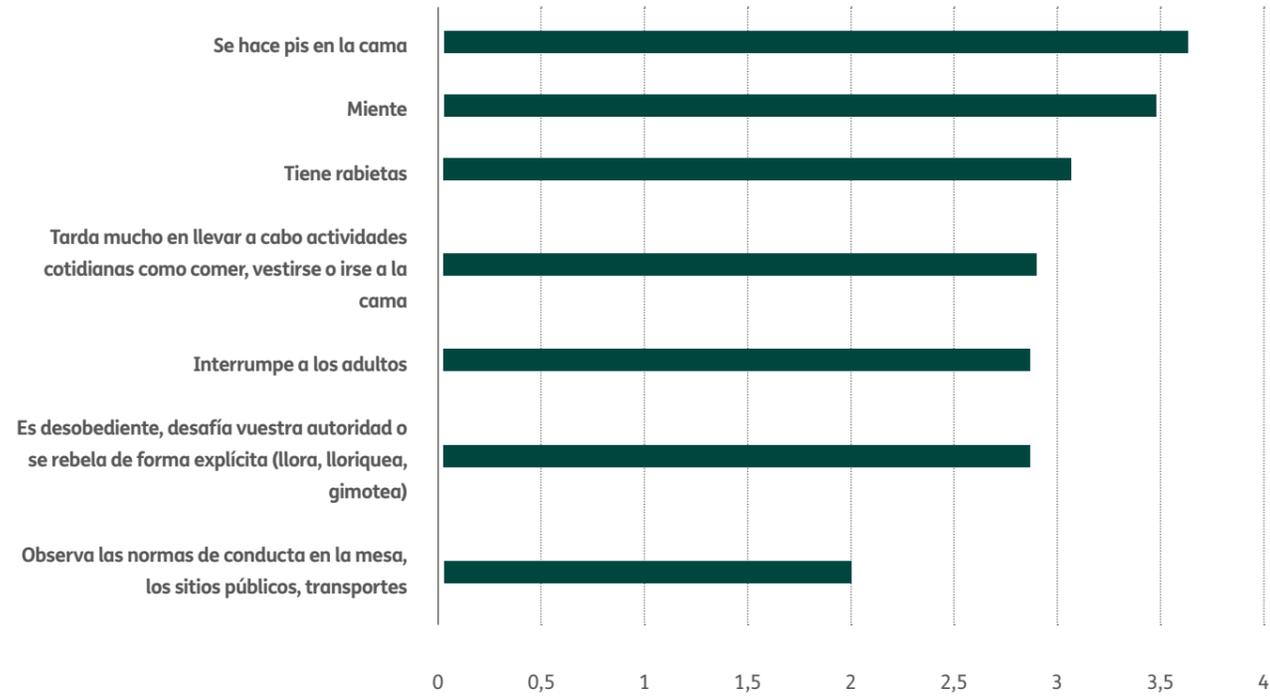
### 3.4 Comportamiento del niño/a

Las preguntas siguientes tratan actitudes y comportamientos del niño como por ejemplo los límites, la atención o las relaciones sociales.

Límites. ¿Con qué frecuencia tu hijo/a?

ITEMS	N	Casi Siempre	A menudo	A veces	Nunca	Media(SD)
Es desobediente, desafía vuestra autoridad o se rebela de forma explícita (llora, lloriquea, gimotea)	1832	90 (4.9%)	341 (18.6%)	1147 (62.6%)	254 (13.9%)	2.9 (0.71)
Tiene rabietas	1832	36 (2.0%)	257 (14.0%)	1081 (59.0%)	458 (25.0%)	3.1 (0.68)
Tarda mucho en llevar a cabo actividades cotidianas como comer, vestirse o irse a la cama	1832	125 (6.8%)	328 (17.9%)	976 (53.3%)	403 (22.0%)	2.9 (0.81)
Miente	1832	10 (0.5%)	65 (3.5%)	794 (43.3%)	963 (52.6%)	3.5 (0.59)
Interrumpe a los adultos	1832	104 (5.7%)	365 (19.9%)	1030 (56.2%)	333 (18.2%)	2.9 (0.77)
Se hace pis en la cama	1831	99 (5.4%)	59 (3.2%)	259 (14.1%)	1414 (77.2%)	3.6 (0.79)
Observa las normas de conducta en la mesa, los sitios públicos, transportes	1831	690 (37.7%)	586 (32.0%)	444 (24.2%)	111 (6.1%)	2.0 (0.93)

Orden de frecuencia



Destacan que “Casi siempre” o “a menudo”:

- 23,5% es desobediente
- 24,7% tarda mucho en realizar las actividades
- 25,6% interrumpe a los adultos

El 30,3% a veces o nunca observa las normas, mientras que el 16% tiene rabietas habitualmente y sólo el 4% miente.

Atención. ¿Cuándo hace una cosa se distrae con otras? ¿Se distrae con facilidad?

ITEMS	N	Casi Siempre	A menudo	A veces	Nunca	Media(SD)
Quando hace una cosa se distrae con otras	1832	211 (11.5%)	1081 (59.0%)	428 (23.4%)	112 (6.1%)	2.2 (0.73)
Se distrae con facilidad	1832	241 (13.2%)	1043 (56.9%)	404 (22.1%)	144 (7.9%)	2.2 (0.78)

Cerca del 60% de los padres ha señalado que su hijo a menudo se distrae con otras cosas cuando está haciendo algo.

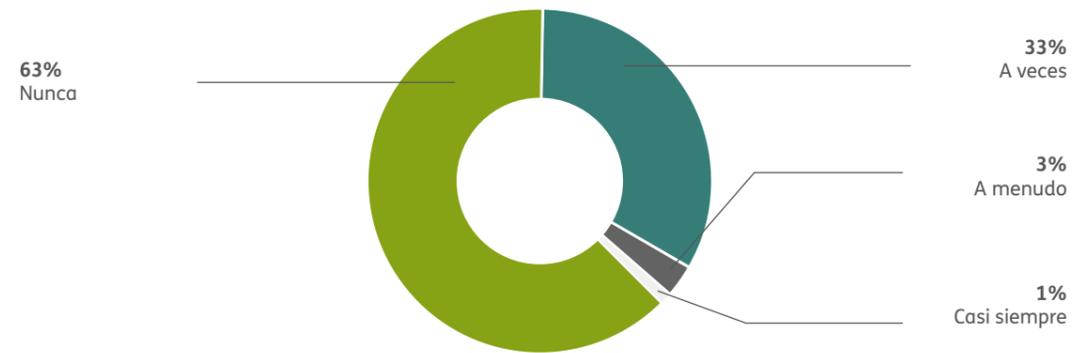
Más del 70% afirma que “se distrae con facilidad” casi siempre o a menudo.

Relaciones Sociales. ¿Con qué frecuencia tu hijo/a chincha o discute con otros niños/as?

