

**COSTUMBRES Y PRÁCTICAS DEPORTIVAS
EN LA POBLACIÓN ECUATORIANA**



ANÁLISIS DE INFORMACIÓN
ESTADÍSTICA

• www.inec.gov.ec •



BYRON ANTONIO VILLACÍS CRUZ
DIRECTOR GENERAL

JORGE EDUARDO GARCÍA GUERRERO
SUBDIRECTOR GENERAL

CÉSAR OSWALDO ZANAFRIA NIQUINGA
DIRECTOR DE ASESORÍA JURÍDICA

JULIO FERNANDO ORTEGA ANDRADE
DIRECTOR DE PLANIFICACIÓN

MARCO VILLAVICENCIO ORTIZ
AUDITOR INTERNO

CÉSAR ROBERTO MORALES PÁEZ
SECRETARIO GENERAL

RUTH ELENA PUYOL CORDERO
DIRECTORA DE RECURSOS HUMANOS Y SERVICIOS ADMINISTRATIVOS

ROSSMAN RAMIRO CAMACHO CARRIÓN
DIRECTOR DE RECURSOS FINANCIEROS

GALO HERNÁN ARIAS VELOZ
DIRECTOR DE PRODUCCIÓN DE ESTADÍSTICAS ECONÓMICAS

JOSÉ ALFREDO INTRIAGO CONFORME
DIRECTOR DE PRODUCCIÓN DE ESTADÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS

ELIZABETH GEOCONDA OCAMPO GAVILÁNEZ
DIRECTORA DE DESARROLLO TECNOLÓGICO ESTADÍSTICO

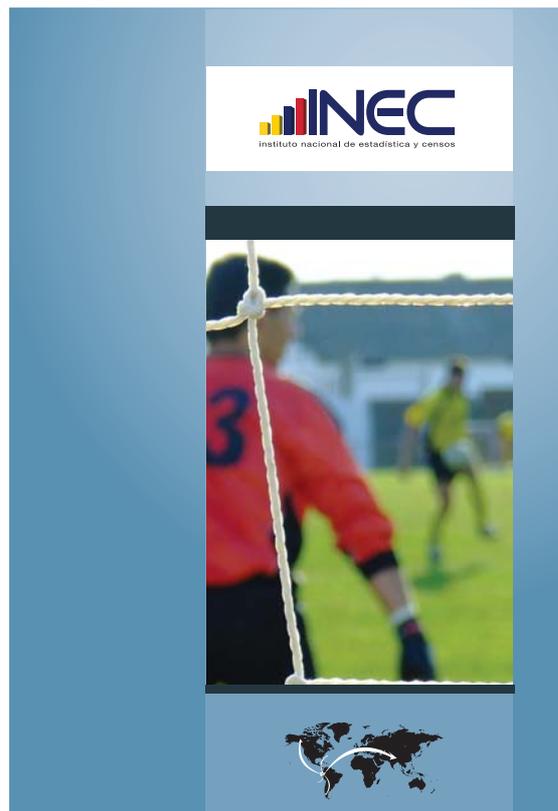
PROCESOS A NIVEL REGIONAL

YAJAIRA VÁSQUEZ TENORIO
DIRECTORA REGIONAL DEL NORTE

EDUARDO MONTERO CASTELLANOS
DIRECTOR REGIONAL DEL CENTRO

RODRIGO MIGUEL SEGARRA AGUIRRE
DIRECTOR REGIONAL DEL SUR

JÉSSICA MENÉNDEZ CAMPOS
DIRECTORA REGIONAL DEL LITORAL



COSTUMBRES Y PRÁCTICAS DEPORTIVAS EN LA POBLACIÓN ECUATORIANA

ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN ESTADÍSTICA
Cristina Vera

ANÁLISIS DE ESTADÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS
Cynthia Ferreira

EQUIPO TÉCNICO
Autora:
Fabiola Dávila G.

EQUIPO TÉCNICO DE REVISIÓN:
Luis Guasgua

CONSEJO EDITORIAL
Jorge García
Alfredo Intriago
Luis Guadalupe
Geoconda Ocampo

COLABORACIÓN:
Fausto Flores

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN
Coordinación de Comunicación Social
Byron Sosa

IMPRESIÓN

Talleres Gráficos del INEC
Quito-Ecuador
Julio 2009

www.ecuadorencifras.com
www.inec.gov.ec

Costumbres y Prácticas Deportivas en la Población Ecuatoriana

ÍNDICE GENERAL

| | |
|----------------------------|----|
| Introducción | 4 |
| Justificación | 4 |
| Antecedentes | 4 |
| Objetivo General | 5 |
| Objetivos Específicos | 5 |
| Hipótesis | 5 |
| Marco Conceptual | 5 |
| Marco Metodológico | 6 |
| Variables de estudio | 6 |
| Resultados | 7 |
| Conclusiones | 17 |
| Recomendaciones | 17 |
| Referencias Bibliográficas | 18 |

ÍNDICE GRÁFICO

| | | |
|--------|------------------------------------------------------------------------|----|
| No. 1. | Número de horas que practica deporte a nivel nacional. | 8 |
| No. 2. | Horas que practica deporte, según grupos de edad (12 a 24 años). | 9 |
| No. 3. | Horas que practica deporte, según grupos de edad (25 a 44 años). | 9 |
| No. 4. | Horas que practica deporte, según grupos de edad (45 a 64 años). | 9 |
| No. 5. | Horas que practica deporte, según grupos de edad (65 años y más). | 9 |
| No. 6. | Población que consumió alcohol por estado civil, según grupos etarios. | 11 |
| No. 7. | Población que tiene celular activado, según sexo. | 15 |
| No. 8. | Población que usa Internet, según sexo. | 16 |

