

A photograph of a family (father, mother, and two children) smiling. A magnifying glass is held over the face of a young boy in the center. The image is framed by green geometric shapes in the corners.

¿CÓMO VIVE LA SUSTENTABILIDAD LA FAMILIA CHILENA? HÁBITOS DE VIDA SUSTENTABLE- UNILEVER

DATOS DEL ESTUDIO



Tipo de estudio: cuantitativo, con encuestas telefónicas

Grupo objetivo:

- Mujeres, dueñas de casa (trabajen o no fuera del hogar).
- Madres de niños entre 1 y 10 años.
- Niveles socioeconómicos: C1, C2, C3 y D
- Residentes en Santiago, Antofagasta, La Serena, Viña/Valparaíso, Concepción/Talcahuano y Puerto Montt.

Tamaño de la muestra: 805 casos +/- 3.45

Fecha de terreno: desde el 9 de abril al 9 de mayo del año 2012.

¿QUÉ ENTIENDEN LAS
MADRES POR **HÁBITOS**
DE VIDA SUSTENTABLE?

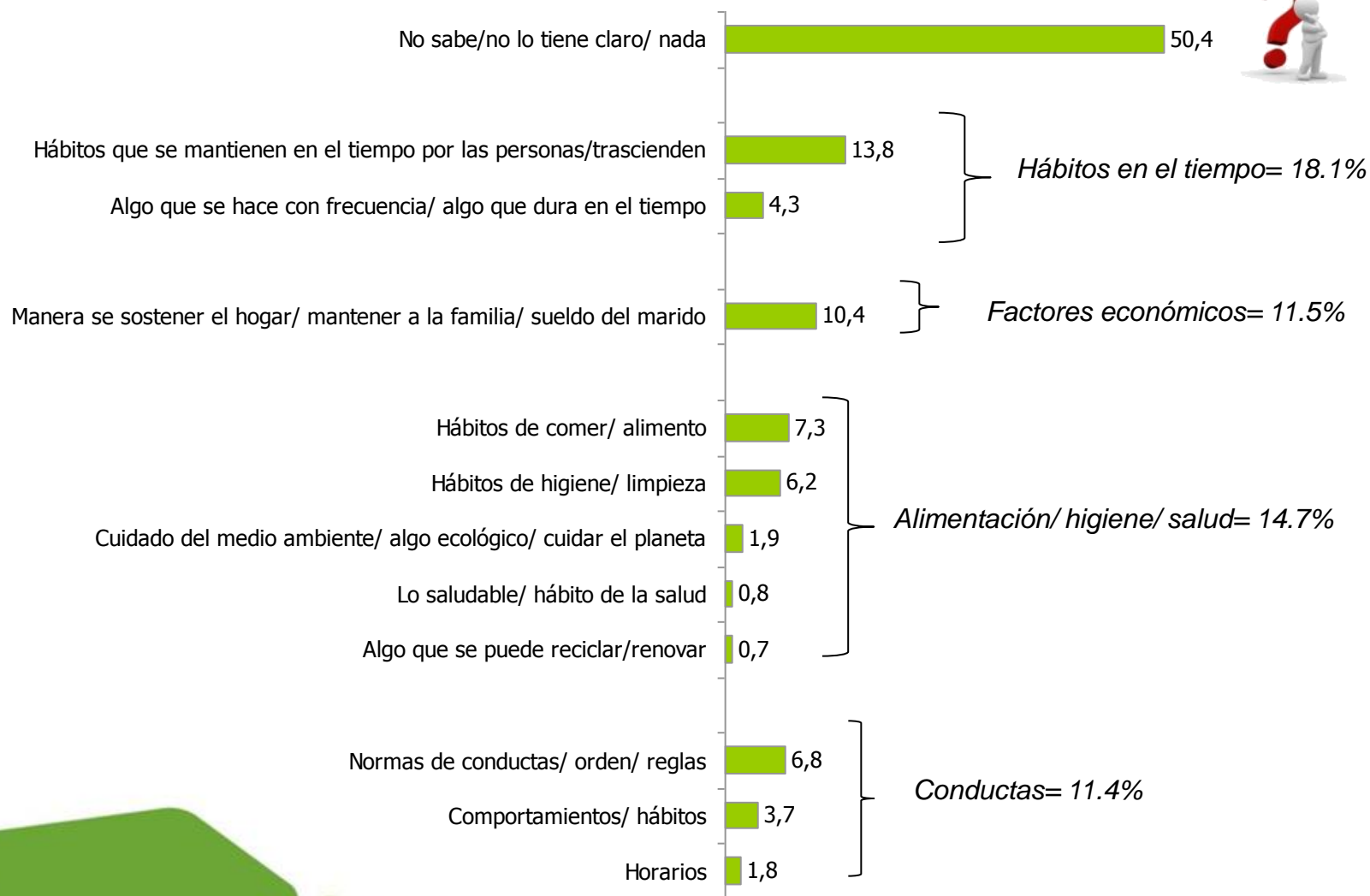


9 de cada **10** mamás no están familiarizadas con el concepto de hábitos sustentables.

¿QUÉ ENTIENDE POR HÁBITOS SUSTENTABLES?