ITEMS	N	Casi Siempre	A menudo	A veces	Nunca	Media(SD)
Chincha	1832	623 (34.0%)	986 (53.8%)	196 (10.7%)	27 (1.5%)	1.8 (0.68)
Discute con otros niños	1832	561 (30.6%)	1153 (62.9%)	100 (5.5%)	18 (1.0%)	1.8 (0.59)

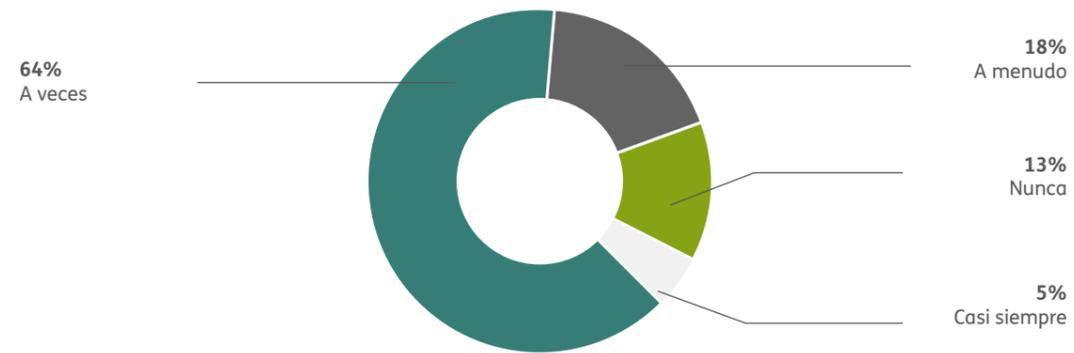
Los padres ha indicado que su hijo nunca o a veces “chincha” (87,8%) o “discute con otros niños” (93,9%).

¿Maltrata sus juguetes y/u otros objetos?



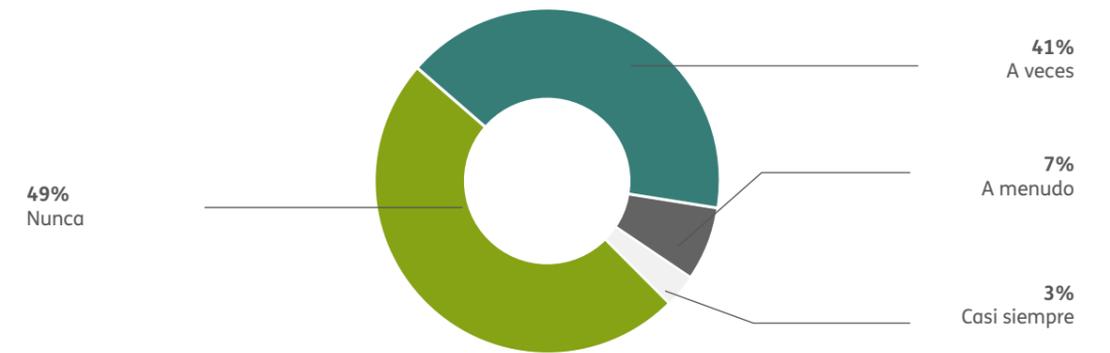
El 63% de los padres considera que su hijo nunca maltrata sus juguetes u otros objetos, mientras que el 33% lo hacen a veces y sólo el 4% maltratan sus juguetes habitualmente.

¿Se enfada cuando no se sale con la suya o reclama constantemente la atención?



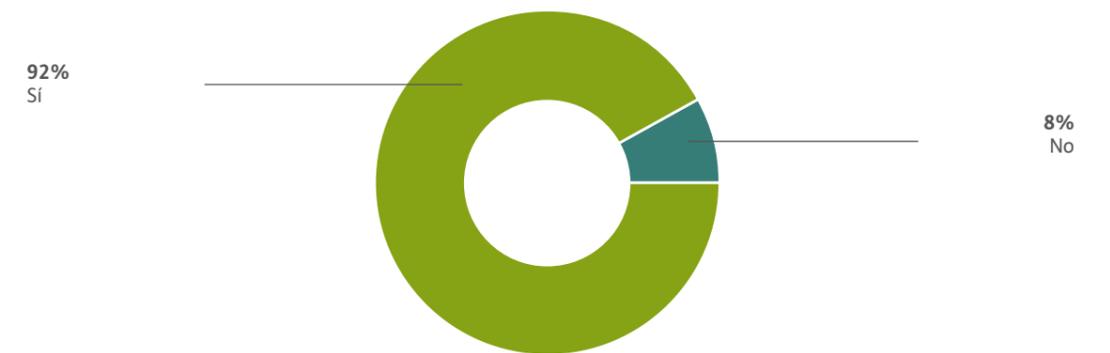
El 23% de los padres piensa que su hijo se enfada “a menudo” o “casi siempre” cuando no se sale con la suya, o bien reclama constantemente la atención.

¿Tiene dificultades para entretenerse solo/a?

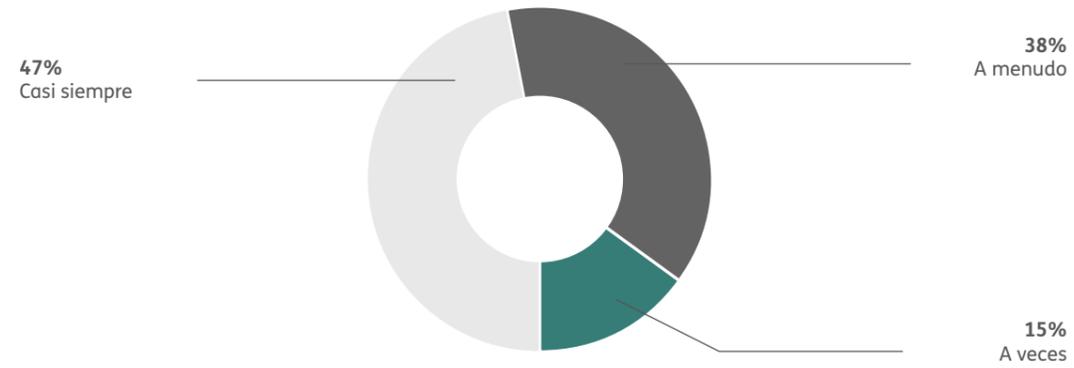


El 49% de los padres ha indicado que su hijo nunca tiene dificultades para entretenerse solo y un 41% dice que a veces. Un 10% tiene dificultades para entretenerse “a menudo” o “casi siempre”.

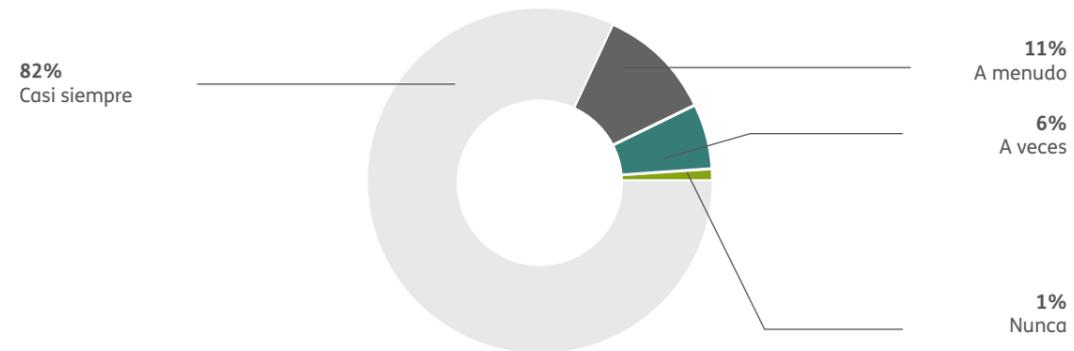
¿Tu hijo/a tiene amigos con los que se divierte habitualmente?