ÍNDICE CUADROS

| | | |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| No. 1. | Distribución porcentual de la población mayor de 12 años, según grupos de edad y sexo. Nivel Nacional. | 7 |
| No. 2. | Distribución porcentual de la población que practica algún deporte, según sexo. Nivel Nacional. | 7 |
| No. 3. | Distribución porcentual de la población que practica deporte, según región. Nivel Regional. | 8 |
| No. 4. | Distribución porcentual de la población que practica deporte, según nivel de instrucción. | 9 |
| No. 5. | Total población que consumió alcohol el último mes y practica algún deporte. | 10 |
| No. 6. | Distribución porcentual de la población que consumió alcohol el último mes y practica algún deporte, según sexo. | 10 |
| No. 7. | Distribución porcentual de la población que consumió alcohol el último mes, según nivel de instrucción. | 11 |
| No. 8. | Distribución porcentual de la población que consumió cerveza últm. semana y practica algún deporte, según sexo. | 12 |
| No. 9. | Distribución porcentual de la población que practica deporte a y fuma diariamente. Nivel Nacional. | 12 |
| No. 10. | Distribución porcentual de la población que fuma diariamente, según nivel de instrucción. | 13 |
| No. 11. | Distribución porcentual de la población que fuma diariamente, según grupos de edad. | 13 |
| No. 12. | Promedio de días/mes y horas/día que practica deporte y Promedio de horas que duerme, según nivel de instrucción y sexo. | 14 |
| No. 13. | Días al mes que practica deporte, según nivel de instrucción, sexo y grupos de edad. | 14 |
| No. 14. | Distribución porcentual de la población que Utilizó Internet. Nivel Nacional. | 15 |
| No. 15. | Distribución porcentual de la población que Utilizó Internet, según grupos de edad. | 16 |



COSTUMBRES Y PRÁCTICAS DEPORTIVAS EN LA POBLACIÓN ECUATORIANA

I. Introducción

En las últimas décadas la humanidad presta mucha atención a su salud adoptando conductas y pautas en las que se equilibran las costumbres diarias con una serie de hábitos y prácticas regulares que garantizan una calidad de vida saludable. Entre ellas, las actividades físicas y el deporte.

La actividad física y deportiva constituyen indicadores dentro de los múltiples factores que definen la calidad de vida como son los físicos, psicológicos, sociales, culturales, etc., y que al mismo tiempo producen satisfacción y bienestar en quien los practica.

La práctica regular de al menos una actividad física debería considerarse como una constante a lo largo de la vida de todos los individuos sin importar su edad ya que los beneficios que brinda son muy favorables siempre y cuando vaya acompañada de sus aliados nutricionales e higiénicos, también cuenta la cantidad de tiempo y la frecuencia en realizarla. Los hábitos, prácticas y la habituación a uno o más de ellos que la población mantenga entre los espacios de su vida diaria difiere de una persona a otra; ya sea por la edad, el nivel de instrucción, el estado de ánimo, el tiempo disponible, etc., a más de ello influye la íntima relación con la cultura y el conocimiento que los individuos tengan sobre los hábitos y prácticas.

Está comprobado que las actividades físicas previenen enfermedades y ayudan a la superación de otras como por ejemplo: mejora la circulación cardiorrespiratoria, reduce los riesgos coronarios, produce pérdida de peso, disminuye la morbi-mortalidad, aumenta el bienestar, aumenta el rendimiento en los estudios y en el trabajo, etc. Si se acostumbrara a adoptar al menos uno de los tantos hábitos saludables y se practicara con regularidad, obtendremos los beneficios deseados. Esta habituación hará sentirnos y desempeñarnos mejor en todas las actividades del diario vivir.

La Encuesta de Condiciones de Vida 2005-2006 en su Sección de Salud, contempla algunos indicadores referidos a los hábitos y prácticas adquiridos por la población ecuatoriana aspectos que se relacionan con la prevención o descuido de la salud, como por ejemplo las horas de sueño, el consumo de cigarrillo y alcohol, uso de la telefonía celular, Internet, etc. Mediante estos y otros indicadores se llegó a determinar las diferencias porcentuales por sexo de las personas que practican deporte y alguna clase de hábito. El objetivo de este estudio radica en analizar las características sociodemográficas y su relación entre los hábitos y prácticas, dando a conocer porcentualmente las relaciones y diferencias de estas conductas entre sexos de la población ecuatoriana mayor de 12 años.

II. Justificación

Es de conocimiento general que la adquisición y fomentación de los buenos hábitos desde una edad temprana, como es la práctica del deporte, los hábitos alimenticios, los hábitos de higiene, de lectura, entre otros; influyen directamente en el bienestar del ser humano mejorando la calidad de vida. Además, aportan técnicas de mejoramiento en la convivencia familiar y grupal permitiendo la apertura de nuevas vías para disfrutar del tiempo libre. Los hábitos y prácticas preservan la salud compatibilizando con la realidad social y económica donde se desenvuelve el individuo; la adopción de buenas prácticas y hábitos y, la habituación de al menos uno de ellos deben ser incorporadas a los usos y costumbres de toda persona en su vida diaria.

Para el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC), la relación entre la actividad física, hábitos y calidad de vida, tienen gran importancia dentro del entorno social, ya que las condiciones socioeconómicas actuales en las que se construye el desarrollo del país no son suficientemente favorables para beneficiar a la población; por esta y más razones se requiere de material investigativo que abarque esta problemática, sirviendo sus publicaciones de sustento para la toma de decisiones político-administrativas de prioridad.

Además, los datos obtenidos mediante el presente estudio servirán de utilidad para los estudiosos y practicantes de los deportes y para quienes tengan inclinación a su práctica o a la vez inicien la misma.

III. Antecedentes

A través de encuestas se puede llegar a determinar, entre otros temas, el conocimiento sobre buenos y malos hábitos y, la práctica deportiva de los ciudadanos los cuales constituyen factores importantes para la planificación y delimitación de programas y políticas culturales.

La Encuesta de Condiciones de Vida 2005-2006, incorpora algunos ítems de consulta en este tipo de procedimientos que no resultan ser suficientes para obtener resultados de gran interés. Se necesita de programas de apoyo para la realización de estudios más amplios que permitan el conocimiento a profundidad sobre los hábitos y prácticas culturales de la población ecuatoriana.

Entre las publicaciones del INEC, se encuentra el folleto de Indicadores Sociales en el que se reflejan tablas y gráficas conteniendo los valores porcentuales a nivel nacional de los hábitos y prácticas.