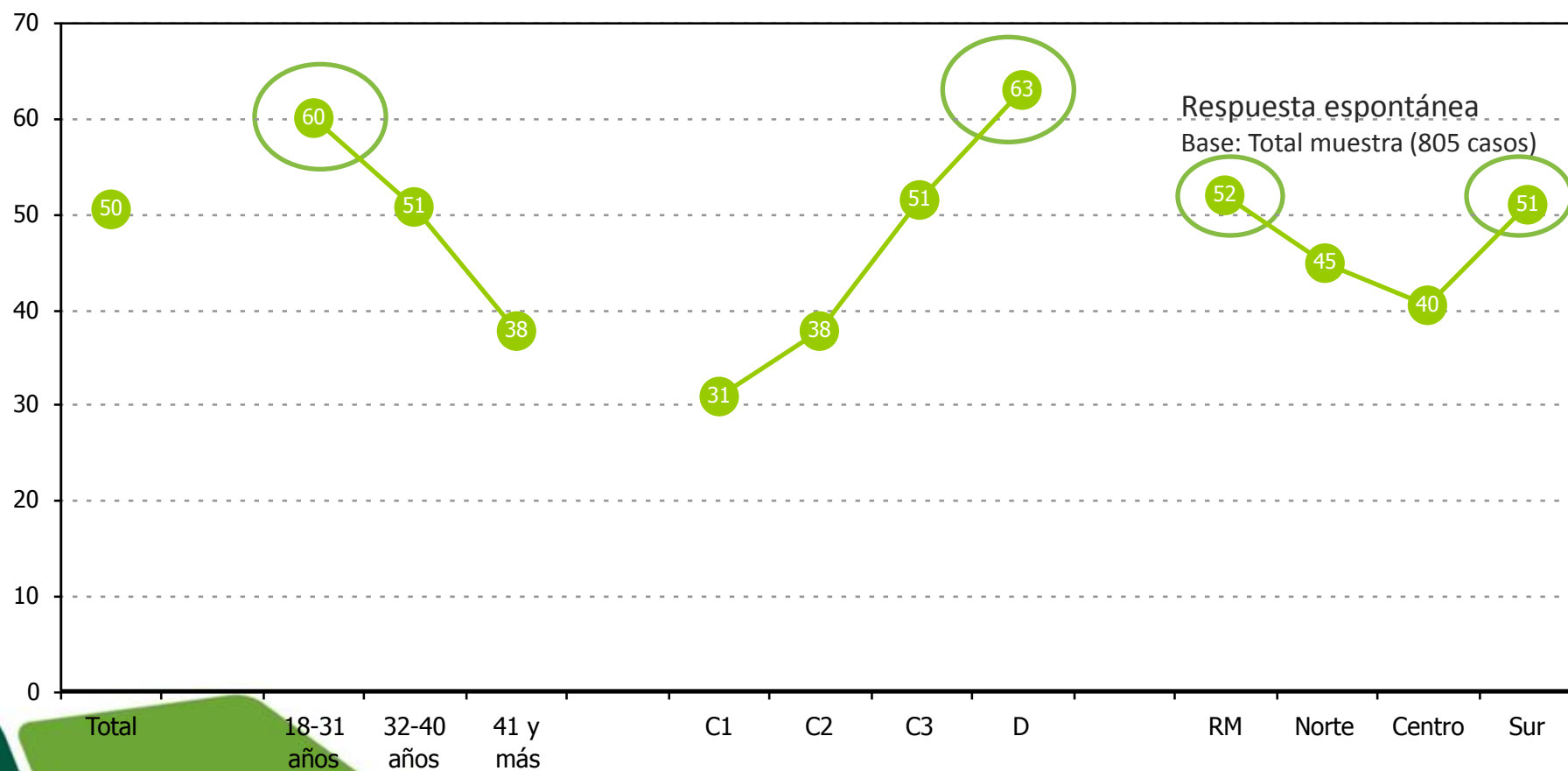
Respuesta Espontánea

Base: Total muestra (805 casos)



UN CONCEPTO POCO CONOCIDO, EN SEGMENTOS MÁS JÓVENES Y DE BAJOS INGRESOS...

% No conoce nada del concepto





Existe una **oportunidad** para acercar la **sustentabilidad** a través de los hábitos en las familias y niños.



¿CÓMO ABORDAREMOS LOS HÁBITOS DE VIDA SUSTENTABLE?



ALIMENTACIÓN



ACTIVIDAD
FÍSICA



HIGIENE



MEDIO
AMBIENTE



1. ALIMENTACIÓN





8 de cada **10** madres
piensa que la alimentación
de sus hijos es saludable...



EN GENERAL NUESTROS NIÑOS COMEN 4 VECES AL DÍA...

84%
Tomó Once

98,3%
Tomó
Desayuno

98,7%
Almorzó

46,5%
Cenó

44,8%
Tomó
Once/comida

**¿Qué comidas hizo el
niño/a ayer?**

Alternativas Dadas

Base: Total muestra (805 casos)



PERO... ¿QUÉ ESTÁN COMIENDO?



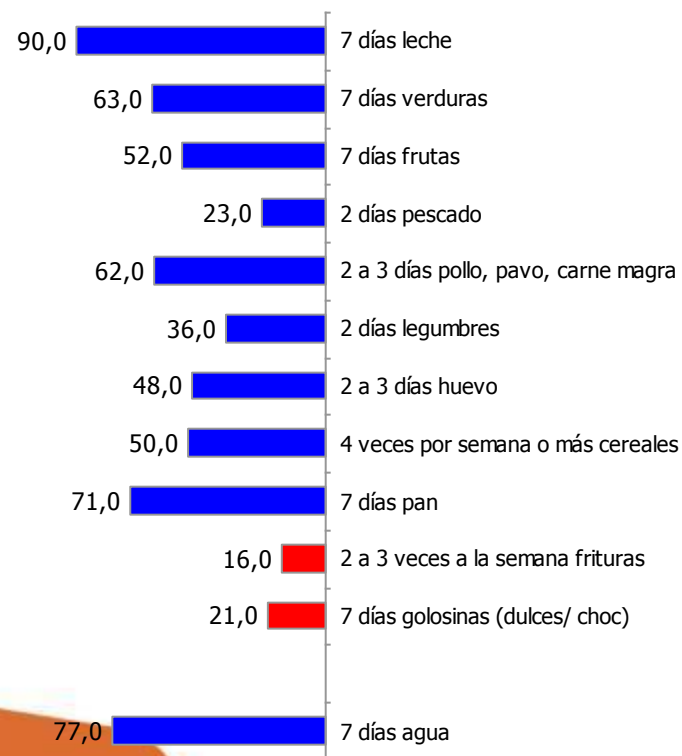
CANTIDAD DE DÍAS A LA SEMANA QUE EL NIÑO/A CONSUME...

Alternativas Dadas/ Base: Total muestra (805 casos)

RECOMENDACIÓN DE EXPERTOS...

ALIMENTOS	FRECUENCIA
LÁCTOS BAJOS EN GRASA	diaria
VERDURAS	diaria
FRUTAS	diaria
PESCADO	2 veces por semana
POLLO, PAVO O CARNES SIN GRASA	2 veces por semana
LEGUMBRES	2 veces por semana
HUEVOS	2 y 3 veces por semana
CEREALES O PASTAS O PAPAS, COCIDAS	4 o 5 veces por semana
PAN	diaria
ACEITE Y OTRAS GRASAS	diaria
AZÚCAR	diaria
AGUA	diaria
APORTE CALÓRICO APROXIMADO	

RESULTADO ENCUESTA %



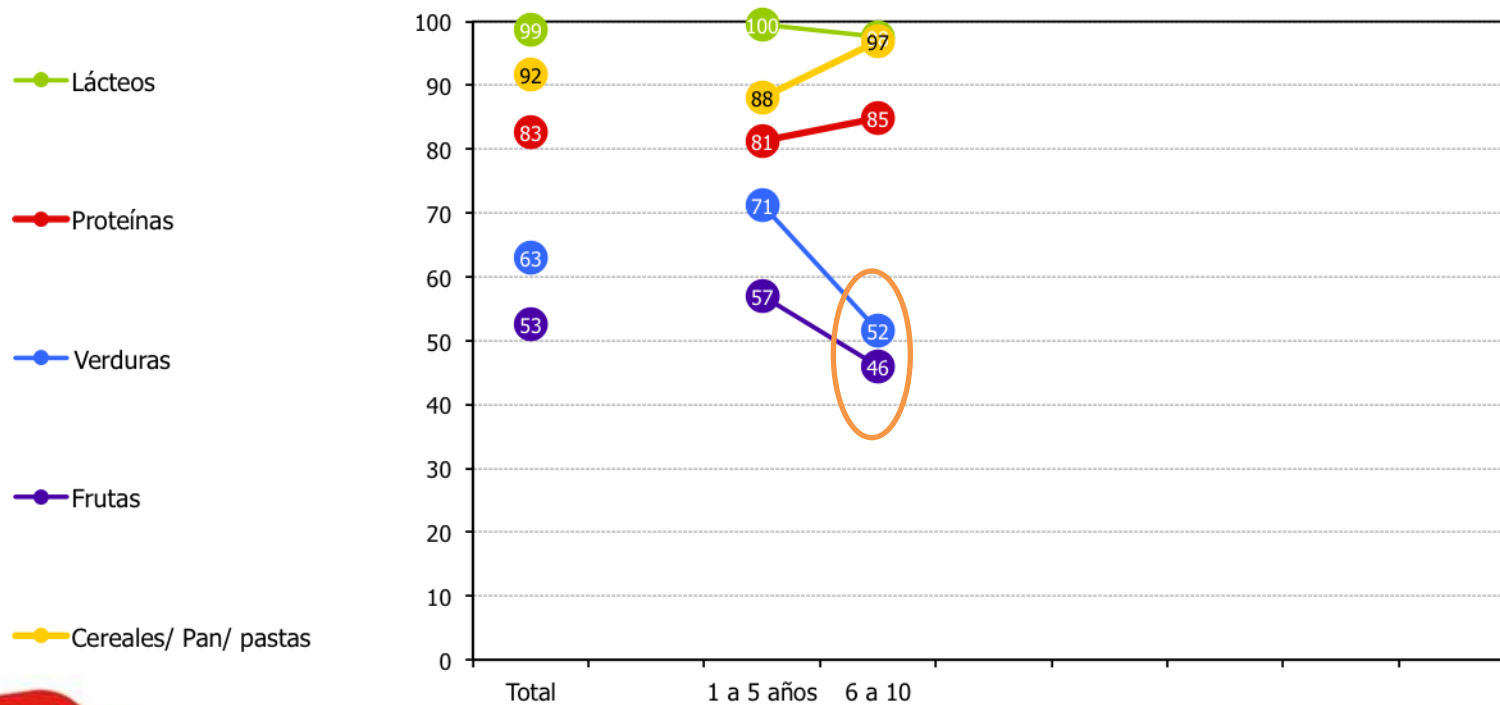
Fuente: Plan de Alimentación 2 a 5 años
(Guía Para Una Vida Saludable Minsal)



