



ENCUESTA DE OPINIÓN SOBRE
PERCEPCIÓN Y USO DE LA BANDA
HORARIA ELIGE VIVIR SANO



UNIVERSIDAD
SAN SEBASTIAN

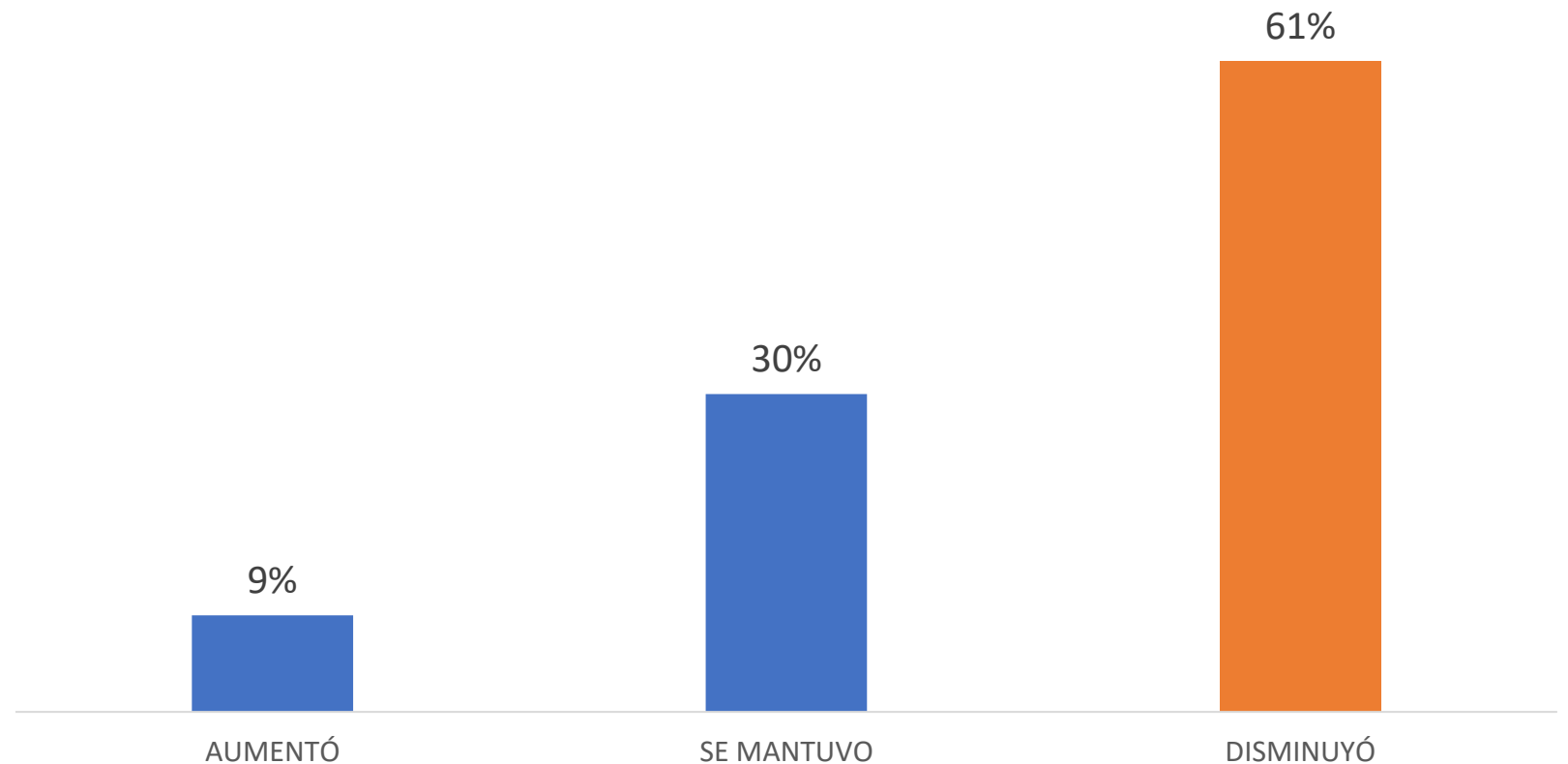
METODOLOGÍA

- Encuesta telefónica, aplicada en la Región Metropolitana entre los días 31 de marzo y 1 de abril de 2021.
- Muestra corresponde a 717 personas mayores de 18 años, con selección aleatoria.
- Esta muestra tiene un margen de error de $\pm 3,6\%$ sobre una población adulta de más de 6.300.000, con un intervalo de confianza del 95%.
- El objetivo de la encuesta de corte transversal, es conocer la percepción que tienen las personas de la RM con respecto a la Banda Horaria Elige Vivir Sano e identificar los modos de uso.