Por medio de los resultados generados en este estudio se darán a conocer analíticamente el porcentaje poblacional por sexo de las personas que practican deporte y poseen comportamientos de habituación como son el consumo de cigarrillos y bebidas alcohólicas.

IV. Objetivo general

Analizar las características sociodemográficas y su relación con las prácticas y hábitos de vida de los habitantes ecuatorianos mayores de 12 años a nivel nacional y regional.

Objetivos específicos:

- Determinar qué porcentaje de la población mayor de 12 años practica deporte y posee hábitos en su vida diaria.
- Establecer las relaciones y diferencias de los hábitos por sexo, nivel de instrucción y estado civil.
- Establecer las diferencias conceptuales entre hábito, habituación y práctica.

Hipótesis

Las diferencias de los hábitos de consumo de bebidas alcohólicas y cigarrillo, y las prácticas deportivas de la población de más de 12 años son mayores en los hombres.

V. Marco conceptual

Se mencionan las definiciones de los términos utilizados en el presente estudio ofreciendo una guía para el marco conceptual.

Salud.- La Organización Mundial de la Salud la define como “un estado completo de bienestar físico, mental y social y no solamente ausencia de enfermedad o dolencia”.

Hábitos.- Los hábitos son conductas o comportamientos o tendencias aprendidas precozmente. Hábito podría ser definido como el modo de actuar adquirido por la frecuente práctica y repetición de un acto bajo las mismas o similares circunstancias y la satisfacción que acompaña al resultado. Todas las actividades físicas y mentales están sujetas a las leyes del hábito. Sin hábitos sería imposible aprender y por ende adquirir la experiencia y las habilidades formativas. (W A Kelly, Gonzalo Gonzalvo Mainar, 1982).

Práctica Deportiva o Deporte.- Constituye toda actividad física que implica esfuerzo adicional a lo cotidiano, puede hacerlo por actividad recreativa, por salud, por trabajo, etc. Además, está considerado como deporte a aquellos reconocidos universalmente como deporte olímpico, en tal virtud se incluirá como tal, al billar y al ajedrez entre otros. (INEC, 2005).

Habituación.- Llamada también acostumbamiento o condicionamiento a un determinado estímulo. Se caracteriza por un deseo no “compulsivo” de consumir una droga o medicamento y si provoca algún daño individual, mas no para la comunidad. Este tipo de acostumbamiento puede ser además de tipo físico, afectivo, psicológico, sensorial, mítico o ritual, personal o social, por ejemplo, el acostumbamiento entre una persona y el deporte, persona y pareja, persona y comida, etc. Tres factores determinan la habituación: 1) Las características del sujeto (ejemplo, autoestima, equilibrio, personal); 2) Entorno sociocultural (ejemplo, estilo de vida, valores sociales) y 3) Ideas, acciones y sustancias (ejemplo, la psicoactividad, los rituales). (Cosas de Educación Social y Adicciones, octubre 2006).

Actividad Física.- La Organización Mundial de la Salud, considera que no hay definición ni medida común a todos los países sobre la actividad física; se refiere a toda acción corporal que genera un gasto energético sobre las necesidades básicas de la vida diaria. Confirma que se asocia a múltiples beneficios como se observa en la mejora del metabolismo de la glucosa, reduce la grasa en el organismo, disminuye la tensión arterial, reduce los tipos de cáncer como el de colon, eleva los niveles de antioxidantes, etc. Al contrario la inactividad física, se define como una actividad escasa o nula en cualquiera de los sectores principales de la vida diaria como son el trabajo, el transporte, las tareas domésticas y el tiempo de ocio; constituye una de las causas principales para la generación de varias enfermedades y por ende de defunciones. (OMS, 2002).



Calidad de Vida.- Para la Organización Mundial de la Salud, es la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, sus normas, sus inquietudes.

VI. Marco metodológico

La investigación que se presenta es de carácter descriptivo y comparativo. Además, de la revisión bibliográfica cualitativa y cuantitativa de fuentes secundarias relacionadas con el tema de los Hábitos y Prácticas. Se utilizó la base de datos de la Encuesta de Condiciones de Vida, 2005-2006, Sección 3-Salud, Hábitos y Prácticas.

El tratamiento estadístico de los datos se realizó con el programa SPSS 11.5 para Windows, que posibilita la obtención de hallazgos requeridos para este estudio, el uso de Microsoft Excel para la conversión de los datos y, el software Microsoft Word 2003 para la elaboración del texto del documento. La muestra efectiva de participantes fue de 39 852 personas, 19 438 hombres y 20 414 mujeres.

Participantes: Como población objetivo, se seleccionó a las personas de 12 años y más entre hombres y mujeres residentes en los hogares del Ecuador a nivel nacional, subdivididos en cuatro grupos etarios: G1: de 12 a 24, G2: de 25 a 44, G3: de 45 a 64 y G4: de 65 años y más. Se construyó esta serie de grupos poblacionales de edad considerando las tendencias, modificaciones y dependencias de los hábitos y prácticas que puedan tener las personas a medida que avanza la edad.

Ámbito de estudio

La población de 12 años y más a nivel nacional y regional.

Unidad de Análisis o Universo

Las personas de 12 años y más residentes en los hogares del Ecuador.

VII. Variables de estudio

Para el análisis de los datos se consideraron los siguientes indicadores sociodemográficos relacionados directamente con la salud de las personas investigadas.

Variables Sociodemográficas:

- Sexo
- Edad, distribuida en los siguientes grupos: Grupo 1: de 12 a 24 años, Grupo 2: de 25 a 44 años, Grupo 3: de 45 a 64 años y, Grupo 4: de 65 años y más
- Nivel de instrucción, establecido en 4 niveles y fusionados de la siguiente forma: Ninguno=Ninguno+Centro de Alfabetización, Primaria, Secundaria y Superior=Superior+Postgrado.
- Estado civil o conyugal.

Variables de Salud:

- Cuántas horas duerme durante la noche y el día
- Fuma diariamente
- Consumió cerveza
- Consumió bebidas alcohólicas
- Variable relacionada con el ejercicio físico con la que se cuantificó el número de personas que han participado o no en las actividades deportivas y los hábitos de consumo:
 - Práctica de ejercicio físico: Practicó algún deporte (promedio de cuántas horas al día).