A MEDIDA QUE LOS NIÑOS VAN CRECIENDO SE HACE MÁS DIFÍCIL PROMOVER LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ELLOS...

Proporción que come diariamente...

Base: Total muestra (805 casos)

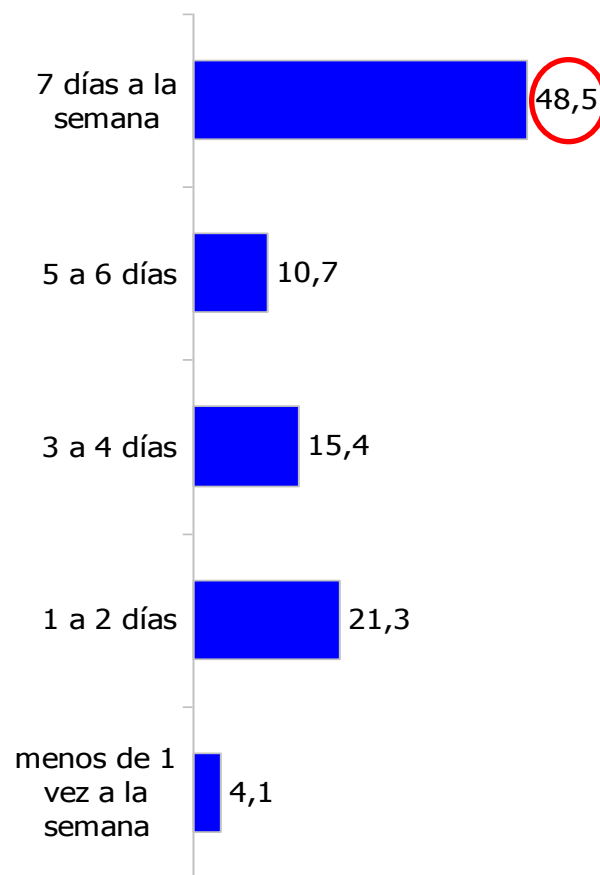




CUÁNTAS VECES A LA SEMANA COMEN LOS NIÑOS COMIDA MENOS SALUDABLE...

Base: Total muestra (805 casos)

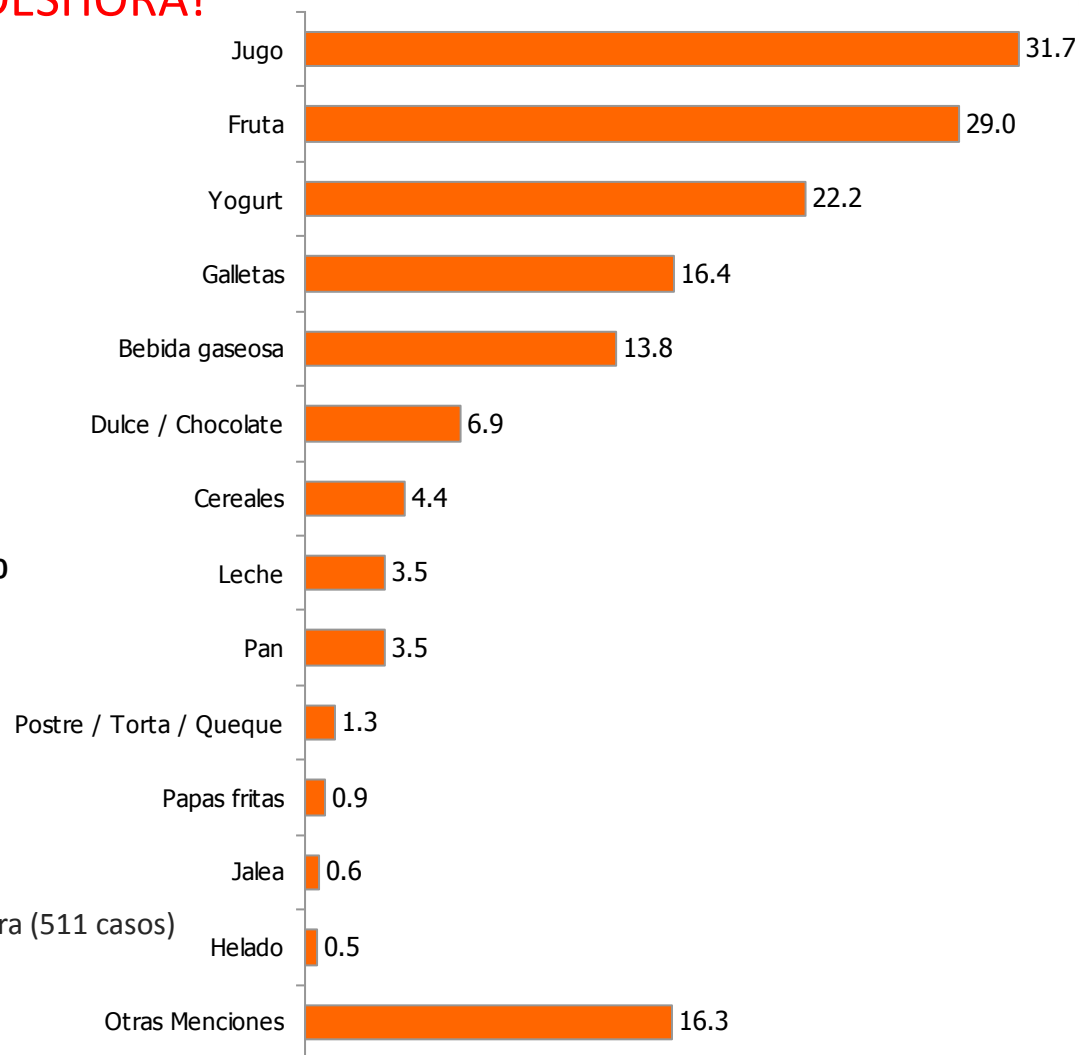
DULCES/, FRITURAS, COMIDA RÁPIDA, GASEOSAS





NUESTROS NIÑOS/AS ¿COMEN A DESHORA? Y...¿QUÉ COMEN?

