2. INSIGHT 2: ¿Cuánta gente sigue una dieta sana?

Hemos clasificado a los encuestados en tres grupos: Se cuida, Fofisano y No se cuida.

* Se cuida: bebe más de 1 y hasta más de 2 litros de agua al día. Hace al menos dos días de deporte a la semana. Hace tres comidas principales diarias. No suele comer alimentos muy calóricos. No fuma. No bebe alcohol o muy de vez en cuando. Usa dispositivos electrónicos entre 0 y 2 horas al día. No suele comer entre comidas.
* No se cuida: Bebe menos de 1 y hasta más de 2 litros de agua al día. No hace deporte. Hace entre 1 y 2 y hasta 3 comidas diarias. Suele comer alimentos muy calóricos. Utiliza dispositivos electrónicos más de 5 horas diarias. Bebe alcohol frecuentemente o siempre. Suele o siempre come entre las comidas principales. Sí fuma.
* Fofisano: encuestados que no entran en ninguno de los dos grupos anteriores. Serían las personas que no se cuidan mucho, pero sus hábitos tampoco indican que no se cuiden nada.

2.1. Gráfico de barras: Cantidad de personas que se cuidan por tipo de obesidad

Representamos cuántas personas se cuidan y no se cuidan en cada grupo de obesidad. Solo en el grupo de personas con insuficiente peso observamos que hay más encuestados que se cuidan frente a encuestados que no lo hacen. En el grupo de personas en normo peso hay más del doble de encuestados que no se cuidan frente a los que sí. Las personas con sobrepeso tipo 1 se cuidan y no se cuidan por igual en este grupo. En el resto de grupos de sobrepeso(tipo 2) y obesidad (tipos 1,2 y3), hay una diferencia considerable entre personas que no se cuidan y sí. Hay una gran diferencia en el grupo de obesidad tipo 2.

Gráfico, Teams, Gráfico de barras

Descripción generada automáticamente

2.2. Gráfico de puntos relacionando el peso y la altura según su grupo de hábitos

Con este gráfico podemos observar como de dispersos están los percentiles de los encuestados.

El grupo Fofisano es el que más observaciones recoge y podemos observar menos dispersión y como se comporta de la manera esperada (a más altura, más peso) aún habiendo bastantes observaciones que se salen de lo previsto.

Las personas dentro del grupo que se cuida siguen esa relación lógica por lo general aunque no todos ellos se comportan así.

Gráfico, Gráfico de dispersión

Descripción generada automáticamente

En el grupo de personas que no se cuida observamos como sí hay más dispersión entre puntos y hay puntos que pierden esa relación esperada entre peso y altura que comentamos.

2.3. Con la línea de regresión

(tengo que mirar los datos todavía)

3. INSIGHT 3: en cada grupo, ¿Cómo es la relación entre uso de móviles y deporte?

3.1. Heatmap para toda la muestra:

Queremos ver primero el comportamiento de toda la muestra. La gran mayoría de encuestados se concentran en:

* “personas que hacen 1 o 2 días deporte y usan tecnología de 3 a 5 horas”
* “personas que hacen 1 o 2 días deporte y usan tecnología de 0 a 2 horas”
* “personas que no hacen deporte y usan tecnología entre 0 y 2 horas”

Gráfico, Gráfico de barras

Descripción generada automáticamente

2.1. Gráfico jitter para ver el comportamiento por tipo de obesidad

En general vemos pocas observaciones en personas que hagan 4 o 5 días deporte ni tampoco en personas que usen más de 5 horas tecnología.

Las personas en grupos de más peso corporal no hacen deporte más de 2 a 4 días semanales. Las personas que entrenan más días son de los grupos de infra y normo peso.

El grupo más obeso tampoco es el que más abusa de tecnología.

La gente más obesa es sobre todo la gente que hace poco o nada de ejercicio y usa de 0 a 5 horas la tecnología. Es decir, a más sedentarismo (menos ejercicio y más tecnología), podemos encontrar más personas con sobrepeso y obesidad.

Gráfico de dispersión, Código QR

Descripción generada automáticamente

3. INSIGHT 7: ¿Los antecedentes genéticos de obesidad en la familia tienen relación directa con el nivel de obesidad?

3.1. Gráfico de barras en stack por grupo de hábitos

Queremos observar cuánta gente tiene antecedentes familiares en cada grupo. Muchas veces el tener una persona con sobrepeso en la familia implica que el encuestado también tenga sobrepeso.

Esta gráfica nos ayuda a ver que, no solo debido a la genética, si no por la transmisión de hábitos y estilo de vida de padres a hijos podemos ver esta relación.

Entorno a un 80/85% en cada grupo de los encuestados fofisanos y que no se cuidan tienen antecedentes en la familia. En cambio, en personas que se cuidan, vemos que son menos de la mitad.

Gráfico, Gráfico de barras

Descripción generada automáticamente

3.2. Gráfico de barras por tipo de obesidad sin antecedentes

Vemos que las personas sin antecedentes van disminuyendo según incrementa el grado de obesidad.

Gráfico, Gráfico de barras

Descripción generada automáticamentea

3.3. Gráfico de barras por tipo de obesidad con antecedentes

Vemos la relación directa clara entre tener antecedentes familiares y tener mayor sobrepeso.

Lo achacamos a los dos motivos explicados previamente:

* Componente genético.
* Transmisión de hábitos poco saludables entre familiares.

Gráfico, Gráfico de barras

Descripción generada automáticamente