Variables económicas:

- Tiene teléfono celular activado
- Uso de Internet

VIII. Resultados

Para determinar la relación entre las características sociodemográficas con las prácticas deportivas y los hábitos de costumbres que poseen las personas de 12 años y más, se diseñó un estudio descriptivo y comparativo a nivel nacional. La muestra incluyó a 39 852 personas de ambos sexos (19 438 hombres y 20 414 mujeres). Aplicando el factor de expansión (coeficiente de ponderación de casos para asignar importancias diferentes a los valores de la variable), el valor asciende a 9 567 327 (4 683 782 hombres y 4 883 545 mujeres), (ver Tabla 1). Los resultados más interesantes de los cruces de las variables de hábitos y prácticas se presentan detalladamente y con ellos se justifican las conclusiones.

Tabla No. 1

Distribución porcentual de la población mayor de 12 años, según grupos de edad y sexo

Nivel Nacional

| | | Sexo | | Total |
|-----------------------|------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| | | Hombre | Mujer | |
| Grupos de Edad | De 12 a 24 años | 1 673 762 35,7% | 1 642 844 33,6% | 3 316 606 34,7% |
| | De 25 a 44 años | 1 666 281 35,6% | 1 804 345 36,9% | 3 470 626 36,3% |
| | De 45 a 64 años | 952 425 20,3% | 993 002 20,3% | 1 945 427 20,3% |
| | De 65 años y más | 391 314 8,4% | 443 354 9,1% | 834 668 8,7% |
| Total | | 4 683 782 100,0% | 4 883 545 100,0% | 9 567 327 100,0% |

Nota. Datos tomados de INEC, ECV – 5ta. Ronda 2005/2006

Tabla No. 2

Distribución porcentual de la población que practica algún deporte, según sexo

Nivel Nacional

| | | Sexo | | Total |
|-------------------------------|----|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| | | Hombre | Mujer | |
| Practica algún deporte | Si | 2 232 480 47,7% | 790 829 16,2% | 3 023 309 31,6% |
| | No | 2 451 302 52,3% | 4 092 716 83,8% | 6 544 018 68,4% |
| Total | | 4 683 782 100,0% | 4 883 545 100,0% | 9 567 327 100,0% |

Nota. Datos tomados de INEC, ECV – 5ta. Ronda 2005/2006

Al relacionar las variables de práctica deportiva y sexo, observamos en la Tabla 2, que el porcentaje de hombres que han practicado o practican algún tipo de actividad física o deportiva es mucho mayor que el de las mujeres (47,7%) frente al 16,2%.

Interpretada la variable práctica deportiva según sexo y a nivel de las tres regiones ecuatorianas, se observa que los habitantes de la Amazonía tienen mayor inclinación a la realización de esta práctica; el segundo lugar está para la región Sierra y el tercero para la Costa. (ver Tabla 3).



Tabla No. 3

Distribución porcentual de la población que practica deporte, según región

Nivel Regional

| Practica algún deporte | Región | | | Total |
|------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|
| | Sierra | Costa | Amazonía | |
| Si | 1 594 567 36,4% | 1 262 735 26,5% | 166 007 40,0% | 3 023 309 31,6% |
| No | 2 789 047 63,6% | 3 506 435 73,5% | 248 535 60,0% | 6 544 017 68,4% |
| Total | 4 383 614 100,0% | 4 769 170 100,0% | 414 542 100,0% | 9 567 326 100,0% |

Nota. Datos tomados de INEC, ECV – 5ta. Ronda 2005/2006

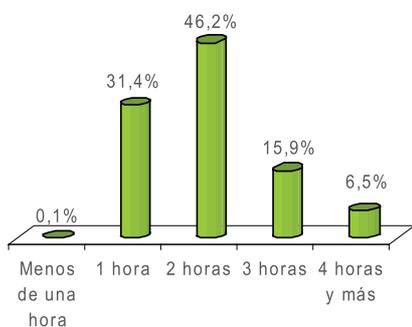
La práctica deportiva ilustrada en las siguientes gráficas y analizada desde el punto de vista de las horas que dedican a hacer deporte a nivel nacional, según grupos de edad, refleja que el promedio de horas destinadas al deporte es de dos horas (2), especialmente por los grupos de 12 a 24 y de 25 a 44 años. Mientras avanza la edad, el tiempo dedicado a estas prácticas disminuye, como se observa en los grupos de 45 a 64 y 65 años y más.



Gráfica 1. Número de horas que practica deporte a nivel nacional

Nota. Datos tomados de INEC, ECV – 5ta. Ronda 2005/2006

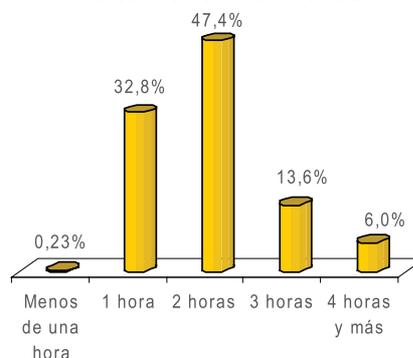
**Horas que practica deporte
Personas de 12 a 24 años**



Gráfica 2. Horas que practica deporte, según grupos de edad

Nota. Datos tomados de INEC, ECV – 5ta. Ronda 2005/2006

**Horas que practica deporte
Personas de 25 a 44 años**



Gráfica 3. Horas que practica deporte, según grupos de edad

Nota. Datos tomados de INEC, ECV – 5ta. Ronda 2005/2006

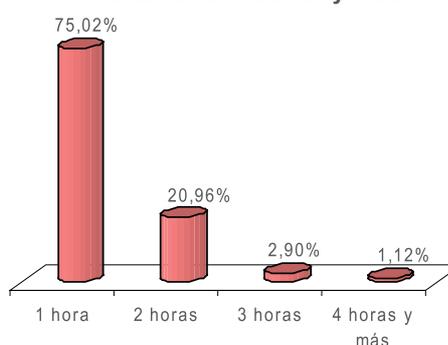
**Horas que practica deporte
Personas de 45 a 64 años**



Gráfica 4. Horas que practica deporte, según grupos de edad

Nota. Datos tomados de INEC, ECV – 5ta. Ronda 2005/2006

**Horas que practica deporte
Personas de 65 años y más**



Gráfica 5. Horas que practica deporte, según grupos de edad

Nota. Datos tomados de INEC, ECV – 5ta. Ronda 2005/2006

Si interpretamos la variable práctica deportiva junto con los niveles de instrucción, vemos en la Tabla 4, que las personas con instrucción Primaria y Superior son las que más se destacan en la práctica de algún deporte.