Base: Total muestra (805 casos)



RESPUESTA ESPONTÁNEA

Base: Quienes mencionaron que sus niños comieron a deshora (511 casos)



**¿QUÉ PASA CON LAS MADRES QUE
CONSIDERAN QUE LA ALIMENTACIÓN
DE SUS HIJOS ES POCO SALUDABLE?...**





RAZONES POR LAS QUE NO COME MÁS SALUDABLE

Respuesta Espontánea

Base: Quienes mencionan que sus
niños no comen saludable (110
casos. 20%)

El 64%
por “maña”

Porque no le gustan las verduras y frutas
Porque es mañoso para comer/regodión
No le gusta en general las cosas sanas
No le gusta y no toma leche
Porque no le gustan las legumbres

El 48%
POR HÁBITOS
EN EL HOGAR

Por hábitos de los padres
Le gustan las golosinas
Comen a deshora
Falta de tiempo/ la madre
trabaja y llega tarde.
Por tema económico/ la
verdura es muy cara



3 de cada **10** madres
considera que alimentar
sanamente a la familia es
difícil.





¿Y POR QUÉ ES DIFÍCIL?

% de muy de acuerdo + **desacuerdo** frente con las siguientes frases referidas a alimentación

Base: Total muestra (805 casos)

El **33%** dice que su hijo come cuando quiere, aunque sea a deshora

El **33%** cree que la comida más abundante en su casa es la cena y la once comida

El **53%** cree hacer menú balanceado sale muy caro

El **30%** cree que en su casa se comen pocas frutas y verdura

El **25%** dice que premia a sus hijos comprándole golosinas o llevándolos a comer comida chatarra

El **19%** cree que la comida más sana toman mucho tiempo en cocinar

Y además, el **20%** **NO** está de acuerdo con que **fácil** encontrar comida sana en el lugar donde compra



ALIMENTACIÓN EN EDAD ESCOLAR

9 de cada **10** cree que la **mala alimentación** en los escolares es un **problema**.

Pero **9** de cada **10 madres** con hijos preescolares cree que **la alimentación de sus propios niños es saludable**.





¿CUÁNTO CONOCEMOS SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE?



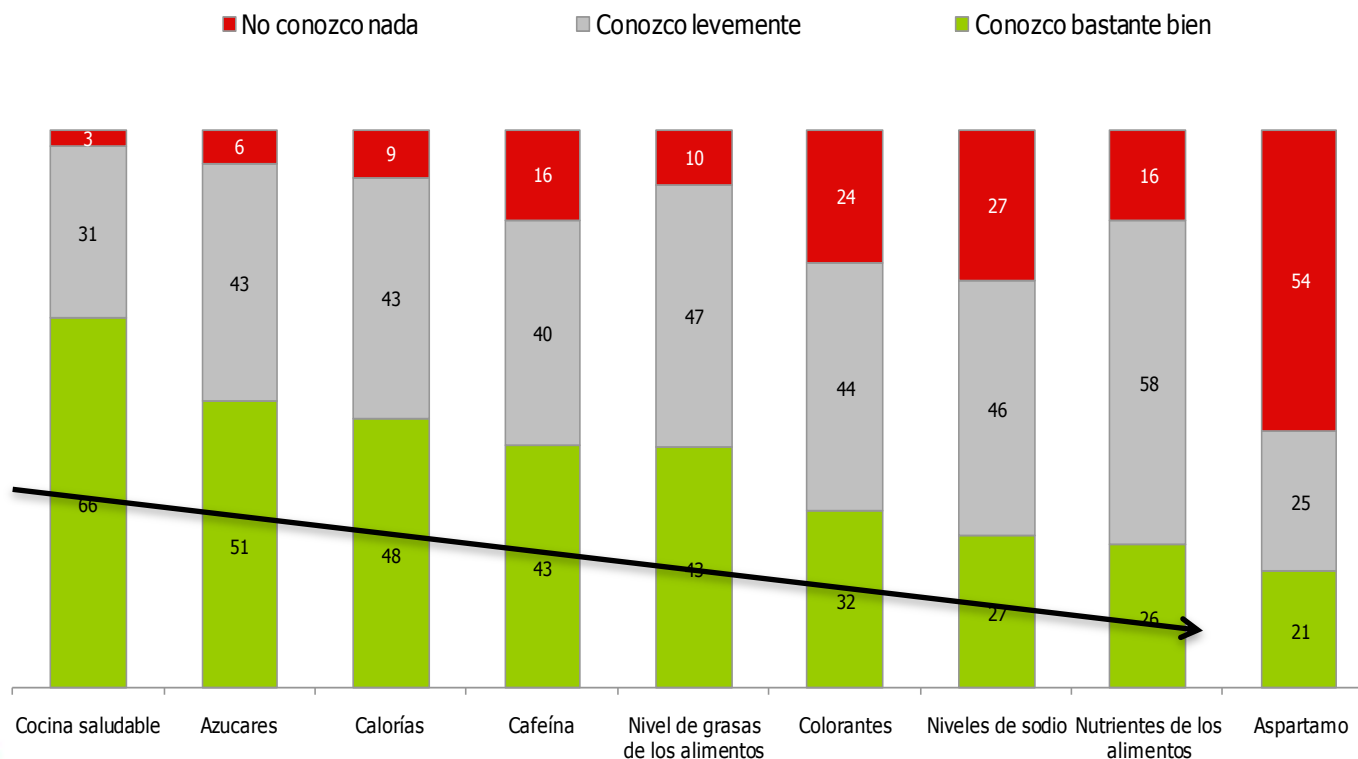


MIENTRAS MÁS ESPECÍFICO LOS TEMAS DE ALIMENTACIÓN, MENOS GRADO DE CONOCIMIENTO...

Grado de conocimiento de los siguientes temas:

Alternativas Dadas

Base: Total muestra (805 casos)