RESULTADOS

61% de los encuestados indicó que durante la pandemia redujo la práctica de actividad física o deportiva.

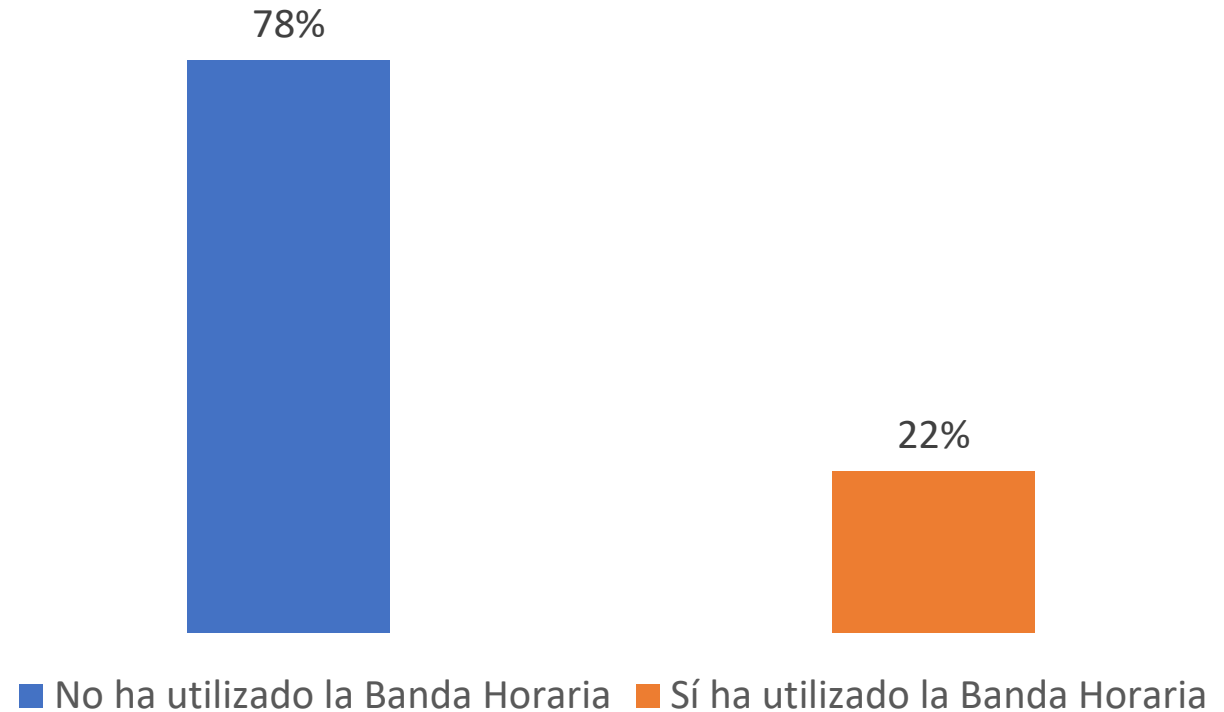
Con la pandemia, ¿qué cambios tuvo su práctica de actividad física o deportiva antes de la banda horaria para practicar deporte?



RESULTADOS

22% de los encuestados ha utilizado la Banda Horaria para hacer actividad física, entre una y siete veces por semana. Mientras que un 78% no la usó.

¿Usted ha utilizado la banda horaria Elige Vivir Sano para hacer deporte o actividad física durante la cuarentena?
¿Cuántas veces por semana?