¿Tu hijo/a tiene tiempo suficiente tiempo para hacer las cosas que le gustan?



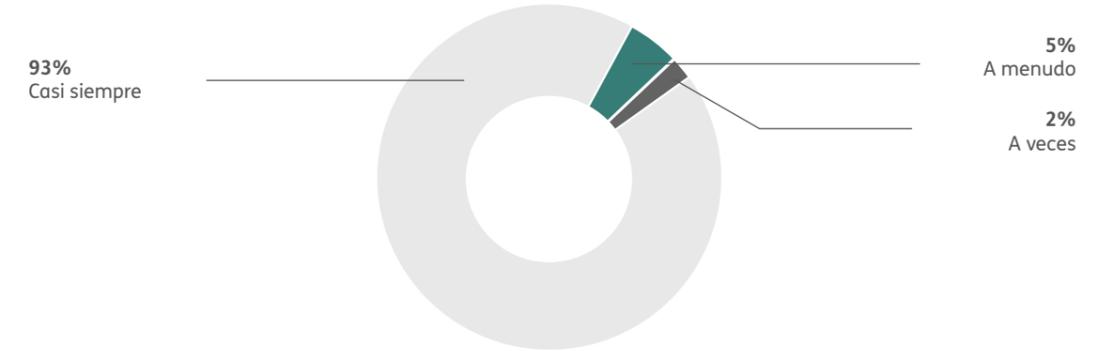
¿Tu hijo/a disfruta en el colegio?



Respecto a las 3 preguntas, el 92% de los padres responden que su hijo tiene amigos con los que se divierte, el 85% que los niños tienen tiempo para hacer las cosas que les gustan, frente al 15% que afirman que solo a veces disponen de este tiempo.

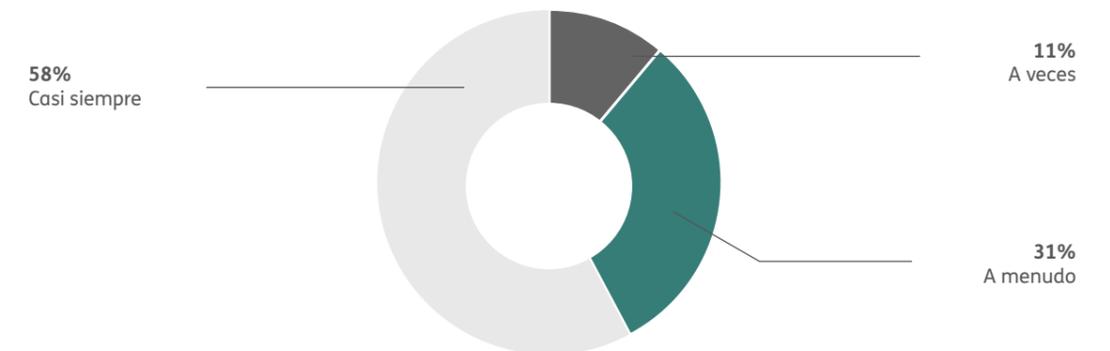
El 82% de los padres participantes indica que tienen la visión de que su hijo casi siempre disfruta en el colegio, y un 11% a menudo.

En general, ¿crees que tu hijo/a es feliz y está contento?



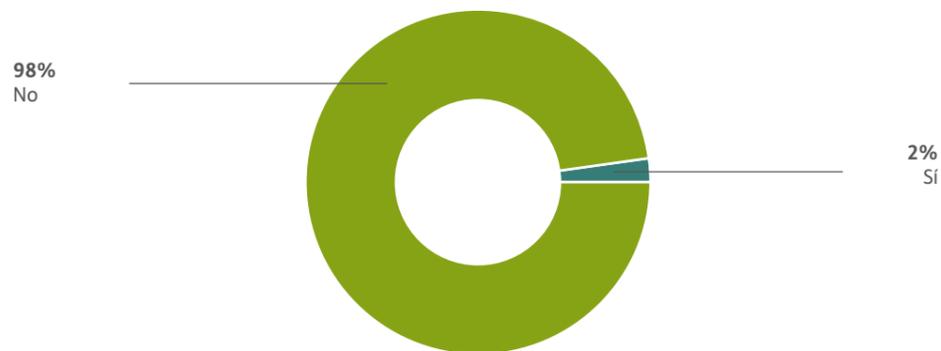
El 98% de los encuestados cree que su hijo "a menudo" o "casi siempre" es feliz y está contento.

¿En qué medida, a su manera, tu hijo/a es comunicativo/a?



EDAD	18-24		25-34		35-44		44-65		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>¿EN QUÉ MEDIDA, A SU MANERA, TU HIJO/A ES COMUNICATIVO/A?</b>										
Nunca	.	0.00	1	0.36	5	0.41	2	0.61	8	0.44
A veces	1	16.67	43	15.30	114	9.35	40	12.27	198	10.81
A menudo	1	16.67	78	27.76	372	30.52	108	33.13	559	30.51
Casi siempre	4	66.67	159	56.58	728	59.72	176	53.99	1067	58.24
<b>Total</b>	<b>6</b>	<b>100.00</b>	<b>281</b>	<b>100.00</b>	<b>1219</b>	<b>100.00</b>	<b>326</b>	<b>100.00</b>	<b>1832</b>	<b>100.00</b>

¿Crees que tu hijo/a sufre problemas de acoso o violencia en el colegio por parte de otros niños?



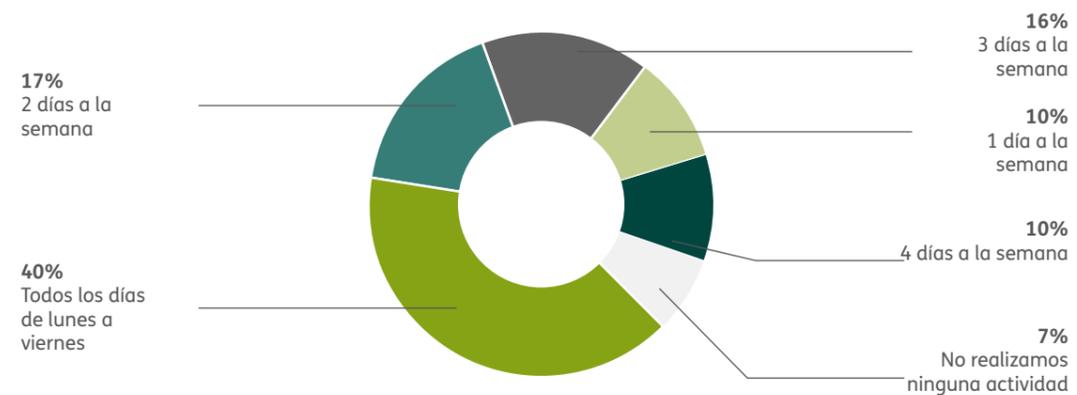
El 98% de los padres participantes manifiesta que no cree que su hijo sufra problemas de acoso o violencia en el colegio por parte de otros niños.