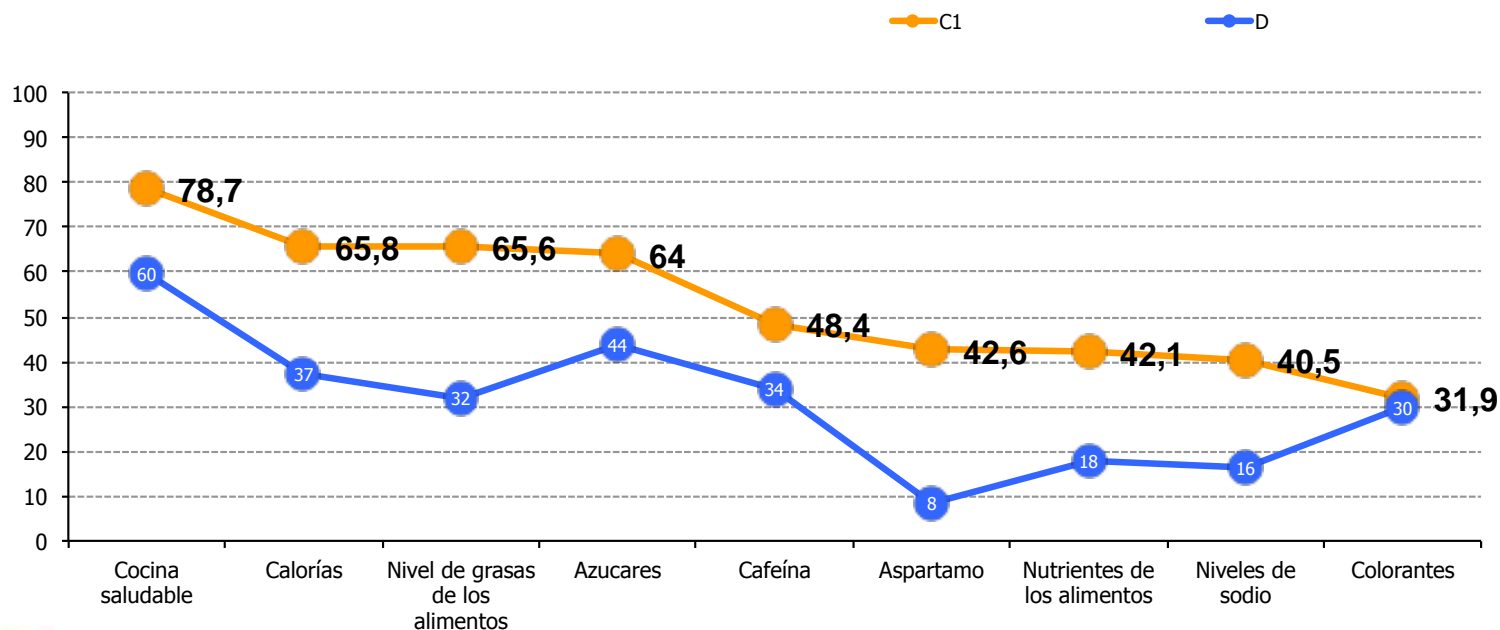




UNA BRECHA TAMBIÉN EN EL CONOCIMIENTO...

% que señala conocer bastante de cada tema

Base: Total muestra (805 casos)





AUNQUE PARECE FÁCIL, ALIMENTAR A LOS NIÑOS
ES UNA **TAREA COMPLEJA PARA LAS MADRES POR
VARIOS FACTORES...**



Nuestros niños comen **las 4 comidas recomendadas**, pero también lo hacen a deshora y no comen los alimentos con la periodicidad recomendada por los expertos.



2. ACTIVIDAD FÍSICA





Según sus madres, solo el **37%** de los niños realiza actividad física casi todos los días de la semana





ACTIVIDAD QUE MÁS REALIZA

Respuesta Espontánea
Base: Entrevistadas cuyos
hijos realizan actividad física
(702 casos)

CORRER /CARRERAS

33,9%

JUGAR A LA PELOTA

32,2%

BICICLETA

39,1%

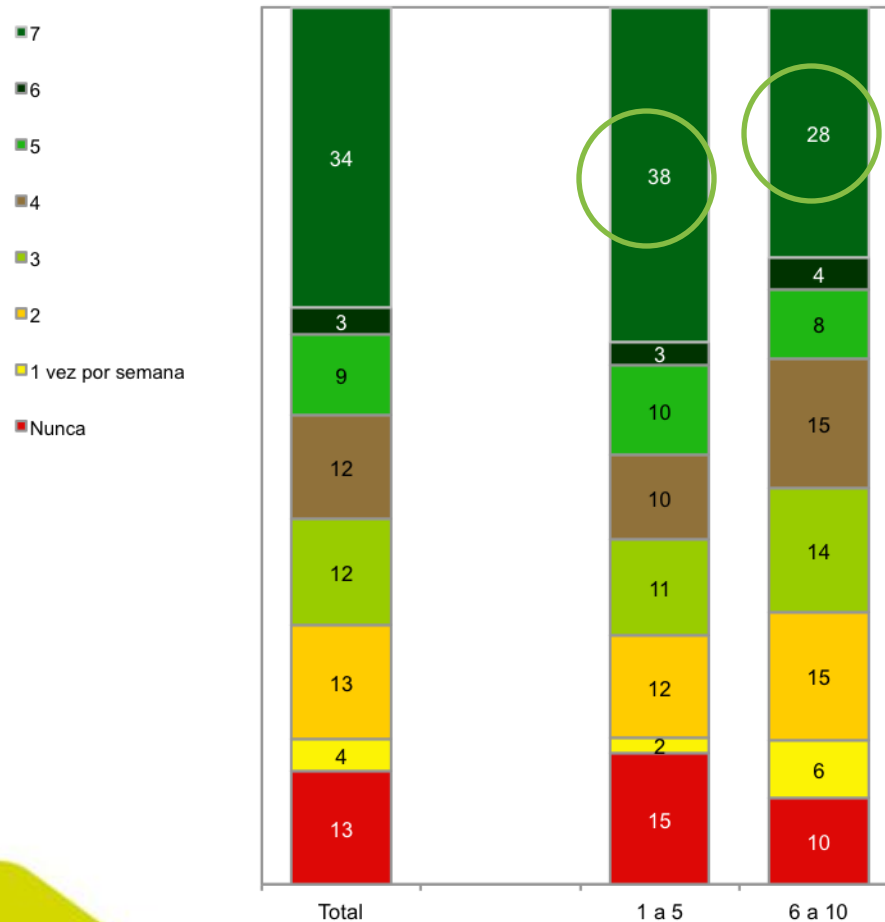
JUGAR EN LA PLAZA

9,5%





PERO A MEDIDA QUE CRECEN SE VUELVEN MÁS SEDENTARIOS...



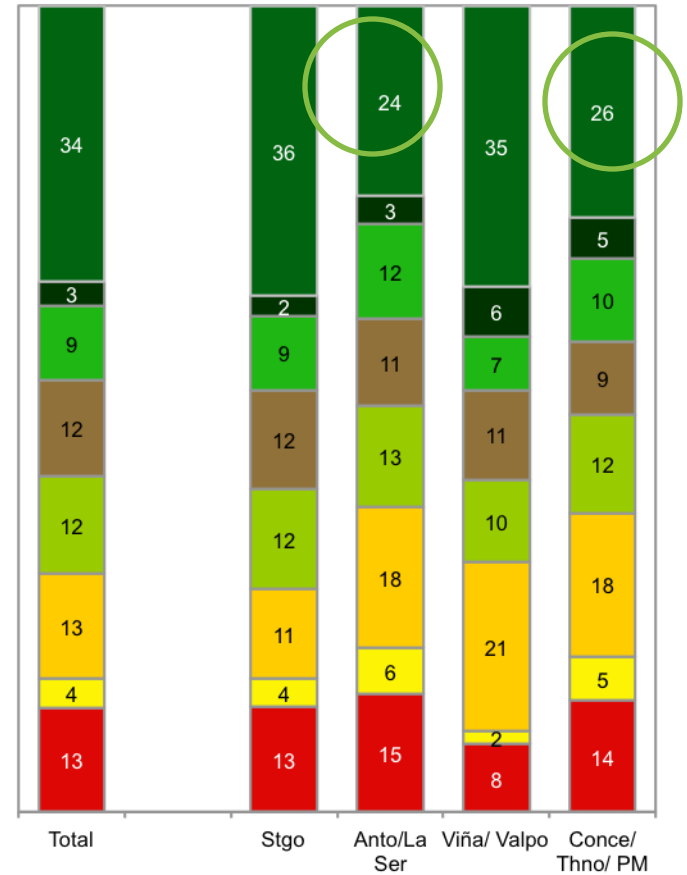
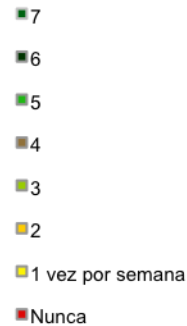
Cantidad de veces por semana
que realiza estas actividades
físicas

Respuesta Espontánea

Base: Total muestra (805 casos)



Los niños de la **ZONA NORTE**
y de la **ZONA SUR** son los
que realizan actividad física
con **MENOS FRECUENCIA**