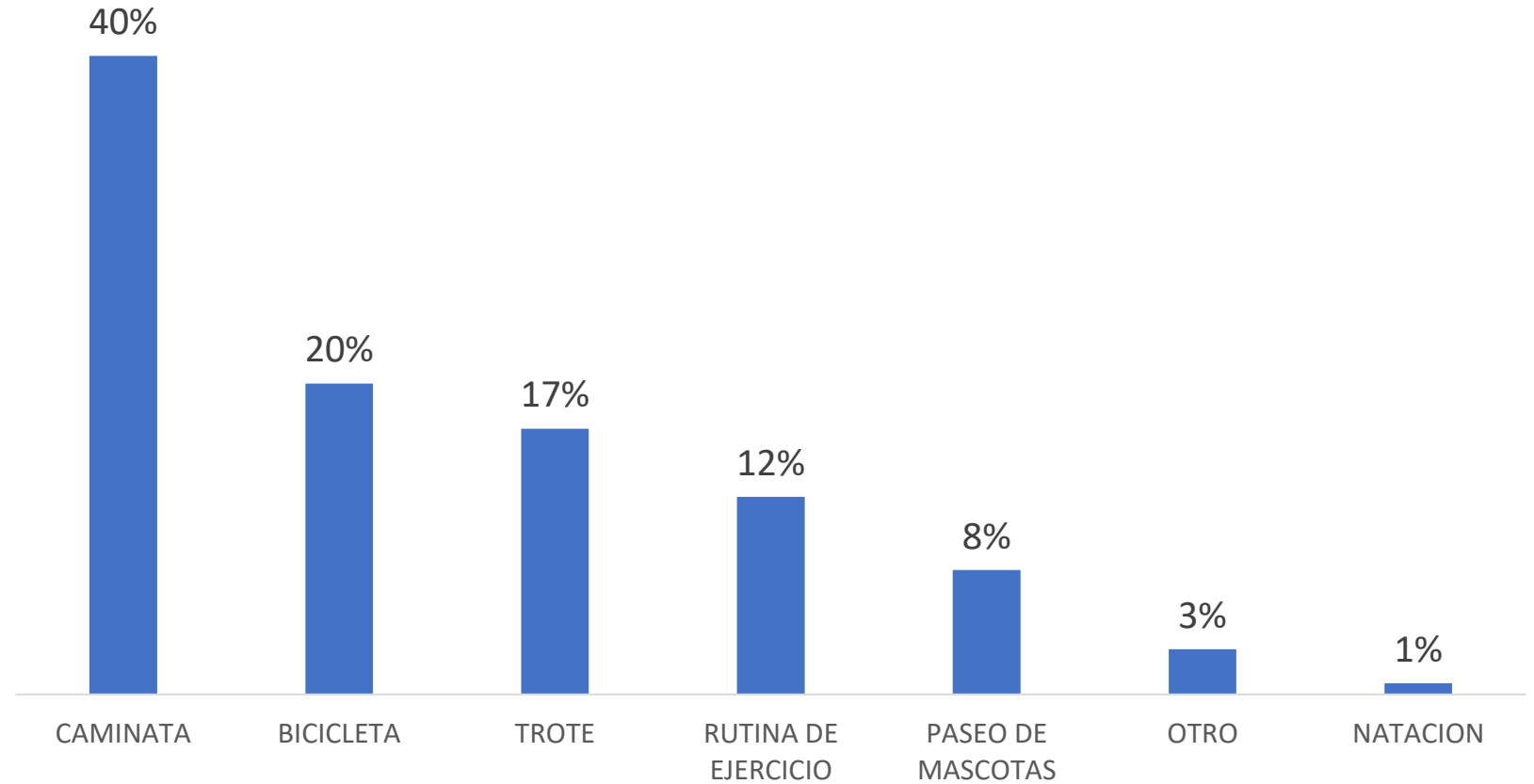


RESULTADOS

40% de la personas que utiliza la Banda Horaria EVS ocupa ese espacio para realizar caminatas, 20% para andar en bicicleta y 17% para trotar, entre otras actividades.