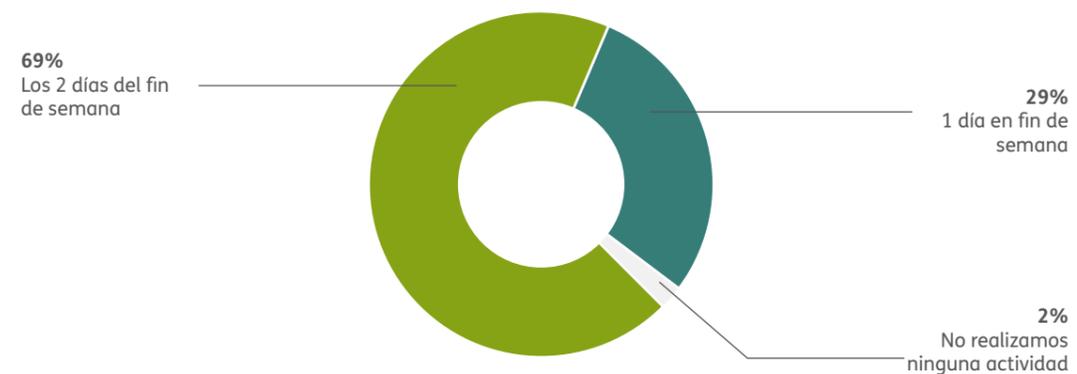
3.5 Relaciones familiares

¿Cuántas veces a la semana dedicas tiempo a tu hijo/a para hacer actividades de ocio y tiempo libre?

Entre semana



Fin de semana



El 40% de los padres participantes señala que todos los días, de lunes a viernes, realizan actividades de ocio, y el 69% afirma que dedican los dos días del fin de semana a actividades de ocio.

Entre semana, el 66% realiza actividades más de 3 días, mientras que el 7% afirma no realizar ninguna actividad con sus hijos y el 27% hacerlo entre 1 y 2 días. Así pues, 1/3 dedica poco tiempo a sus hijos entre semana, lo que puede indicar dificultad de conciliación y falta de tiempo o de voluntad, entre otros.



## Según Variables Clasificación

ENTRE SEMANA	Hombre		Mujer		Total	
	N	%	N	%	N	%
No realizamos ninguna actividad	63	7.75	69	6.77	132	7.21
1 día a la semana	98	12.05	91	8.93	189	10.32
2 días a la semana	146	17.96	155	15.21	301	16.43
3 días a la semana	139	17.10	149	14.62	288	15.72
4 días a la semana	75	9.23	107	10.50	182	9.93
Todos los días de lunes a viernes	292	35.92	448	43.96	740	40.39
<b>Total</b>	<b>813</b>	<b>100.00</b>	<b>1019</b>	<b>100.00</b>	<b>1832</b>	<b>100.00</b>
FIN DE SEMANA						
No realizamos ninguna actividad	16	1.97	25	2.45	41	2.24
1 día en fin de semana	250	30.75	284	27.87	534	29.15
Los 2 días del fin de semana	547	67.28	710	69.68	1257	68.61
<b>Total</b>	<b>813</b>	<b>100.00</b>	<b>1019</b>	<b>100.00</b>	<b>1832</b>	<b>100.00</b>

De promedio, entre semana la madre hace más actividades que el padre con sus hijos.

ENTRE SEMANA	EDAD		18-24		25-34		35-44		44-65		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
No realizamos ninguna actividad	.	0.00	15	5.34	84	6.89	33	10.12	132	7.21		
1 día a la semana	.	0.00	12	4.27	134	10.99	43	13.19	189	10.32		
2 días a la semana	.	0.00	49	17.44	198	16.24	54	16.56	301	16.43		
3 días a la semana	1	16.67	48	17.08	182	14.93	57	17.48	288	15.72		
4 días a la semana	2	33.33	28	9.96	116	9.52	36	11.04	182	9.93		
Todos los días de lunes a viernes	3	50.00	129	45.91	505	41.43	103	31.60	740	40.39		
<b>Total</b>	<b>6</b>	<b>100.00</b>	<b>281</b>	<b>100.00</b>	<b>1219</b>	<b>100.00</b>	<b>326</b>	<b>100.00</b>	<b>1832</b>	<b>100.00</b>		
ENTRE SEMANA												
No realizamos ninguna actividad	1	16.67	7	2.49	23	1.89	10	3.07	41	2.24		
1 día en fin de semana	2	33.33	73	25.98	350	28.71	109	33.44	534	29.15		
Los 2 días del fin de semana	3	50.00	201	71.53	846	69.40	207	63.50	1257	68.61		
<b>Total</b>	<b>6</b>	<b>100.00</b>	<b>281</b>	<b>100.00</b>	<b>1219</b>	<b>100.00</b>	<b>326</b>	<b>100.00</b>	<b>1832</b>	<b>100.00</b>		



ESTADO CIVIL	Soltero		Con pareja		Separado o viudo/a		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>ENTRE SEMANA</b>								
No realizamos ninguna actividad	2	2.06	111	6.88	19	15.83	132	7.21
1 día a la semana	4	4.12	170	10.53	15	12.50	189	10.32
2 días a la semana	21	21.65	260	16.11	20	16.67	301	16.44
3 días a la semana	13	13.40	257	15.92	18	15.00	288	15.73
4 días a la semana	6	6.19	168	10.41	7	5.83	181	9.89
Todos los días de lunes a viernes	51	52.58	648	40.15	41	34.17	740	40.42
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100.00</b>	<b>1614</b>	<b>100.00</b>	<b>120</b>	<b>100.00</b>	<b>1831</b>	<b>100.00</b>
<b>ENTRE SEMANA</b>								
No realizamos ninguna actividad	2	2.06	36	2.23	3	2.50	41	2.24
1 día en fin de semana	29	29.90	470	29.12	35	29.17	534	29.16
Los 2 días del fin de semana	66	68.04	1108	68.65	82	68.33	1256	68.60
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100.00</b>	<b>1614</b>	<b>100.00</b>	<b>120</b>	<b>100.00</b>	<b>1831</b>	<b>100.00</b>

Si se suman todos los días y 4 días a la semana, parece ser que los solteros realizan más actividad entre semana que los casados/pareja y los que menos son los separados/viudos... En cambio en el fin de semana se igualan los porcentajes.

