

# Los españoles tendrán una vejez más saludable

Una [encuesta a 1243 usuarios de www.eDarling.es](#) revela:

- **Más de la mitad de los hombres querría que sus parejas se operasen.**
- **Los hombres se quieren más a sí mismos que las mujeres.**
- **A los hombres les da más miedo envejecer que a las mujeres.**

El pasado 7 de abril, como viene siendo desde 1950, se celebró el **Día Internacional de la Salud**. Cada año se plantea un tema distinto que, en esta ocasión, fue el envejecimiento y la salud, de ahí el lema de este año **“La salud añade vida a los años”**.

Con este vídeo, La OMS pretendía concienciar a la sociedad sobre la importancia de llevar una vida saludable para, en el futuro, gozar de una vejez saludable.



Con motivo de este día, la página de búsqueda de pareja eDarling realizó una encuesta a 1243 de sus usuarios y [los resultados](#) demuestran que en España, al menos, vamos bien encaminados hacia una vejez saludable.

El 33,7% de los hombres asegura llevar una vida muy saludable en general y un 60,8%, bastante saludable. En cuanto a las mujeres, los datos son prácticamente idénticos: el 33,5% de ellas se consideran muy sanas y un 63,2%, bastantes sanas.

En cuanto a la preocupación por el físico, la mayoría de las mujeres lo toman bastante en serio (72,5%) y un 14,8%, muy en serio. Sorprendentemente, los hombres les siguen muy de cerca: un 64,6% de ellos cuida bastante su físico y un 14,4% le da suma importancia. De todos los encuestados, **sólo un 0,5% de las mujeres y un 2,8% de los hombres confesaron no preocuparse por su aspecto en absoluto.**

## **Deporte: la vida sedentaria en vías de extinción**

Los encuestados también demostraron ser bastante deportistas: la mayoría de los hombres (43,3%) y mujeres (50%) aseguran hacer ejercicio varias veces por semana. En el compromiso diario con el deporte, sin embargo, los hombres (23,3%) superan ligeramente a las mujeres (16,3%).

### **Tabaco: se acabaron los malos humos**

En cuanto al tabaquismo, afortunadamente, cada vez son más las personas que están abandonando este hábito tan perjudicial para la salud: **el 62,2% de las mujeres y el 59,1% de los hombres ya no fuman.**

### **Alimentación: en España no reina la comida basura**

De los [resultados de la encuesta de eDarling](#) se desprenden cifras alentadoras: el 73% de los hombres y el 82% de las mujeres llevan una dieta bastante saludable. Ninguna de las mujeres encuestadas asegura no cuidar nada su alimentación y de los hombres, sólo el 0,6% considera su dieta poco saludable.

### **Estética: España, país de coquetos**

Los encuestados también mostraron su debilidad por el cuidado físico: **el 60,8% de los hombres y el 66,9% de las mujeres cuidan bastante su estética.** De hecho, el 40,8 % de las mujeres usan cosméticos bastante a menudo y muy de cerca con un 40,1% les siguen los hombres. Y no sólo su propio aspecto, al 80,9% de los hombres y al 83,1 % de las mujeres les gusta que su pareja se cuide.

En relación a ello, los encuestados también fueron preguntados acerca de sus complejos. Los hombres resultaron gozar de mayor autoestima: el 71,3 % de ellos se gustan tal y como son, frente al 54,8 % de ellas, cifra que aún así sigue representando a más de la mitad de las mujeres. Sin embargo, ninguno se salva de sus pequeños complejos: **a ellos les preocupa su peso, su pérdida de cabello y sus canas y a ellas, también les preocupa su peso, la pérdida de firmeza de su cuerpo y sus arrugas.** De hecho, cuando se les pregunta por la cirugía estética, los resultados nos sorprenden ya que: el número de hombres (12,4%) totalmente en contra de la cirugía estética es inferior al de las mujeres (14%), es decir, **los hombres estarían más dispuestos que ellas a operarse.** Además, más de la mitad de los hombres (53,8%) vería con buenos ojos que su pareja se operase, al igual que lo piensa el 40% de las mujeres.

### **Envejecimiento: síndrome de Peter Pan**

Y por último, **el dato más sorprendente: al 53,3% de los hombres y al 46,3% de las mujeres les preocupa envejecer,** es decir, que a ellos, por extraño que parezca, les da algo más de miedo que a ellas hacerse mayores.

En definitiva la salud y el aspecto físico generalmente está más presente tanto en españolas como españoles y, como demuestra la encuesta, a la mayoría de ellos no les importaría descubrir el secreto de la eterna juventud.

\*Muestra a partir de más de 1243 usuarios registrados en eDarling España.

Atentamente,

**María**

Directora eDarling España

**Martín**