Tabla No. 4

Distribución porcentual de la población que practica deporte, según nivel de instrucción

| Nivel de Instrucción | Practica algún deporte | |
|--------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| | Si | No |
| Ninguno y C. de Alfabetización | 15 200 0,5% | 537 035 8,3% |
| Primaria | 1 174 821 39,4% | 3 113 877 47,8% |
| Secundaria | 286 564 9,6% | 190 856 2,9% |
| Superior y Postgrado | 1 507 534 50,5% | 2 666 366 41,0% |
| Total | 2 984 119 100,0% | 6 508 134 100,0% |

Nota. Datos tomados de INEC, ECV – 5ta. Ronda 2005/2006



Ingesta de alcohol

Tabla No. 5

Total población que consumió alcohol el último mes y practica algún deporte

| | | Practica algún deporte | | Total |
|-----------------------------|----|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| | | Si | No | |
| Consumió alcohol último mes | Si | 555 397 18,4% | 682 438 10,4% | 1 237 835 12,9% |
| | No | 2 467 913 81,6% | 5 861 580 89,6% | 8 329 493 87,1% |
| Total | | 3 023 310 100,0% | 6 544 018 100,0% | 9 567 328 100,0% |

Nota. Datos tomados de INEC, ECV - 5ta. Ronda 2005/2006

Los resultados de la Tabla 5 indican que el 18,4% de las personas que practican algún deporte también consumen bebidas alcohólicas.

Tabla No. 6

Distribución porcentual de la población que consumió alcohol el último mes y practica algún deporte, según sexo

| Practica algún deporte | Consumió alcohol últ. Mes | Sexo | | Total |
|------------------------|---------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| | | Hombre | Mujer | |
| Si | Si | 504 770 22,6% | 50 627 6,4% | 555 397 18,4% |
| | No | 1 727 710 77,4% | 740 202 93,6% | 2 467 912 81,6% |
| | Total | 2 232 480 100,0% | 790 829 100,0% | 3 023 309 100,0% |
| | Si | 511 647 20,9% | 170 791 4,2% | 682 438 10,4% |
| No | No | 1 939 655 79,1% | 3 921 925 95,8% | 5 861 580 89,6% |
| | Total | 2 451 302 100,0% | 4 092 716 100,0% | 6 544 018 100,0% |

Nota. Datos tomados de INEC, ECV - 5ta. Ronda 2005/2006

En la Tabla 6 los datos muestran diferencias reveladoras en el consumo de alcohol en función del sexo. La ingesta de bebidas alcohólicas es superior en hombres que en mujeres.

El consumo de alcohol cruzada por el nivel de instrucción destaca que el mayor porcentaje de personas que consumieron alcohol en el último mes a la entrevista corresponde a los niveles: Primaria, Secundaria y Superior. (ver Tabla 7).

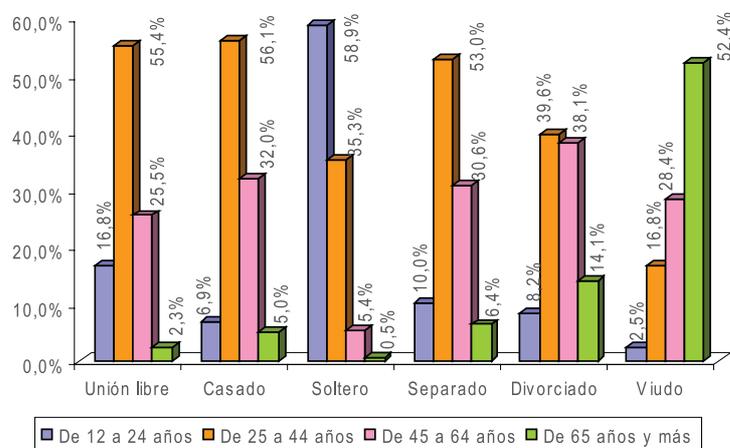
Tabla No. 7

Distribución porcentual de la población que consumió alcohol el último mes, según nivel de instrucción

| Nivel de Instrucción | Consumió alcohol últ. Mes | | Total |
|--------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| | Si | No | |
| Ninguno y C. de Alfabetización | 51 663 4,2% | 500 572 6,0% | 552 235 5,8% |
| Primaria | 475 521 38,4% | 3 813 178 45,8% | 4 288 699 44,8% |
| Secundaria | 404 320 32,7% | 2 753 129 33,1% | 3 157 449 33,0% |
| Superior y Postgrado | 306 332 24,7% | 1 262 613 15,2% | 1 568 945 16,4% |
| Total | 1 237 836 100,0% | 8 329 492 100,0% | 9 567 328 100,0% |

Nota. Datos tomados de INEC, ECV - 5ta. Ronda 2005/2006

En cuanto a la población que sí consumió alcohol por estado civil y grupos etarios, la Gráfica 6 demuestra la distribución porcentual de las cuatro categorías etarias permitiendo visualizar la importancia numérica de cada una de ellas respecto a su estado conyugal; un ejemplo de ello, el porcentaje más alto en relación a los otros grupos, es el de Soltero, (58,9%) comprendido entre 12 a 24 años.