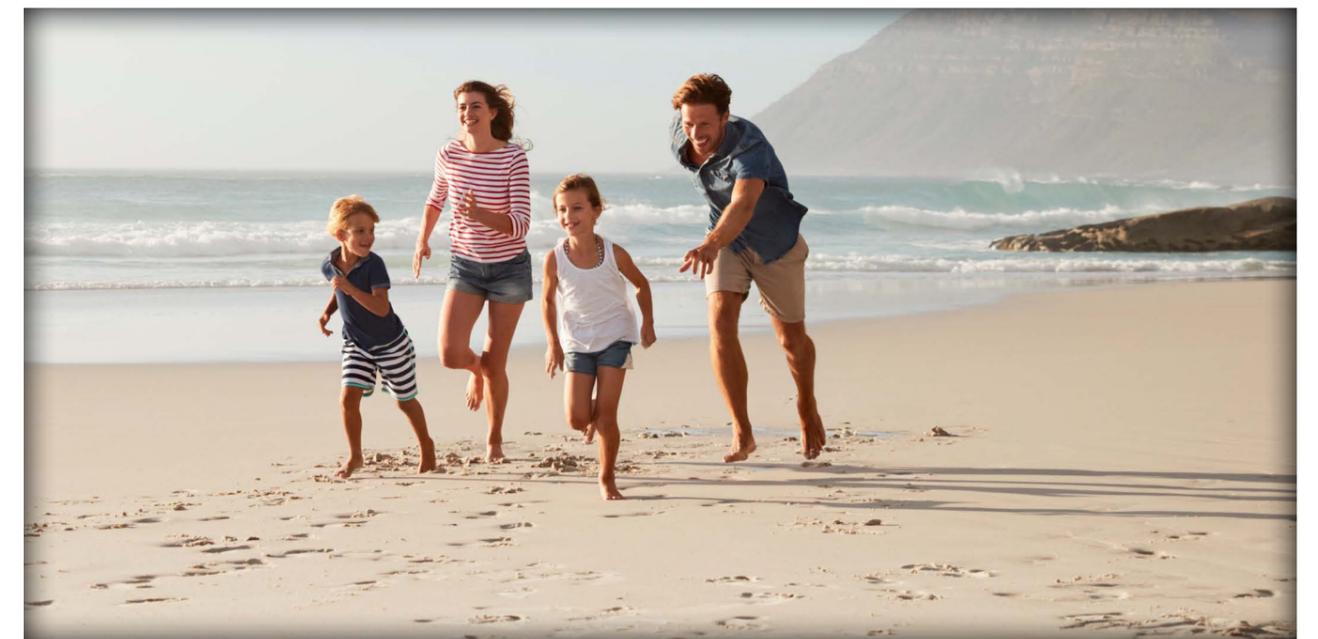
CCAA	Andalucía		Aragón		Principado de Asturias		Illes Balears		Canarias		Cantabria	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>ENTRE SEMANA</b>												
No realizamos ninguna actividad	21	6.36	2	3.85	2	4.88	5	10.20	4	4.60	1	4.17
1 día a la semana	29	8.79	5	9.62	4	9.76	11	22.45	5	5.75	3	12.50
2 días a la semana	62	18.79	10	19.23	9	21.95	8	16.33	16	18.39	2	8.33
3 días a la semana	54	16.36	8	15.38	9	21.95	2	4.08	20	22.99	3	12.50
4 días a la semana	34	10.30	4	7.69	3	7.32	3	6.12	14	16.09	4	16.67
Todos los días de lunes a viernes	130	39.39	23	44.23	14	34.15	20	40.82	28	32.18	11	45.83
<b>Total</b>	<b>330</b>	<b>100.00</b>	<b>52</b>	<b>100.00</b>	<b>41</b>	<b>100.00</b>	<b>49</b>	<b>100.00</b>	<b>87</b>	<b>100.00</b>	<b>24</b>	<b>100.00</b>
<b>ENTRE SEMANA</b>												
No realizamos ninguna actividad	9	2.73	1	1.92	2	4.88	1	2.04	3	3.45	.	0.00
1 día en fin de semana	112	33.94	14	26.92	15	36.59	14	28.57	27	31.03	8	33.33
Los 2 días del fin de semana	209	63.33	37	71.15	24	58.54	34	69.39	57	65.52	16	66.67
<b>Total</b>	<b>330</b>	<b>100.00</b>	<b>52</b>	<b>100.00</b>	<b>41</b>	<b>100.00</b>	<b>49</b>	<b>100.00</b>	<b>87</b>	<b>100.00</b>	<b>24</b>	<b>100.00</b>



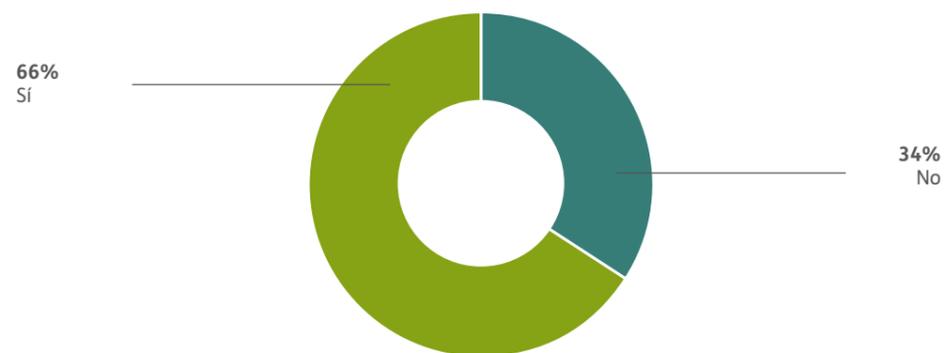
ENTRE SEMANA	Castilla y León		Castilla-La Mancha		Catalunya		Comunitat Valenciana		Extremadura		Galicia	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
No realizamos ninguna actividad	6	6.25	6	7.32	31	10.65	21	10.34	1	2.33	4	3.77
1 día a la semana	8	8.33	5	6.10	27	9.28	27	13.30	2	4.65	13	12.26
2 días a la semana	9	9.38	10	12.20	61	20.96	21	10.34	6	13.95	19	17.92
3 días a la semana	18	18.75	13	15.85	42	14.43	27	13.30	5	11.63	19	17.92
4 días a la semana	6	6.25	11	13.41	29	9.97	21	10.34	7	16.28	13	12.26
Todos los días de lunes a viernes	49	51.04	37	45.12	101	34.71	86	42.36	22	51.16	38	35.85
<b>Total</b>	<b>96</b>	<b>100.00</b>	<b>82</b>	<b>100.00</b>	<b>291</b>	<b>100.00</b>	<b>203</b>	<b>100.00</b>	<b>43</b>	<b>100.00</b>	<b>106</b>	<b>100.00</b>
<b>ENTRE SEMANA</b>												
No realizamos ninguna actividad	3	3.13	3	3.66	6	2.06	5	2.46	.	0.00	.	0.00
1 día en fin de semana	20	20.83	17	20.73	78	26.80	57	28.08	13	30.23	35	33.02
Los 2 días del fin de semana	73	76.04	62	75.61	207	71.13	141	69.46	30	69.77	71	66.98
<b>Total</b>	<b>96</b>	<b>100.00</b>	<b>82</b>	<b>100.00</b>	<b>291</b>	<b>100.00</b>	<b>203</b>	<b>100.00</b>	<b>43</b>	<b>100.00</b>	<b>106</b>	<b>100.00</b>