**¿MOTIVAMOS REALMENTE A NUESTROS
NIÑOS A HACER ACTIVIDAD FÍSICA?**



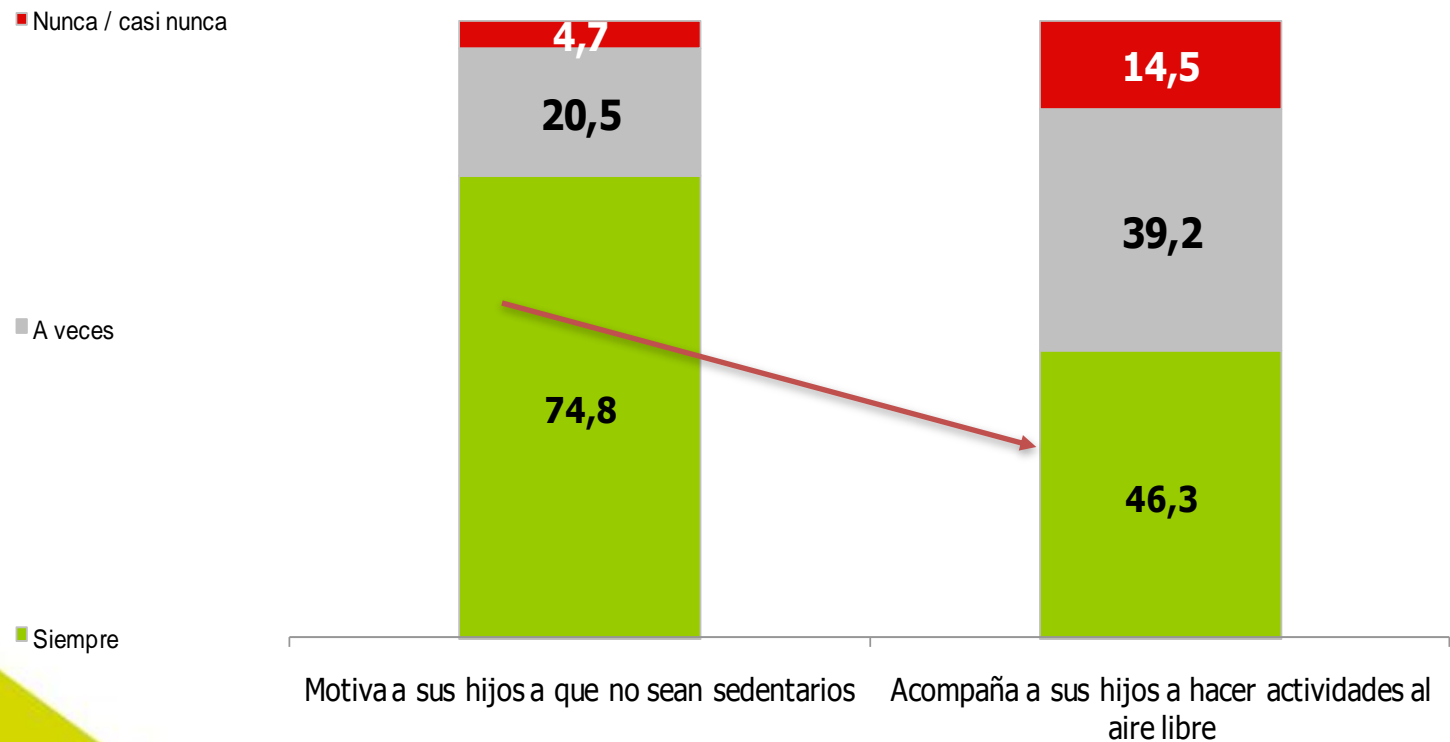


RESPECTO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA ¿CON QUÉ FRECUENCIA...?

Alternativas Dadas

Base: Total muestra (805 casos)

EL **75%** MOTIVA, PERO SOLO EL **46%**
ACOMPaña A HACER ACTIVIDAD FÍSICA A SUS HIJOS





Entre los 1 y 5 años, **5** de cada **10** padres acompaña a sus hijos a realizar actividades físicas



Entre los 6 y los 10 años, solo **3** de cada **10** padres lo hacen.

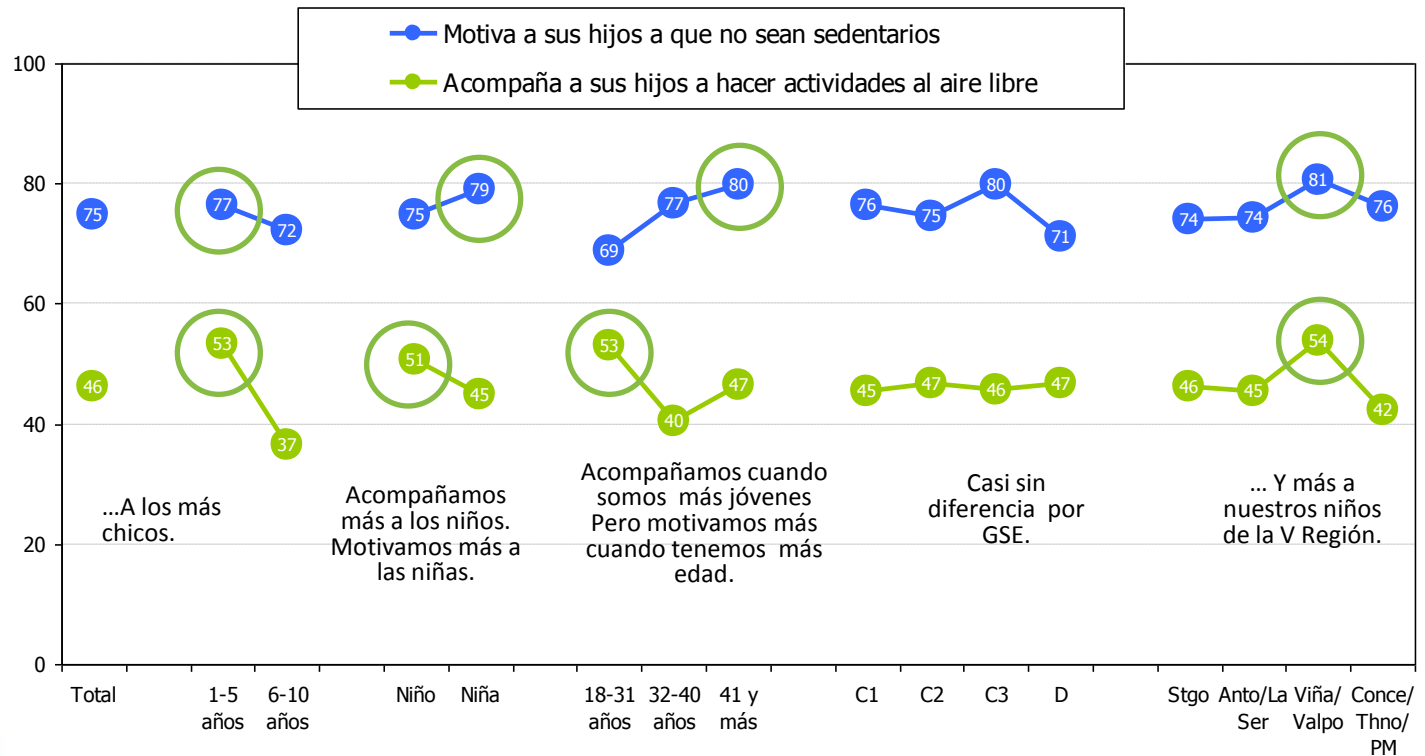




ACOMPañAMOS Y MOTIVAMOS A...

RESPECTO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA...¿CON QUÉ FRECUENCIA...?