Gráfica 6. Población que consumió alcohol por estado civil, según grupos etarios

Nota. Datos tomados de INEC, ECV – 5ta. Ronda 2005/2006



Tabla No. 8

Distribución porcentual de la población que consumió cerveza últm. semana y practica algún deporte, según sexo

| Practica algún deporte | Consumió cerveza últ. semana | Sexo | | Total |
|------------------------|------------------------------|------------------|------------------|------------------|
| | | Hombre | Mujer | |
| Si | Si | 541 381 | 43 601 | 584 982 |
| | | 24,3% | 5,5% | 19,3% |
| | No | 1 691 099 | 747 229 | 2 438 328 |
| | | 75,7% | 94,5% | 80,7% |
| | Total | 2 232 480 | 790 830 | 3 023 310 |
| | | 100,0% | 100,0% | 100,0% |
| No | Si | 464 083 | 196 278 | 660 361 |
| | | 18,9% | 4,8% | 10,1% |
| | No | 1 987 220 | 3 896 437 | 5 883 657 |
| | | 81,1% | 95,2% | 89,9% |
| | Total | 2 451 303 | 4 092 715 | 6 544 018 |
| | | 100,0% | 100,0% | 100,0% |

Nota. Datos tomados de INEC, ECV - 5ta. Ronda 2005/2006

* La variable Consumió cerveza última semana, no se incluye en las tablas de referencia de alcohol por ser considerada de bajo grado alcohólico siendo sus efectos menores para la salud y visibles en mucho tiempo, a diferencia del alcohol, cuyas consecuencias negativas son inmediatas tanto para la salud física y mental del individuo con repercusión en la estabilidad familiar.

Esta tabla evidencia que tanto los porcentajes de consumo de bebidas de moderación como es la cerveza así como la práctica deportiva es superior en los varones que en las mujeres.

Consumo de tabaco

Tabla No. 9

Distribución porcentual de la población que practica deporte y fuma diariamente

Nivel Nacional

| Practica algún deporte | Fuma diariamente | | Total |
|------------------------|------------------|------------------|------------------|
| | Si | No | |
| Si | 143 732 | 2 879 577 | 3 023 309 |
| | 33,3% | 31,5% | 31,6% |
| No | 287 777 | 6 256 241 | 6 544 018 |
| | 66,7% | 68,5% | 68,4% |
| Total | 431 509 | 9 135 818 | 9 567 327 |
| | 100,0% | 100,0% | 100,0% |

Nota. Datos tomados de INEC, ECV - 5ta. Ronda 2005/2006

Los datos reflejan que el 33,3% de la población que fuman diariamente, practican algún deporte.

Tabla No. 10

Distribución porcentual de la población que fuma diariamente, según nivel de instrucción

| | Fuma diariamente, según Nivel de Instrucción | | Total | |
|-----------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| | Si | No | | |
| Nivel de Instrucción | Ninguno y C. de Alfabetización | 20 880 4,8 | 531 355 5,8 | 552 235 5,8 |
| | Primaria | 167 879 38,9 | 4 120 819 45,1 | 4 288 698 44,8 |
| | Secundaria | 130 845 30,3 | 3 026 604 33,1 | 3 157 449 33,0 |
| | Superior y Postgrado | 111 904 25,9 | 1 457 040 15,9 | 1 568 944 16,4 |
| | Total | 431 508 100,0 | 9 135 818 100,0 | 9 567 326 100,0 |

Nota. Datos tomados de INEC, ECV - 5ta. Ronda 2005/2006

El nivel de instrucción parece influir en el hábito de fumar. Al interpretar esta variable junto con el consumo diario de cigarrillos (ver Tabla 10), observamos que a medida que aumenta el grado de escolaridad, también aumenta demostrativamente el consumo de cigarrillos, así se observa sobre todo en el nivel Primaria (38,9%), le sigue la Secundaria, disminuyendo el consumo en las personas con nivel Superior.

Tabla No. 11

Distribución porcentual de la población que fuma diariamente, según Grupos de Edad

| | Fuma diariamente | | Total | |
|-----------------------|------------------|---------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| | Si | No | | |
| Grupos de Edad | De 12 a 24 años | 56 200 13,0% | 3 260 407 35,7% | 3 316 607 34,7% |
| | De 25 a 44 años | 167 755 38,9% | 3 302 871 36,2% | 3 470 626 36,3% |
| | De 45 a 64 años | 165 525 38,4% | 1 779 902 19,5% | 1 945 427 20,3% |
| | De 65 años y más | 42 029 9,7% | 792 638 8,7% | 834 667 8,7% |
| | Total | 431 509 100,0% | 9 135 818 100,0% | 9 567 327 100,0% |

Nota. Datos tomados de INEC, ECV - 5ta. Ronda 2005/2006

Así como el nivel de instrucción influye en el aumento de consumo de cigarrillos, la edad es otro factor influyente. A medida que la edad avanza, aumenta el consumo de cigarrillos. Como se refleja en la Tabla 11, las personas del grupo de 25 a 44 años y de 45 a 64 años alcanzan porcentajes superiores y similares en consumo de tabaco a los otros dos grupos de edad.



Tabla No. 12

Promedio de días/mes y horas/día que practica deporte y Promedio de horas que duerme, según nivel de instrucción y sexo

| Nivel de Instrucción | | Sexo | Días al mes que practica deporte | Horas al día que practica deporte | Horas acostumbra dormir al día |
|----------------------|---------------|------------|----------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|
| | | | Media | Media | Media |
| | | | Ninguno y C. de Alfabetización | Hombre | 7,3 |
| | Mujer | 7,2 | 2,3 | 8,2 | |
| Primaria | Hombre | 9,8 | 2,0 | 8,1 | |
| | Mujer | 8,3 | 1,6 | 8,2 | |
| Secundaria | Hombre | 9,0 | 2,1 | 7,9 | |
| | Mujer | 9,0 | 1,6 | 8,0 | |
| Superior y Postgrado | Hombre | 8,5 | 2,1 | 7,3 | |
| | Mujer | 11,3 | 1,6 | 7,6 | |
| Total | Hombre | 9,2 | 2,1 | 7,9 | |
| | Mujer | 9,3 | 1,6 | 8,0 | |

Nota. Datos tomados de INEC, ECV - 5ta. Ronda 2005/2006

La Tabla 12 evidencia las diferencias entre hombres y mujeres que practican deporte al **día/mes** destacándose las mujeres con instrucción Superior con 11,3 días promedio. Con nivel Secundaria existe empate, mientras que en los niveles de Ninguno y Primaria son los hombres que tiene mayor inclinación a estas prácticas. En cuanto a las **horas/días** son los hombres que mayormente practican en un promedio de 2 horas diarias. El promedio de horas utilizadas para el descanso se ubica entre 7,3 frente a 8,3 horas. Además, a medida que avanza el nivel educacional, disminuyen las horas de sueño.