ENTRE SEMANA	Madrid		Murcia		Navarra		País Vasco		La Rioja		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
No realizamos ninguna actividad	18	7.14	2	3.85	.	0.00	7	8.24	1	8.33	132	7.21
1 día a la semana	22	8.73	11	21.15	6	22.22	10	11.76	1	8.33	189	10.32
2 días a la semana	40	15.87	12	23.08	2	7.41	13	15.29	1	8.33	301	16.43
3 días a la semana	46	18.25	7	13.46	3	11.11	11	12.94	1	8.33	288	15.72
4 días a la semana	18	7.14	2	3.85	2	7.41	9	10.59	2	16.67	182	9.93
Todos los días de lunes a viernes	108	42.86	18	34.62	14	51.85	35	41.18	6	50.00	740	40.39
<b>Total</b>	<b>252</b>	<b>100.00</b>	<b>52</b>	<b>100.00</b>	<b>27</b>	<b>100.00</b>	<b>85</b>	<b>100.00</b>	<b>12</b>	<b>100.00</b>	<b>1832</b>	<b>100.00</b>
<b>ENTRE SEMANA</b>												
No realizamos ninguna actividad	3	1.19	1	1.92	.	0.00	4	4.71	.	0.00	41	2.24
1 día en fin de semana	74	29.37	14	26.92	9	33.33	22	25.88	5	41.67	534	29.15
Los 2 días del fin de semana	175	69.44	37	71.15	18	66.67	59	69.41	7	58.33	1257	68.61
<b>Total</b>	<b>252</b>	<b>100.00</b>	<b>52</b>	<b>100.00</b>	<b>27</b>	<b>100.00</b>	<b>85</b>	<b>100.00</b>	<b>12</b>	<b>100.00</b>	<b>1832</b>	<b>100.00</b>



¿Crees que dedicas suficiente tiempo a tu hijo/a?



El 34% de los padres y madres participantes considera que no dedican suficiente tiempo a su hijo.

Según Variables Clasificación

¿CREES QUE DEDICAS SUFICIENTE TIEMPO A TU HIJO/A?	Hombre		Mujer		Total	
	N	%	N	%	N	%
Sí	464	58.51	716	72.40	1180	66.22
No	329	41.49	273	27.60	602	33.78
<b>Total</b>	<b>793</b>	<b>100.00</b>	<b>989</b>	<b>100.00</b>	<b>1782</b>	<b>100.00</b>

Los padres perciben que no dedican suficiente tiempo a sus hijos/as en mayor medida (41%) que las madres (27%).

¿CREES QUE DEDICAS SUFICIENTE TIEMPO A TU HIJO/A?	18-24		25-34		35-44		44-65		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Sí	5	100.00	201	72.83	764	64.20	210	67.52	1180	66.22
No	.	0.00	75	27.17	426	35.80	101	32.48	602	33.78
<b>Total</b>	<b>5</b>	<b>100.00</b>	<b>276</b>	<b>100.00</b>	<b>1190</b>	<b>100.00</b>	<b>311</b>	<b>100.00</b>	<b>1782</b>	<b>100.00</b>

ESTADO CIVIL	Soltero		Con pareja		Separado o viudo/a		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>¿CREES QUE DEDICAS SUFICIENTE TIEMPO A TU HIJO/A?</b>								
Sí	62	68.13	1051	66.65	66	58.41	1179	66.20
No	29	31.87	526	33.35	47	41.59	602	33.80
<b>Total</b>	<b>91</b>	<b>100.00</b>	<b>1577</b>	<b>100.00</b>	<b>113</b>	<b>100.00</b>	<b>1781</b>	<b>100.00</b>

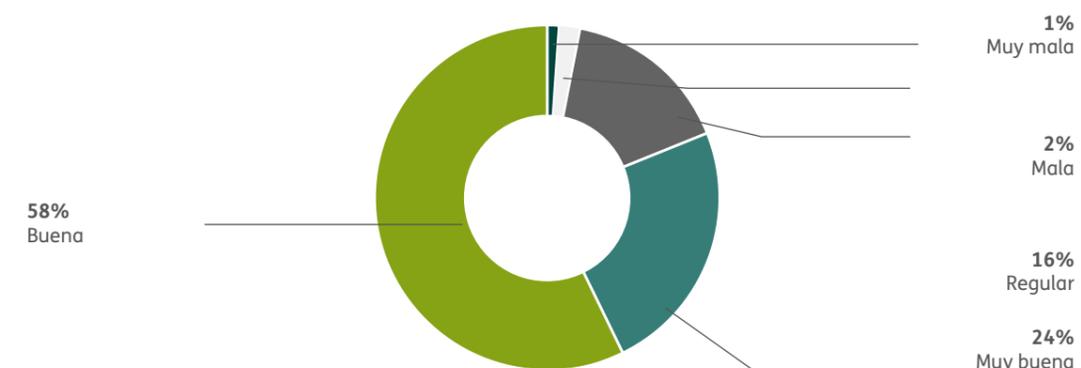
Los separados o los viudos (41,59%) son los que más perciben que no dedican suficiente tiempo a sus hijos/as.



CCAA	Sí		No		Total	
	N	%	N	%	N	%
Andalucía	207	66.13	106	33.87	313	100.00
Aragón	35	70.00	15	30.00	50	100.00
Principado de Asturias	27	72.97	10	27.03	37	100.00
Illes Balears	31	64.58	17	35.42	48	100.00
Canarias	63	75.90	20	24.10	83	100.00
Cantabria	17	70.83	7	29.17	24	100.00
Castilla y León	64	68.82	29	31.18	93	100.00
Castilla-La Mancha	54	65.85	28	34.15	82	100.00
Catalunya	174	60.00	116	40.00	290	100.00
Comunitat Valenciana	131	66.50	66	33.50	197	100.00
Extremadura	35	81.40	8	18.60	43	100.00
Galicia	72	69.23	32	30.77	104	100.00
Madrid	161	65.98	83	34.02	244	100.00
Murcia	32	62.75	19	37.25	51	100.00
Navarra	22	81.48	5	18.52	27	100.00
País Vasco	47	55.95	37	44.05	84	100.00
La Rioja	8	66.67	4	33.33	12	100.00
<b>Total</b>	<b>1180</b>	<b>66.22</b>	<b>602</b>	<b>33.78</b>	<b>1782</b>	<b>100.00</b>
<b>VARIABLE</b>	<b>Test</b>	<b>P. Valor</b>	<b>Significación</b>			
CCAA	Fisher	0.14140				

Navarra, Extremadura, Canarias y Asturias son las CCAA donde son mayores los porcentajes de padres que consideran que dedican suficiente tiempo a sus hijos.

### ¿Cómo valoras la calidad del tiempo que dedicas a tu hijo/a?



El 82% de los padres participantes tiene un buen grado de satisfacción respecto a la calidad del tiempo dedicada a su hijo/a, mientras que el 18% restante cree que la calidad del tiempo que dedican a su hijo es regular (16%) o mala/muy mala (3%).

Tan solo el 23'8% de los padres consideran que la calidad del tiempo que dedican a sus hijos es "muy buena".