N=282 quienes realizaron actividad física

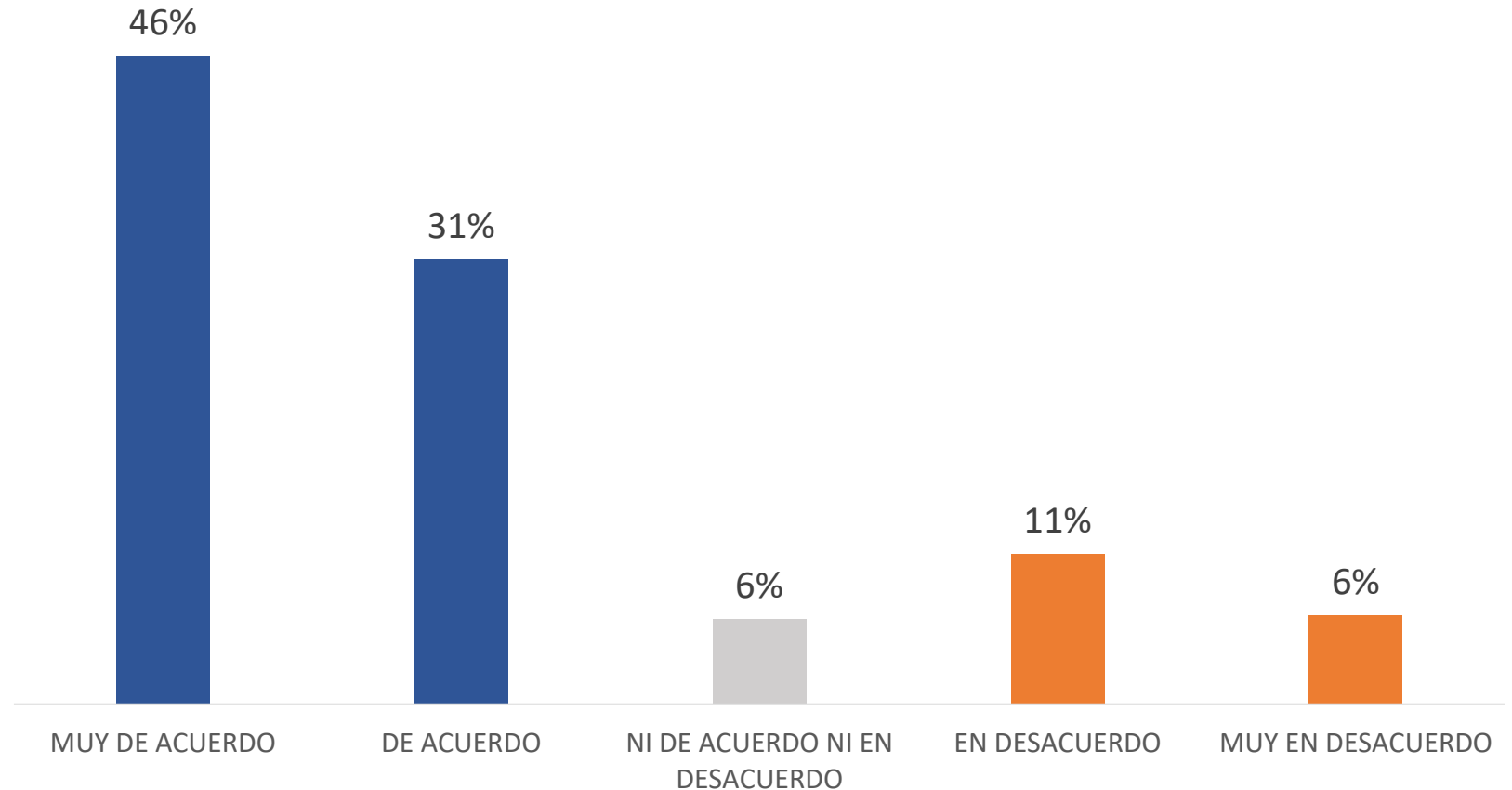
¿Cuál o cuáles de las siguientes actividades realiza en la Banda horaria Elige Vivir Sano?



RESULTADOS

Un 77% de los encuestados está de acuerdo o muy de acuerdo con que exista una Banda Horaria para realizar actividad física durante la pandemia.