Tabla No. 13

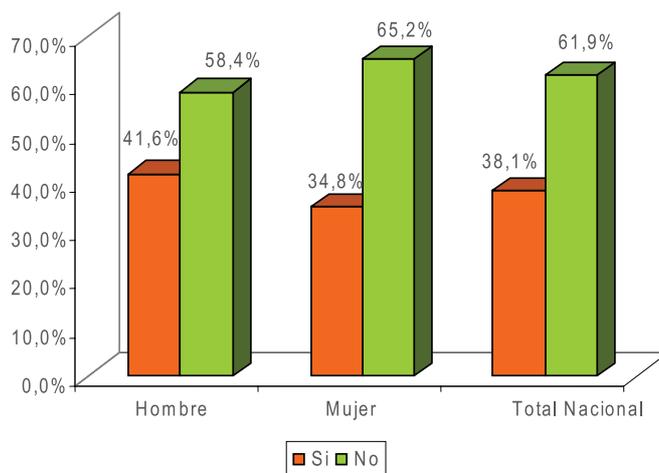
Días al mes que practica deporte, según nivel de instrucción, sexo y grupos de edad

| Nivel de Instrucción | | Sexo | Grupos de Edad | | | |
|--------------------------------|---------------|-------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| | | | De 12 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años | De 65 años y más |
| | | | Días que practica algún deporte |
| | | | Media | Media | Media | Media |
| Ninguno y C. De Alfabetización | Hombre | 7,6 | 8,3 | 3,7 | 12,0 | |
| | Mujer | 8,2 | . | 6,6 | . | |
| Primaria | Hombre | 11,3 | 6,7 | 7,2 | 14,4 | |
| | Mujer | 7,5 | 7,4 | 13,6 | 18,1 | |
| Secundaria | Hombre | 10,0 | 7,2 | 8,8 | 16,5 | |
| | Mujer | 7,2 | 9,4 | 15,6 | 19,1 | |
| Superior y Postgrado | Hombre | 8,7 | 7,6 | 10,1 | 14,5 | |
| | Mujer | 9,4 | 10,6 | 14,9 | 21,1 | |
| Total | Hombre | 10,5 | 7,2 | 8,7 | 15,1 | |
| | Mujer | 7,6 | 9,6 | 14,9 | 19,0 | |

Nota. Datos tomados de INEC, ECV - 5ta. Ronda 2005/2006

Se visualiza en la Tabla 13, que los valores porcentuales más altos de la media de los **días** que practican deporte relacionada con el nivel de instrucción y Grupos de Edad se ubica en hombres del grupo de 12 a 24 años que han alcanzado la Primaria y la Secundaria, igualmente en el grupo de 25 a 44 años son las mujeres con nivel Secundaria y Superior que poseen la media más alta del grupo. En el grupo de 45 a 64 años es visible un promedio de días creciente a manera que aumenta el nivel de instrucción de ellas. Es llamativo que en el grupo de los adultos mayores y en todos los niveles educacionales, la media entre hombres y mujeres supera notablemente a los demás.

Uso de tecnología de la población en estudio
Uso de teléfono celular
Nivel Nacional



Gráfica 7. Población que tiene celular activado, según sexo
 Nota. Datos tomados de INEC, ECV - 5ta. Ronda 2005/2006

La manera de visualizar fácilmente la distribución por sexo de la población que tiene celular activado, es la que se presenta en la Gráfica 7, en la que se incluyen los porcentajes de hombres, mujeres y el total a nivel nacional con el (38,1%); se ilustran diferencias relevantes en ambos sexos.

Tabla No. 14

Distribución porcentual de la población que Utilizó Internet
Nivel Nacional

| Utilizó INTERNETúlt. seman. | Total | % |
|-----------------------------|------------------|--------------|
| Si | 689 280 | 7,2 |
| No | 8 878 048 | 92,8 |
| Total | 9 567 327 | 100,0 |

Nota. Datos tomados de INEC, ECV - 5ta. Ronda 2005/2006

Del total de la población se desprende que apenas el 7,2% utilizó Internet.



Tabla No. 15

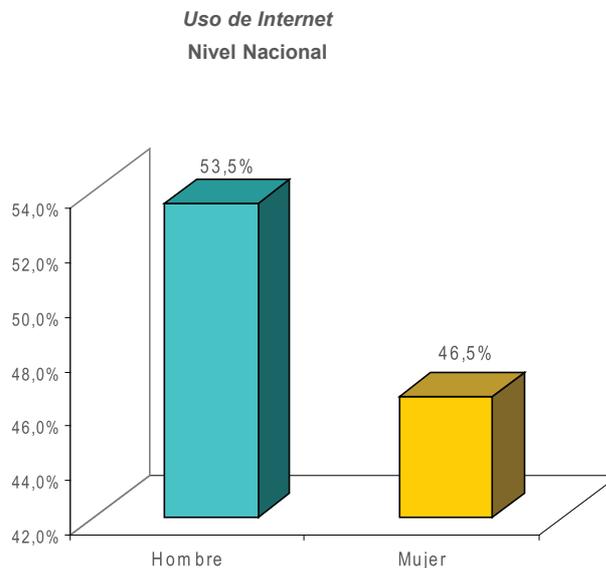
Distribución porcentual de la población que Utilizó Internet, según grupos de edad

| Grupos de Edad | Utilizó INTERNET últ.seman. | | Total |
|------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| | Si | No | |
| De 12 a 24 años | 377 551 11,4% | 2 939 056 88,6% | 3 316 607 100,0% |
| De 25 a 44 años | 249 956 7,2% | 3 220 671 92,8% | 3 470 627 100,0% |
| De 45 a 64 años | 54 488 2,8% | 1 890 939 97,2% | 1 945 427 100,0% |
| De 65 años y más | 7 285 0,9% | 827 383 99,1% | 834 668 100,0% |
| Total | 689 280 7,2% | 8 878 049 92,8% | 9 567 329 100,0% |

Nota. Datos tomados de INEC, ECV - 5ta. Ronda 2005/2006

La Tabla 15 refleja que los grupos de 12 a 24 años y 25 a 44 comparados con los grupos restantes, son los mayores usuarios de esta tecnología.