ESTADO CIVIL	Hombre		Mujer		Total	
	N	%	N	%	N	%
<b>¿CÓMO VALORAS LA CALIDAD DEL TIEMPO QUE DEDICAS A TU HIJO/A?</b>						
Muy mala	4	0.49	4	0.39	8	0.44
Mala	12	1.48	9	0.88	21	1.15
Regular	155	19.07	142	13.94	297	16.21
Buena	488	60.02	582	57.11	1070	58.41
Muy buena	154	18.94	282	27.67	436	23.80
<b>Total</b>	<b>813</b>	<b>100.00</b>	<b>1019</b>	<b>100.00</b>	<b>1832</b>	<b>100.00</b>

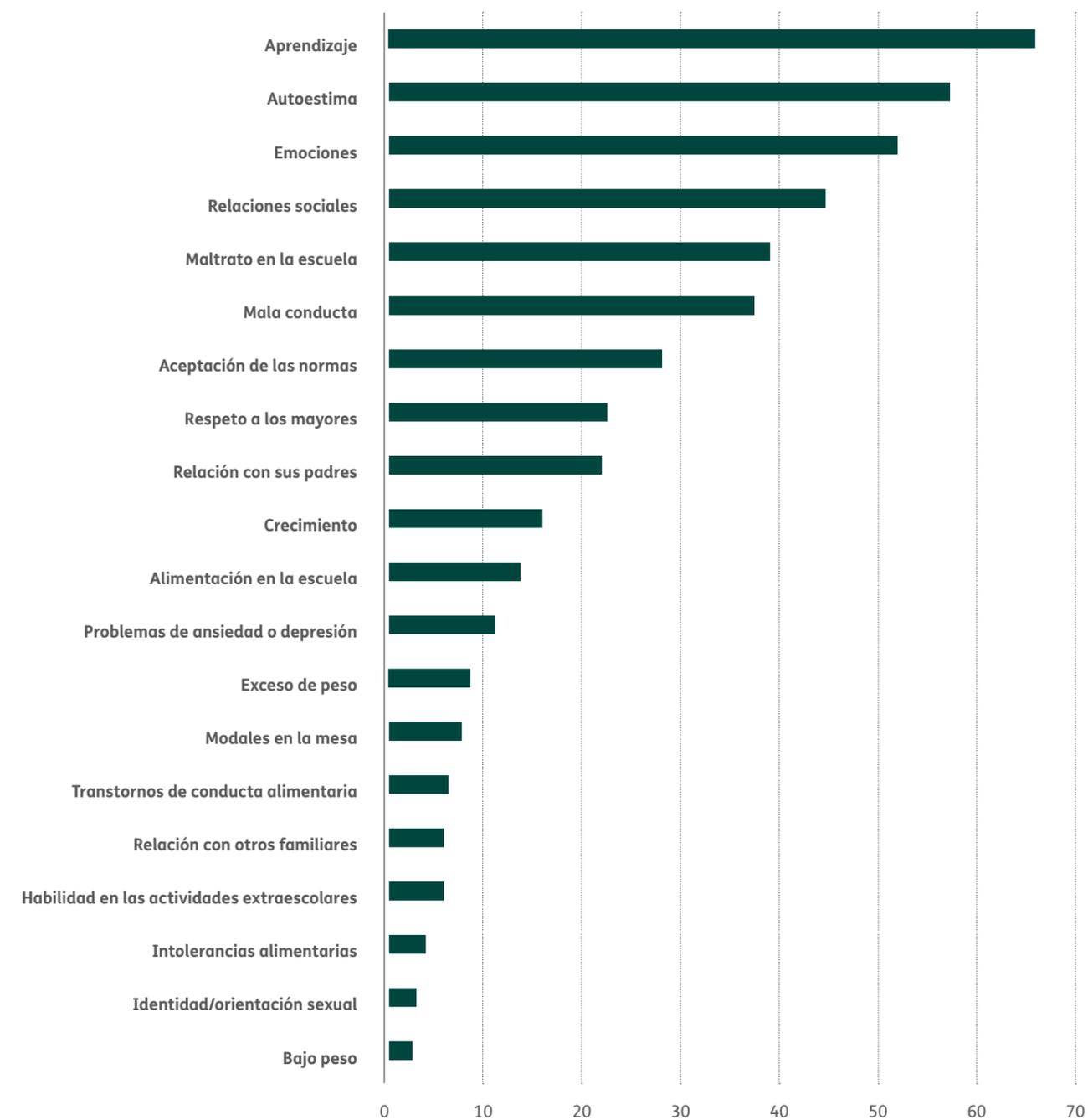
Las mujeres encuestadas valoran más positivamente la calidad del tiempo dedicado a sus hijos/as (85% muy buena o buena, 15% regular o mala). En el caso de los hombres: 79% muy buena o buena, 21% regular o mala.



EDAD	18-24		25-34		35-44		44-65		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>¿CÓMO VALORAS LA CALIDAD DEL TIEMPO QUE DEDICAS A TU HIJO/A?</b>										
Muy mala	.	0.00	2	0.71	5	0.41	1	0.31	8	0.44
Mala	.	0.00	3	1.07	16	1.31	2	0.61	21	1.15
Regular	.	0.00	42	14.95	204	16.74	51	15.64	297	16.21
Buena	5	83.33	140	49.82	710	58.24	215	65.95	1070	58.41
Muy buena	1	16.67	94	33.45	284	23.30	57	17.48	436	23.80
<b>Total</b>	<b>6</b>	<b>100.00</b>	<b>281</b>	<b>100.00</b>	<b>1219</b>	<b>100.00</b>	<b>326</b>	<b>100.00</b>	<b>1832</b>	<b>100.00</b>

ESTADO CIVIL	Soltero		Con pareja		Separado o viudo/a		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>¿CÓMO VALORAS LA CALIDAD DEL TIEMPO QUE DEDICAS A TU HIJO/A?</b>								
Muy mala	1	1.03	6	0.37	1	0.83	8	0.44
Mala	.	0.00	21	1.30	.	0.00	21	1.15
Regular	17	17.53	263	16.29	17	14.17	297	16.22
Buena	50	51.55	951	58.92	68	56.67	1069	58.38
Muy buena	29	29.90	373	23.11	34	28.33	436	23.81
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100.00</b>	<b>1614</b>	<b>100.00</b>	<b>120</b>	<b>100.00</b>	<b>1831</b>	<b>100.00</b>

### ¿Cuáles de estos temas te preocupan respecto a la educación y la salud de tu hijo/a?



Los temas que más preocupan a los encuestados respecto a la salud y educación son el aprendizaje, la autoestima y las emociones.

También destacan como muy preocupantes las relaciones sociales, el maltrato en la escuela y la mala conducta, seguido de otros temas de relación familiar y social como aceptación de las normas, respeto a los mayores y relación con los padres.

La preocupación por el exceso de peso de los niños aparece tan solo con un 8,13%, lo que contrasta con los datos de esta problemática ya que, según el Estudio Aladino de 2015, el exceso de peso afecta a un 41% de los niños y niñas entre 6 y 9 años.

## 4. Conclusiones

A continuación, se relatan las principales conclusiones extraídas del estudio, que se refiere a los hábitos de alimentación, actividad física, comportamiento y relaciones familiares de niños y niñas de edades comprendidas entre 1 y 10 años. Alguna es tan llamativa como que el 44% consume repostería industrial más de 3 días a la semana.