Alternativas Dadas Base: Total muestra (805 casos)





Los niños comen a deshora, y la mitad
come golosinas casi todos los días.

Pero solo **3** de cada **10** realizan
actividad física todos los días...





3. HIGIENE





¿CUÁLES SON LAS MEDIDAS BÁSICAS DE HIGIENE EN EL HOGAR?

Respuesta Espontánea

Base: Total muestra (805 casos)



Las medidas básicas son primero la **higiene personal** y segundo el **aseo del hogar**



VECES AL DÍA EN QUE SE LAVA LOS DIENTES EL NIÑO/A

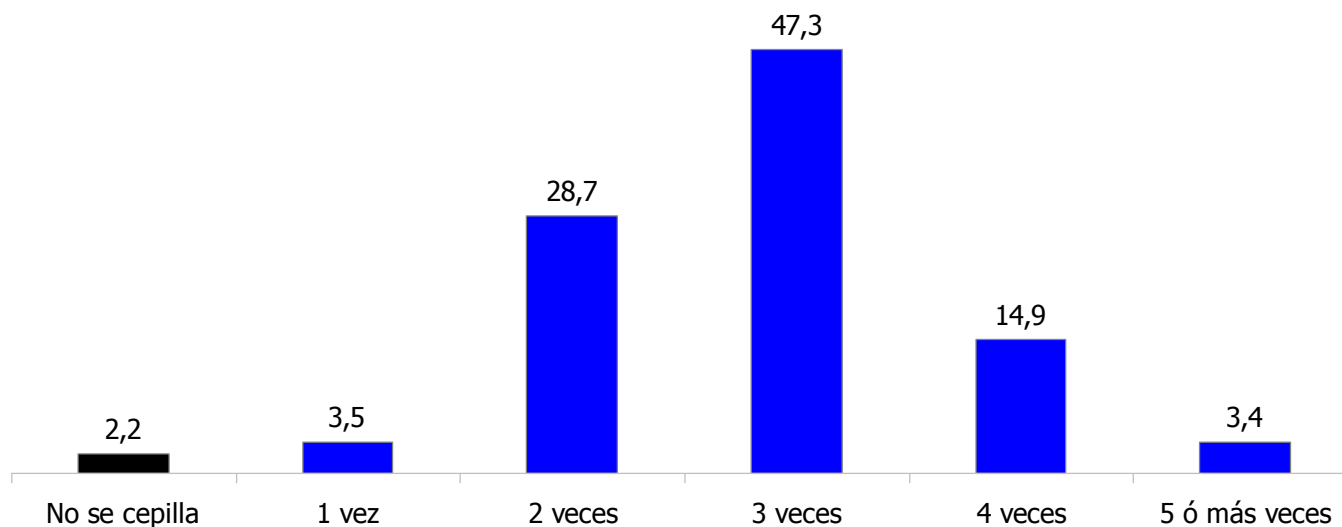
Respuesta Espontánea

Base: Total muestra (805 casos)



Recordemos...
Los niños comen **4 veces al día**

Promedio: 2.8 veces al día





¿EL NIÑO SE LAVA LOS DIENTES ANTES DE DORMIR?

Alternativas Dadas

Base: Total muestra (805 casos)



SI, SIEMPRE

74

A VECES

21,9

NUNCA

4,1

El **46,5%** de los niños
cena, y el **44,8** toma
once/comida



RAZONES POR LAS QUE NO SE LAVA LOS DIENTES ANTES DE DORMIR

Respuesta Espontánea

Base: Quienes mencionan que sus hijos se lavan los dientes en la noche nunca o a veces (205 casos)





4. MEDIO AMBIENTE





¿CUÁL ES EL PRINCIPAL
PROBLEMA MEDIOAMBIENTAL
PARA LOS CHILENOS?





PRINCIPAL PROBLEMA MEDIO AMBIENTAL EN CHILE

Respuesta Espontánea

Base: Total muestra (805 casos)