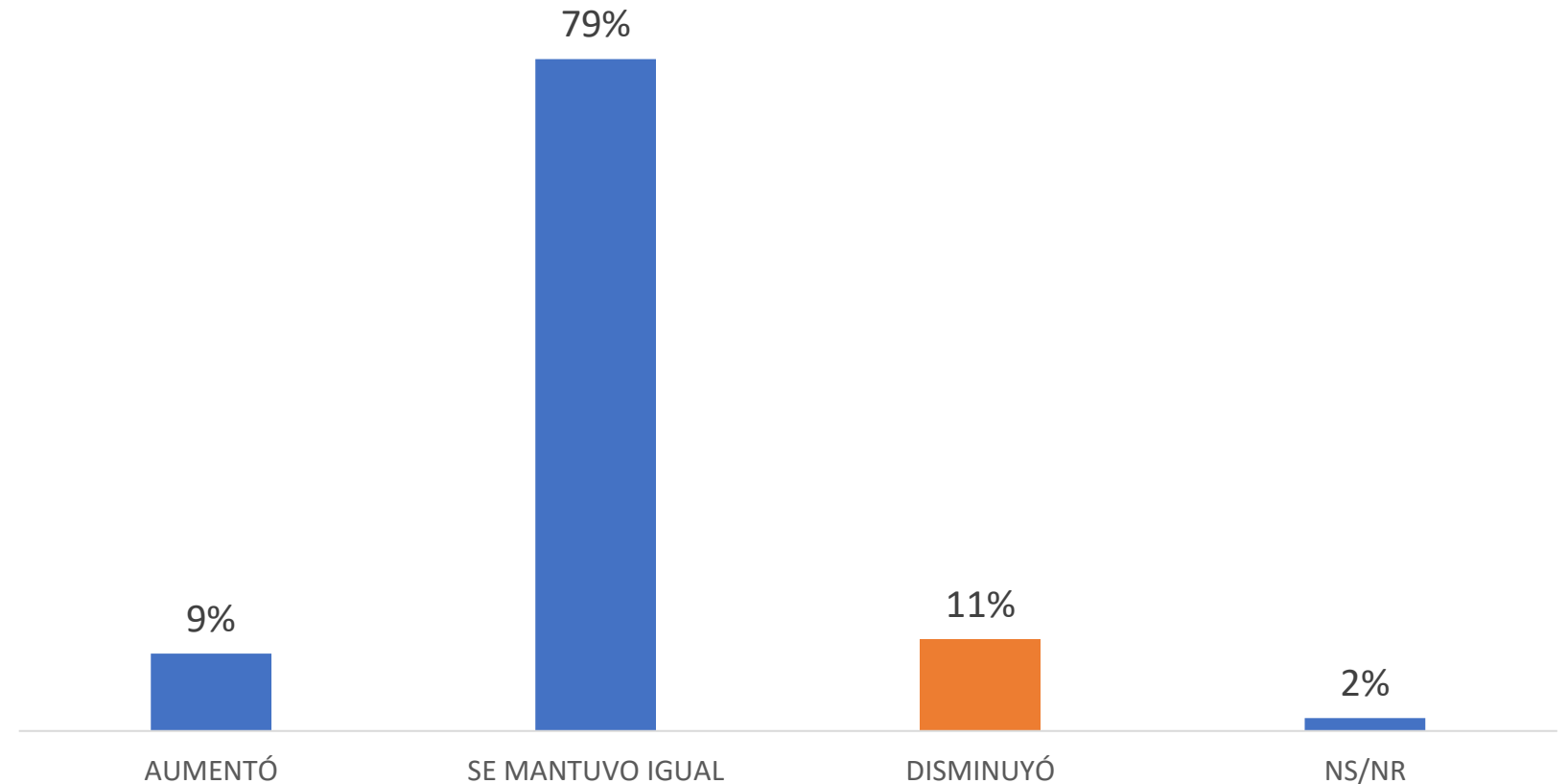
¿Qué tan de acuerdo está con que exista un horario para hacer deporte en cuarentena?



RESULTADOS

9% de la población señaló que aumentó su práctica deportiva con la banda horaria, un 79% que se mantuvo igual y sólo un 11% que disminuyó.

Luego de la habilitación de la Banda horaria Elige Vivir Sano, ¿qué cambios tuvo su práctica de actividad física o deportiva en pandemia?



CONCLUSIONES

- Un 61% de los encuestados declara que su actividad física durante la pandemia disminuyó. Esto, previo a la creación de la Banda Horaria Elige Vivir Sano.
- Un 77% de los encuestados está de acuerdo con que exista una banda horaria para realizar actividad física durante la pandemia.
- 22% ha utilizado la Banda Horaria Elige Vivir Sano, cifra consistente con los datos previos a la pandemia que mostraban que menos del 20% de la población realizaba actividad física.
- 40% de las personas que utiliza el horario determinado para realizar actividad física lo usa para realizar caminatas, 20% para andar en bicicleta y 17% para trotar, entre otras actividades.
- El hábito por la actividad física no mostró una diferencia significativa entre mujeres y hombres.



UNIVERSIDAD
SAN SEBASTIAN

IPSUSS 

5 AÑOS ACREDITADA
GESTIÓN INSTITUCIONAL
DOCENCIA DE PREGRADO
VINCULACIÓN CON EL MEDIO

DESDE SEPT. 2016
HASTA SEPT. 2021


Comisión Nacional
de Acreditación
CNA-Chile

UNIVERSIDAD CON PROYECCIÓN EN INVESTIGACIÓN Y DOCTORADO