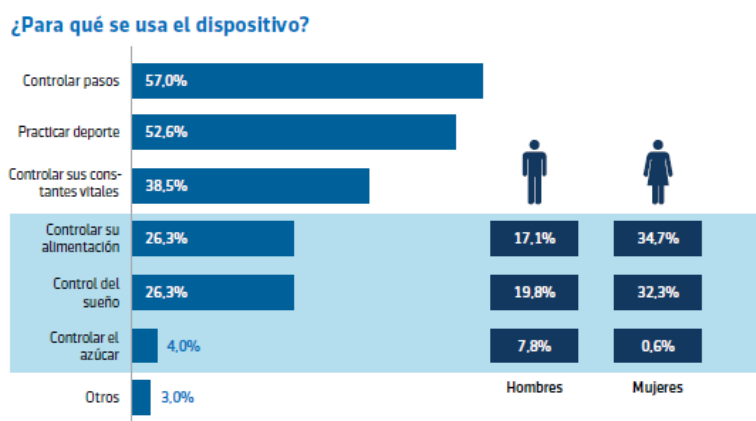


Solo dos de cada diez españoles utiliza apps para cuidar su salud

- Entre los usos más extendidos de los dispositivos tecnológicos se encuentran: controlar los pasos diarios, practicar deporte y realizar un seguimiento de las constantes vitales.
- Los *millennials* y adultos de entre 30 y 44 años muestran mayor interés por el uso de dispositivos para controlar la salud, al contrario que los mayores de 55 años.
- Castellano-leoneses, vascos, castellano-manchegos y murcianos, entre los españoles que más utilizan apps para controlar su estado de salud.

Madrid, 17 de diciembre de 2019. Solo el 22,8% de los [españoles](#) utiliza dispositivos o *apps* para cuidar su salud, según el [II Estudio de Salud y Estilo de Vida de Aegon](#). Entre los principales usos destaca el control de lo que se camina al día (57%), mediciones deportivas (52,6%) y para realizar un seguimiento de las constantes vitales (38,5%). La alimentación y el sueño, por su parte, tan solo son controlados través de estos dispositivos por un 26% de los encuestados, principalmente mujeres. No obstante, en el caso de los hombres también destaca la cantidad de azúcar ingerido.



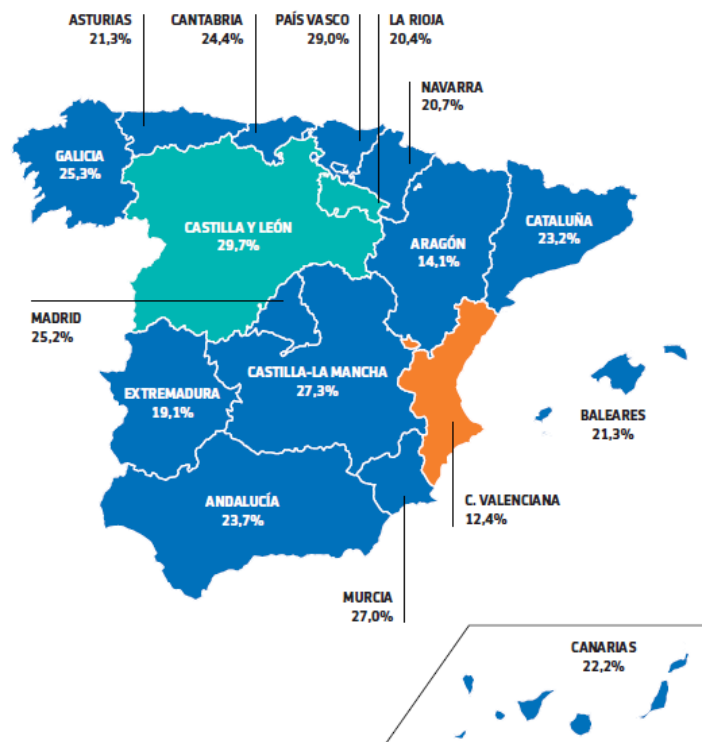
Los *millennials*, por su parte, son los que más utilizan aplicaciones móviles para controlar su salud (28%), seguidos muy de cerca por los adultos de entre 30 y 44 años (27%). En tercer lugar se colocan los mayores de 65 años (22%), los adultos de entre 45 y 54 años (18,4%) y, por último, aquellos con edades comprendidas entre los 55 y los 64 años (15%). Entre los encuestados que utilizan estos dispositivos, más del 90% considera estas aplicaciones útiles para cuidar de su salud.

Por otro lado, el 66% de los casados muestran interés por utilizar aplicaciones y dispositivos para llevar un control de su salud, seguidos de los solteros (59%) y, por último, los divorciados, donde cerca del 50% de los encuestados demuestran desinterés por el uso de este tipo de aplicaciones. Los hijos, por su parte, favorecen el uso de dispositivos tecnológicos para el cuidado de la salud. Siete de cada diez familias con hijos en casa (69,9%) afirman recurrir a aplicaciones para controlar su salud, seguidas de las familias monoparentales (61,7%), las parejas sin hijos o con hijos fuera de casa (57,5%) y, por último, las personas solteras sin hijos.

Castellanoleoneses, los más *techies*

Una percepción positiva de nuestro estilo de vida tiene, asimismo, relación directa con el uso de dispositivos para el cuidado de nuestra salud. Así, los encuestados que recurren a *apps* valoran su estilo de vida con una media de 7,29 y cerca más del 80% afirma llevar una alimentación sana. Además, entre los encuestados que padecen intolerancias el uso de dispositivos y aplicaciones para cuidar de su salud se encuentra más extendido (24,7%) que entre aquellos que no las padecen (10,6%).

Del análisis por comunidades se desprende que los castellanoleoneses son los españoles que más utilizan *apps* para controlar su estado de salud (29,7%), seguidos muy de cerca por los vascos (29%), castellano-manchegos (27,3%) y murcianos (27%). En el otro extremo se encuentra la Comunidad Valenciana, donde tan solo un 12,4% de los encuestados afirma utilizar dispositivos para cuidar de su salud. Otras regiones que no recurren tanto a la tecnología son Aragón (14,1%) y Extremadura (19,1%).





Sobre Aegon

Aegon es uno de los grupos aseguradores líderes del mundo. Fundado en Holanda hace más de 170 años, y con presencia en más de 20 mercados de América, Europa y Asia, cuenta con más de 26.000 empleados que dan servicio a millones de clientes en todo el mundo.

Departamento de Comunicación

Javier García

917 455 763 / 681 13 04 30

garcia.alonso.javier@aegon.es

aegon.comunicacion@aegon.es

Sonia Álvarez/ Almudena Guerra

915 77 92 72

sonia.alvarez@evercom.es

almudena.guerra@evercom.es