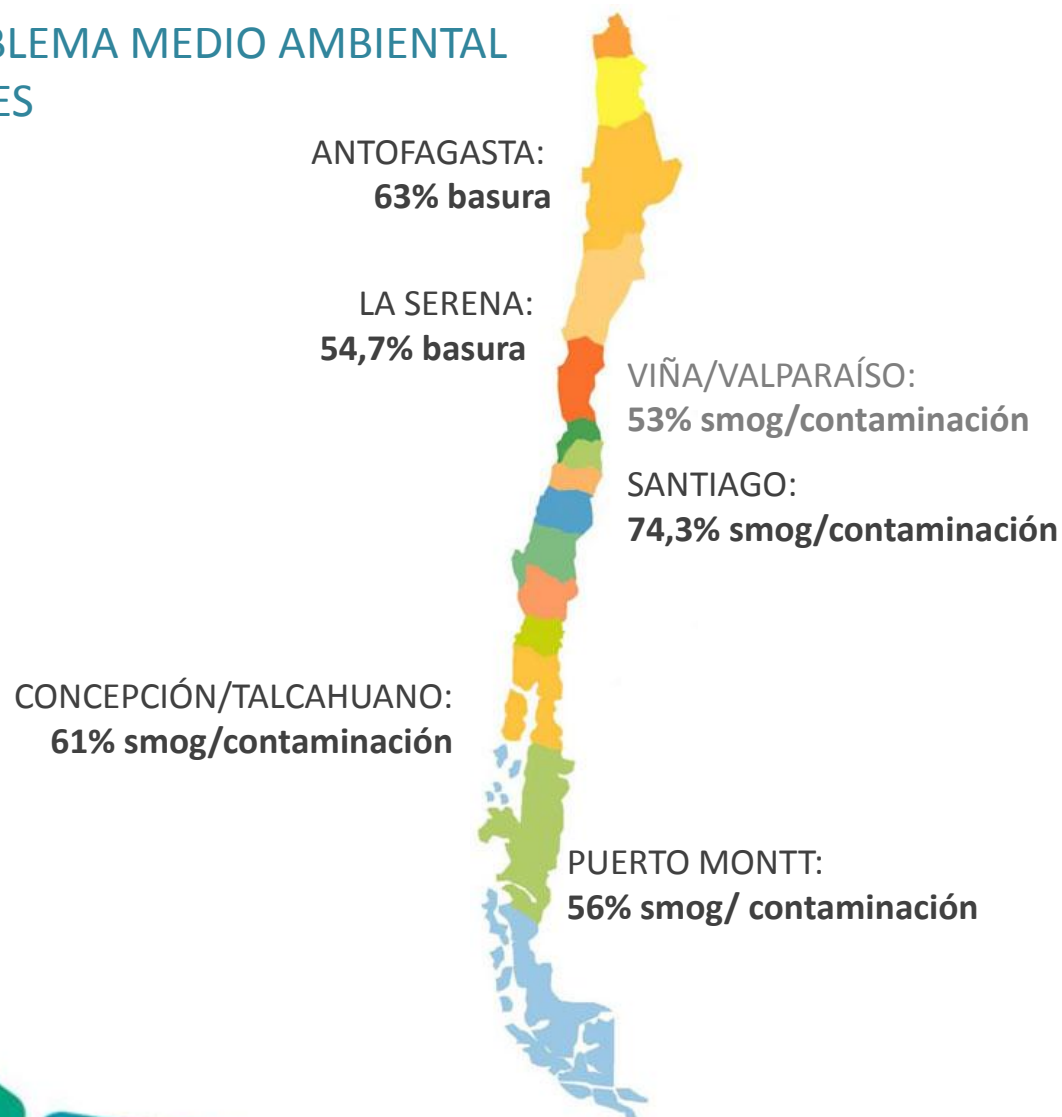




**PERO NO ES EL ÚNICO
PROBLEMA PARA TODOS...**



PRINCIPAL PROBLEMA MEDIO AMBIENTAL SEGÚN REGIONES

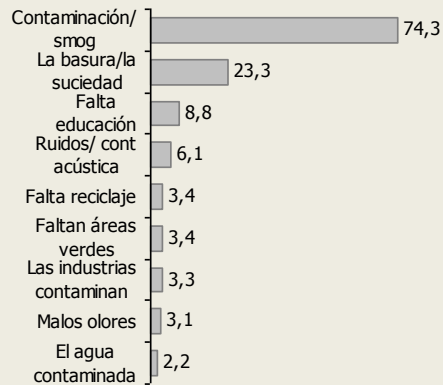




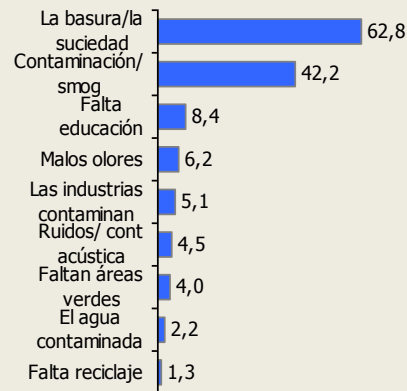
PRINCIPAL PROBLEMA MEDIO AMBIENTAL EN CHILE

Respuesta Espontánea Base: Total muestra (805 casos)

SANTIAGO



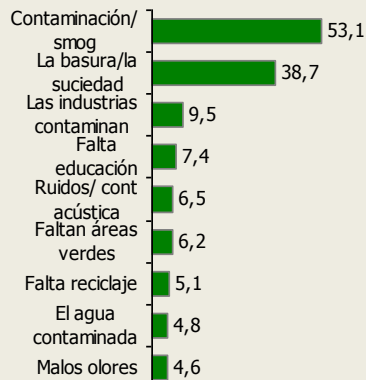
ANTOFAGASTA



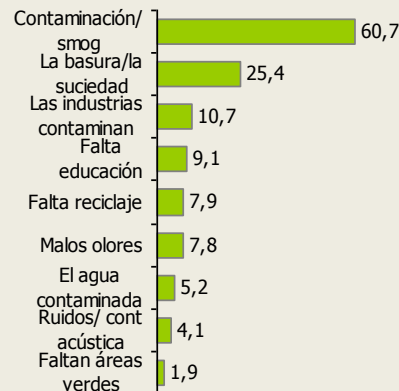
LA SERENA



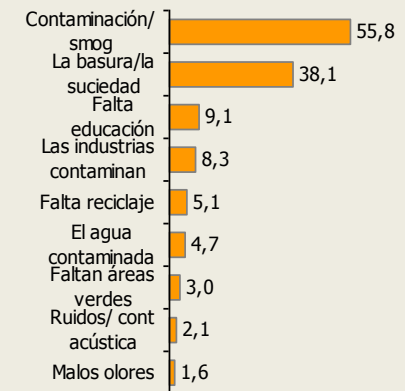
VIÑA/ VALPO



CONCE/ THNO



PTO MONTT





¿RECICLAMOS EN NUESTRAS CASAS?

Base: Total muestra (805 casos)

Sí
55,8%



No
44,2%

% Si





¿QUÉ RECICLAMOS?

Respuesta Espontánea / Menciones sobre 1.5%

Base: Quienes realizan actividades de reciclaje en su hogar (442 casos)

1 55%
VIDRIO-BOTELLA
DE VIDRIO



2 38%
CARTONES
CAJAS DE
LECHE



3 32,7%
PLÁSTICOS-BOLSAS-
BOTELLAS PLÁSTICAS



4 30%
PAPELES-
DIARIOS



5 15%
LATAS



6 14%
SEPARAN
BASURA
ORGÁNICA



7 8,3%
COMPOSTERA-
ABONO





EL CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE... TAREA DE TODOS

Importancia del aporte que puede hacer cada uno de los siguientes organismos o instituciones para preservar el medio ambiente

%mención “Muy importante”

Base: Total muestra (805 casos)

INSTITUCIONES
DE EDUCACIÓN

69,4



EMPRESAS

68,6



LAS ACCIONES
INDIVIDUALES DE
PERSONAS COMO UD.

65,4



EL GOBIERNO

65,1



Y AHORA QUE YA
SABEMOS QUÉ SON LOS
HÁBITOS DE VIDA SUSTENTABLE...

¿QUIÉNES SON LOS RESPONSABLES DE PROMOVERLOS?

NIVEL DE RESPONSABILIDAD DE LOS SIGUIENTES ORGANISMOS O PERSONAS EN QUE LA POBLACIÓN TENGA HÁBITOS DE VIDA SUSTENTABLE

Alternativas Dadas / % **Tienen mucha responsabilidad**

Base: Total muestra (805 casos)



PADRES COMO FORMADORES DE HÁBITOS:

93,8%



INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN:

92,0%



MEDIOS DE COMUNICACIÓN:

87,3%



MUNICIPALIDADES:

83,1%



GOBIERNO/INSTITUCIONES PÚBLICAS:

81,9%



Las empresas:

79,2%



MÉDICOS, PROFESIONALES DE LA SALUD:

78,3%



LAS PERSONAS QUE DECIDEN SU PROPIO ESTILO DE VIDA:

76,2%



POLÍTICOS:

70,5%

Y ENTONCES... CÓMO VIVE LA SUSTENTABILIDAD LA FAMILIA CHILENA

1. Si bien **“vida sustentable”** no es un concepto cotidiano para las familias, existe clara conciencia de lo que está bien o está mal respecto de los hábitos que se asocian a este concepto: alimentación saludable, vida activa, higiene y cuidado del medio ambiente.

2. Reconocemos que la **tarea** de fomentar hábitos de vida sustentable **parte por casa**: el 93% cree que son los padres los principales responsables en promoverlos.

3. **Pero no todo es tarea familiar...** creemos que otros actores de la sociedad también son responsables en promoverlos.

4. **Múltiples factores hacen que la tarea** de inculcar hábitos de vida sustentable **se haga difícil**: hábitos del hogar, falta de tiempo, de conocimiento, de acceso y diversidad de realidades.

5. Y aunque creemos que lo estamos haciendo bien...

...LOS HECHOS DEMUESTRAN QUE HAY UN GRAN ESPACIO PARA MEJORAR LOS HÁBITOS QUE NOS LLEVAN A TENER UNA VIDA SUSTENTABLE.

Nuestros niños **comen 4 veces al día**, pero **también a deshora y no comen los alimentos con la periodicidad** recomendada por los especialistas.



Comen 4 veces al día, **pero se lavan los dientes en promedio 2,8 veces.**



Reconocemos que tenemos problemas medioambientales distintos a lo largo del país y **reciclamos, pero lo básico.** Y este hábito es todavía distante para las madres más jóvenes y para los grupos de menos recursos.

Comen a deshora y comen golosinas casi todos los días, **pero solo 3 de cada 10 realizan actividad física todos los días.**



A photograph of a family (father, mother, and two children) smiling. A magnifying glass is held over the face of a young boy in the center. The image is framed by green geometric shapes in the corners.

¿CÓMO VIVE LA SUSTENTABILIDAD LA FAMILIA CHILENA? HÁBITOS DE VIDA SUSTENTABLE- UNILEVER