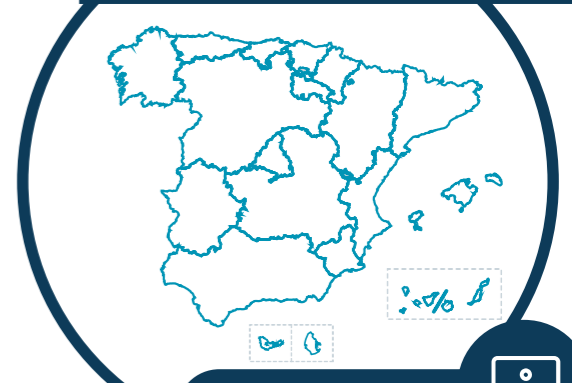


I RADIOGRAFÍA DEL AUTOCUIDADO DE LA SALUD EN ESPAÑA

Estudio de la Asociación para el Autocuidado de la Salud (anefp)

ESPAÑA



MUESTRA:

Fecha: diciembre 2024

Total de ciudadanos: 5.095

Hombres: 2.490 Mujeres: 2.605

Distribución por edad:

- 18-25 años: 495
- 26-40 años: 1.120
- 41-55 años: 1.487
- 56-70 años: 1.152
- 71 y más: 841

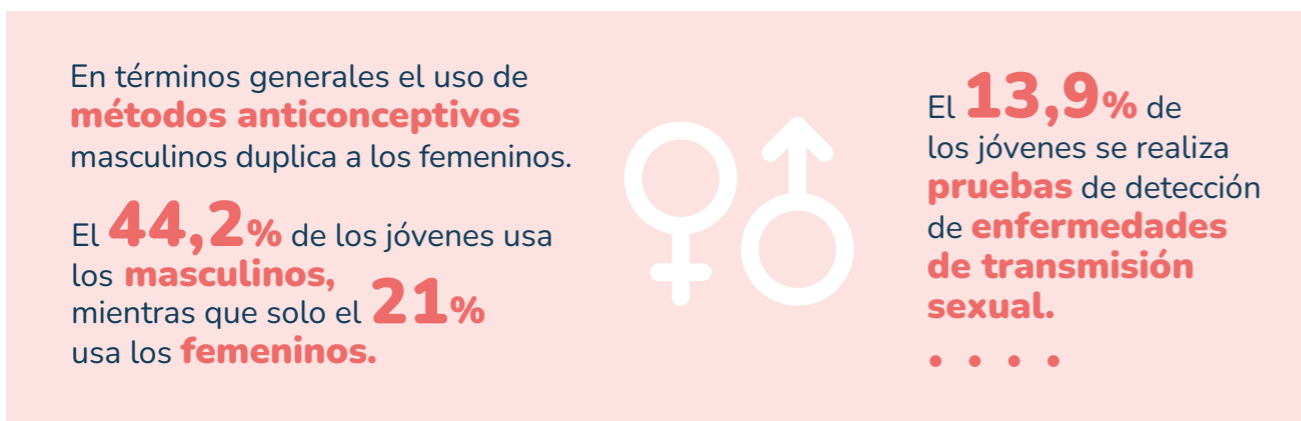
¿QUÉ ES EL AUTOCUIDADO?

El conjunto de acciones y actividades que desarrollamos, con una actitud activa y responsable, para mejorar nuestra salud y nuestra calidad de vida.

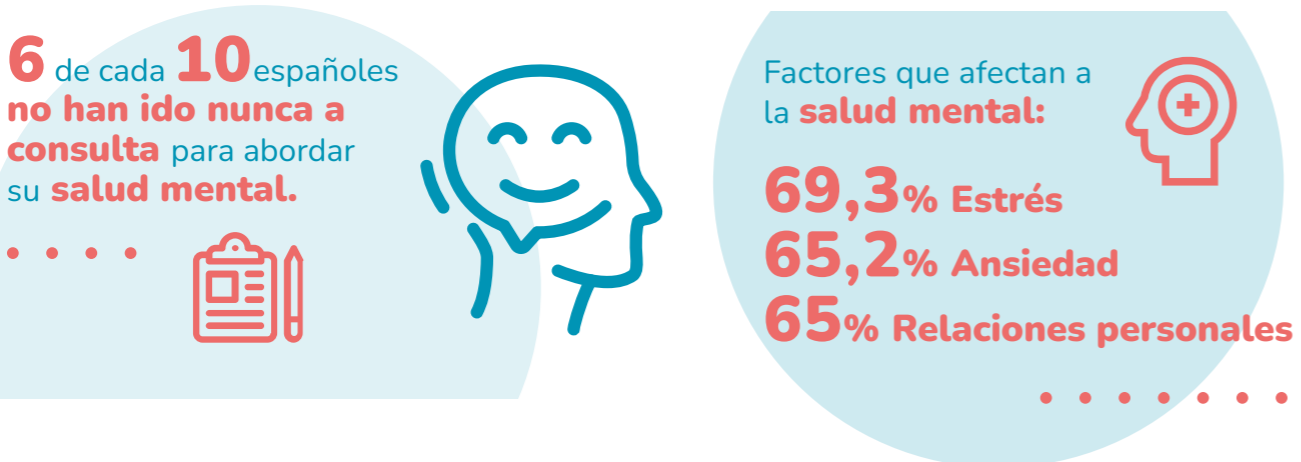
¿CÓMO NOS VEMOS?



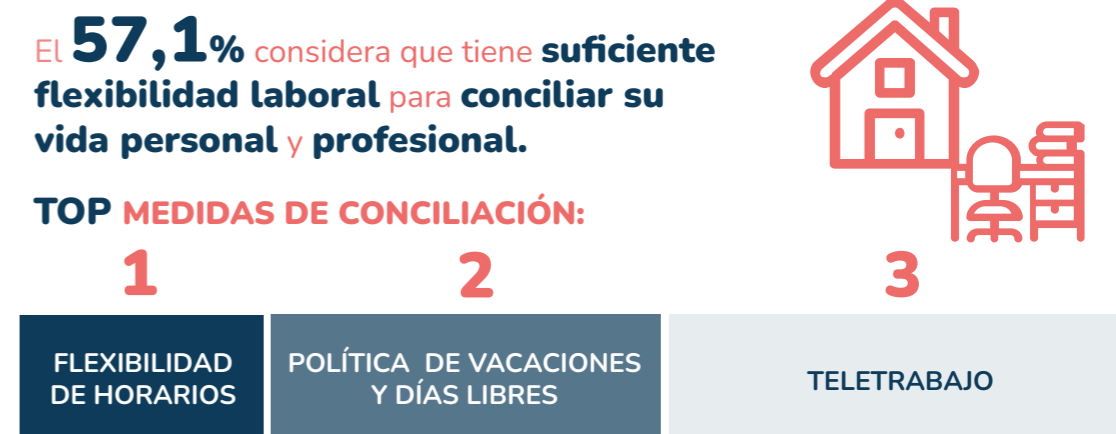
SALUD Y BIENESTAR



SALUD MENTAL



CONCILIACIÓN LABORAL



MEDIOAMBIENTE



EDUCACIÓN SANITARIA



SOLIDARIDAD



SANIDAD Y FUTURO