### Alimentación

- El 73% de los participantes en el estudio considera que tiene un **horario fijo establecido para comer toda la familia junta en la mesa**.
- Extremadura, Baleares y Murcia son las CCAA con los porcentajes más elevados de familias que comen juntas en un horario establecido. En la mesa, más de la mitad de los niños (58%) pasa entre 15 y 29 minutos, y un 32% están entre 30 y 45 minutos, lo que parece indicar una buena interacción familiar.
- Sorprende que el 9,5% no desayune nada en casa, aunque sí lo hacen en la escuela con el 100% de respuestas afirmativas.
- En cuanto a **consumo de alimentos considerados saludables**, el 44,5% de los padres y madres afirma que sus hijos consumen fruta fresca todos los días y un total del 65% lo hacen más de 5 días a la semana.
- Con las **verduras y hortalizas**, aunque la recomendación es de 2-3 raciones diarias como en la fruta, solo el 41,5% las consume 5 o más días a la semana.
- En cuanto a la **carne roja**, casi el 19% no come nunca o casi nunca; mientras que la gran mayoría (78%) lo hace entre 1 y 4 veces por semana.
- El consumo de **pescado o marisco** se encuentra muy por debajo de la recomendación de 3-4 veces a la semana, con un 68,8% de los encuestados que comen 2 o menos veces por semana.
- El consumo de **legumbres** también es bajo, de hecho, solo 1/3 de los niños cumple las recomendaciones de 3-4 raciones a la semana recomendadas.
- Si analizamos los alimentos menos saludables, la **repostería industrial** no casera es el que se consume con más frecuencia, con cerca de un 8% que han indicado que su hijo la consume todos los días y el 36%, que la consume 3 días a la semana o más.
- Resulta sorprendente que solo el 76% indica que su hijo casi nunca consume **comida rápida**. En el caso de las chucherías, el 12,5% de los encuestados señala que su hijo toma 3 días a la semana o más, mientras que casi el 88% ha admitido el consumo de snacks y fritos 5 días a la semana o más.
- Pese a estos resultados, el 92% de los padres/madres percibe que su hijo/a **come de forma equilibrada y suficiente**. Además, puede resultar alarmante que el 43% añade sal extra a los alimentos que se toman sus hijos/as.
- En cuanto al **consumo de azúcar**, el 41% de los participantes opina que las etiquetas no aportan la información necesaria sobre el azúcar que contienen los alimentos. El 38% percibe que es poco visible/inteligible, mientras que solo el 21% opinan que la información es clara. Una respuesta que contrasta con que, aún sin tener la información, el 99% afirma que sus hijos cumplen con la cantidad de azúcar/día recomendada.

### Actividad física, sedentarismo y descanso

- El 72% de los padres participantes en el estudio considera que el **nivel de actividad física** que realiza su hijo es bueno. Una cuarta parte de ellos dice que el nivel tan solo es regular.
- En cuanto a la **frecuencia de actividad**, el 64% realizaría bastante actividad física, según sus padres, pero destaca que en poblaciones de menos de 20.000 habitantes, la actividad física es menor (17,56%) que en ciudades de mayor tamaño, donde se supera el 20%. Navarra, Asturias, La Rioja y Aragón son las CCAA donde en mayor medida los padres consideran que sus hijos hacen “bastante ejercicio”.
- El 45% señala que su hijo actúa de forma sedentaria entre una y dos horas diariamente. Como aspecto positivo, el 39% dedica menos de 1 hora al día, y un 5%, **nada en absoluto a actividades sedentarias** (ver tv, jugar con la Tablet, etc)
- El 74% ha optado por escoger “jugar con juguetes” como actividad que más le gusta realizar a su hijo en su tiempo de ocio, mientras que el 72% también apuesta por “jugar con sus amigos”. Así pues, mirar la televisión (57,86%), interactuar con el teléfono móvil (25,16%) o jugar con videoconsolas (24,24%), aún se mantienen por detrás de otras actividades más saludables entre los más pequeños.



- De media, los niños referenciados en el presente estudio duermen 9.4 horas entre semana y 9.7 horas los fines de semana. El 80% de los padres encuestados valora la **calidad del sueño** de su hijo como buena, un 17% como regular, y un 3% como mala o muy mala.

### Hábitos de comportamiento

- Los encuestados destacan que “casi siempre” o “a menudo”, su hijo es desobediente (23,5%), tarda mucho en realizar las actividades (24,7%) o interrumpe a los adultos (25,6%). El 30,3%, a veces o nunca **observa las normas**, mientras que el 16% tiene rabietas habitualmente y sólo el 4% miente.
- Cerca del 60% de los padres ha señalado que su hijo a menudo se distrae con otras cosas cuando está haciendo algo y más del 70% afirma que “**se distrae con facilidad**” casi siempre o a menudo.
- No alcanza la mitad (49%) los niños que nunca tienen **dificultades para entretenerse solo**, y un 41% reconoce que “a veces”. Un 10% tiene dificultades para entretenerse “a menudo” o “casi siempre”.
- El 98% de padres y madres cree que su hijo “a menudo” o “casi siempre” **es feliz y está contento**. También responden (92%) que su hijo tiene amigos con los que se divierte. También, el 85% cree que tienen tiempo para hacer las cosas que les gustan, frente al 15% que solo a veces disponen de este tiempo.

### Relaciones familiares

- El 34% percibe que **no dedican suficiente tiempo a su hijo**. Los padres tienen esa percepción en mayor medida (41%) que las madres (27%).
- Los separados o los viudos, con un 42% de respuestas negativas, son los que menos tiempo admiten tener para dedicarles.
- Además, aunque el 82% de los participantes tiene un buen grado de satisfacción respecto a la **calidad del tiempo dedicada a su hijo/a**, tan solo el 24% la definirían como “muy buena”, mientras que el 18% la definen como regular (16%) o mala/muy mala (3%).
- El 40% señala que todos los días, de lunes a viernes, realiza actividades de ocio con sus hijos, mientras que el 69% dedican los dos días del fin de semana a actividades de ocio. Del total de respuestas, se observa que 1/3 de los padres y madres dedica poco **tiempo a sus hijos entre semana**, lo que puede indicar dificultad de conciliación y falta de tiempo o de voluntad, entre otros.







Uno de los compromisos de DKV con la sociedad es la colaboración desde 1998 con esta organización que actúa en el Tercer Mundo.



DKV ha calculado y compensado las emisiones de gases de efecto invernadero (GEI) generadas por su actividad durante el año 2016 y se ha comprometido a seguir reduciéndolas.



FSC España ha puesto en marcha el proyecto Gestión Forestal Responsable: conservación de los Bosques y Desarrollo Rural, enmarcado dentro del Programa Empleaverde 2007-2013 de la Fundación Biodiversidad.



Estamos adheridos a las Guías de Buenas Prácticas de Unespa. Para más información consulta nuestra web.



Este impreso está realizado sobre papel reciclado. DKV colabora en la conservación del medio ambiente.



Séptima posición en el ranking de las mejores empresas para trabajar de entre 500 y 1.000 empleados.



Empresa saludable 2016 ORH. Observatorio de Recursos Humanos.



Empresa excelente



Empresa sostenible



Empresa saludable



Empresa familiarmente responsable