En la representación gráfica de la relación porcentual de Uso de Internet por sexo, se destaca el grupo masculino como el mayor usuario de este servicio.



Gráfica 8. Población que usa Internet, según sexo

Nota. Datos tomados de INEC, ECV – 5ta. Ronda 2005/2006

IX. Conclusiones

En base al análisis realizado de los resultados obtenidos, se extraen las siguientes conclusiones:

1. Los hombres practican más el deporte que las mujeres.
2. A nivel regional, la Amazonía, seguida de la Sierra son las regiones donde mayormente se practica deporte.
3. El promedio aproximado de prácticas deportivas es de 2 horas diarias.
4. El promedio, a nivel nacional muestra que las mujeres practican deporte en mayor cantidad de días al mes, mientras que los hombres lo hacen en horas.
5. El promedio a nivel nacional de horas que acostumbran a dormir es mayor en las mujeres.
6. Un dato admirable, se observó que el grupo de 65 años y más rebasa a los demás grupos en la práctica deportiva.
7. Las personas que poseen instrucción Superior y Primaria son las que se inclinan por la práctica deportiva.
8. La población con nivel de instrucción Primaria, Secundaria y Superior son los mayores consumidores de bebidas alcohólicas.
9. Hay una fuerte asociación entre las variables sexo y hábito, así, la ingesta de bebidas alcohólicas es superior en hombres que en mujeres.
10. En los grupos de edad de 25 años en adelante, se observó que consumen bebidas alcohólicas las personas con estado civil casados, unión libre y separados; mientras que los solteros consumen bebidas alcohólicas a partir de los 12 años.
11. La cerveza es mayormente consumida por los hombres.
12. A nivel nacional se registra que el 33,3% de los que fuman diariamente, practican deporte.
13. Las personas con instrucción Primaria, Superior y Postgrado tienen mayor inclinación al consumo diario de cigarrillos.
14. Por grupos de edad, se observó que a medida que la edad avanza, aumenta el consumo de cigarrillos, pero disminuye en el grupo de 65 años y más.
15. A nivel nacional, el mayor uso de la tecnología celular y la Internet es mayor en hombres que en mujeres.

La hipótesis comprueba, que los hombres son los que se interesan mayormente por la práctica deportiva así como también poseen hábitos de consumo como el cigarrillo y las bebidas alcohólicas, además, mayor uso de las tecnologías de actualidad. (ver Tabla 2 y Gráficas 7 y 8).

X. Recomendaciones

1. Aumentar la promoción de la práctica de actividades físicas y deportivas desde los años escolares, ya que estos años representan los periodos críticos de aprendizaje y desarrollo de buenos hábitos de actividad física los mismos que serán trasladados a la vida adulta constituyéndose como la zona medular de la cultura del país.
2. Aprovechar el interés que presta el adolescente en esta etapa de su desarrollo respecto al aspecto y condición físicos para inducirlo en los deportes sean de competencia o por recreación.
3. Los entornos social y familiar deberían servir de modelos a imitar para la adquisición y práctica de buenos hábitos sobre todo la práctica deportiva realizada por el padre ya que influye significativamente en los niños.
4. Los padres deberían ser físicamente activos y poseedores de buenos hábitos, para que los hijos tengan la probabilidad de serlos y adopten las buenas conductas también.



5. Estimular la adquisición de hábitos saludables y formar no sólo a los jóvenes para que sean capaces de cuidar por sí mismos.
6. Desde la escuela se debe introducir información con contenidos respecto a los riesgos de determinadas prácticas y hábitos de vida y sus posibles alternativas para prevenirlos y obtener beneficios en su futuro, haciendo notar la influencia positiva y negativa en su salud.
7. Los servicios de celular e Internet deben tener costos muy cómodos, sobre todo Internet ya que se considera una herramienta de trabajo y de consulta bibliográfica exclusiva para los estudiantes.

XI. Referencias Bibliográficas

- Cosas de Educación Social y "Adicciones", Hábito y Habitación versus Adicción y Dependencia-lunes, octubre 16,2006.
Disponible en:
<http://cosas-de-educacion-social.blogspot.com/2006/10educacin-social-hbito-y-habitacin.html>
Consultado [Enero 20/2009]
- Instituto Nacional de Estadística y Censos, Encuesta de Condiciones de Vida-Quinta Ronda 2005-2006, Manual del Encuestador. (p.100).
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, Encuesta de Condiciones de Vida-Quinta Ronda 2005-2006, Folleto de Indicadores Sociales, Hábitos y prácticas de la población de 12 años y más.
Disponible en:
www.inec.gov.ec/c/document_library/get_file?folderId=80249&name=DLFE-4009.pdf
Consultado [Enero 19/2009]
- Organización Mundial de la Salud, Informe sobre la salud en el mundo 2002: Reducir los riesgos y promover una vida sana, (p. 65).
- Organización Mundial de la Salud, Concepto de Calidad de Vida
Disponible en:
http://es.wikipedia.org/wiki/Calidad_de_vida
Consultado [Enero 21/2009]
- Selección y Ponderación de Casos
Disponible en:
http://www.ub.es/aplica_infor/spss/cap1-7.htm
Consultado [Mayo 7/2009]
- W A Kelly, Gonzalo Gonzalvo Mainar (1982) Psicología de la Educación, Séptima Edición, Capítulo XIII Formación de Hábitos DEFINICIÓN DEL HÁBITO. (pp. 171-180).
Disponible en:
<http://books.google.com.ec/books>
Consultado [Diciembre 10/2008]



● ECUADOR CUENTA CON EL INEC ●



ANÁLISIS DE INFORMACIÓN ESTADÍSTICA

ENERO 2010

Byron Villacís C.
DIRECTOR GENERAL

● www.inec.gov.ec ●

