Salud

riojastat Instituto de Estadística de La Rioja | La Rioja

Salud y género: estado de salud, hábitos y resultados sanitarios

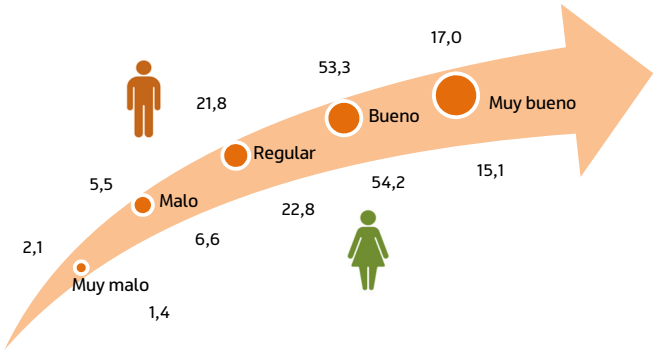
La salud de la población está condicionada por múltiples factores de carácter económico, social, cultural y ambiental, y presenta diferencias significativas en función del sexo. Estas desigualdades se manifiestan tanto en la percepción subjetiva del estado de salud como en la prevalencia de enfermedades, los hábitos de vida, el uso del sistema sanitario y los resultados en términos de mortalidad y esperanza de vida.

Percepción del estado de salud y morbilidad

Las mujeres valoran de forma sistemática su estado de salud de manera menos positiva que los hombres. Según la Encuesta de Condiciones de Vida, el porcentaje de personas que consideran su salud buena o muy buena es inferior entre las mujeres, mientras que el peso de quienes la califican como mala o muy mala es ligeramente superior. En cifras, estamos hablando de que en 2025 un 70,3% de hombres que valoran su estado de salud como bueno o muy buenos frente al 69,3% de mujeres, mientras que el 7,6% de los varones lo valoran como malo o muy malo ante el 7,9% de las mujeres. Esta peor autopercepción femenina se produce a pesar de que las mujeres presentan una mayor esperanza de vida, y se relaciona con una mayor prevalencia de enfermedades crónicas y de larga duración.

Estado de salud percibido. Año 2025

(Porcentaje de población de 15 o más años)

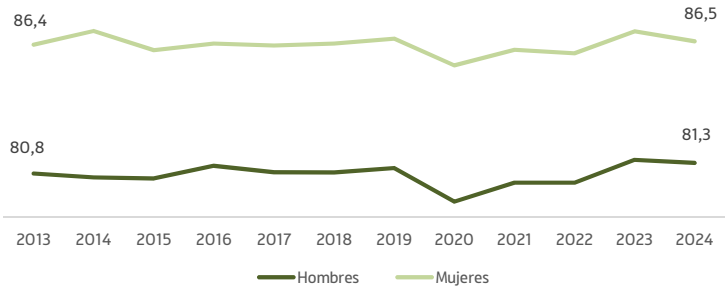


En este sentido, las mujeres declaran con mayor frecuencia padecer enfermedades crónicas (38,0% frente a un 35,2%). Estas diferencias refuerzan la idea de que las mujeres viven más años, pero con una mayor carga de morbilidad. Además, según la Encuesta de Condiciones de Vida de 2025, el 16,9% de las mujeres mayores de 15 años declaran haber tenido limitaciones de salud para realizar sus actividades diarias frente al 11,0% de los hombres.

Esperanza de vida y años de vida saludable

La esperanza de vida al nacer es claramente superior en las mujeres tanto a nivel autonómico como estatal. No obstante, la brecha de género ha seguido una tendencia descendente en las últimas décadas, debido al mayor aumento de la esperanza de vida masculina. A pesar de ello, la diferencia sigue situándose en torno a los cinco años.

Esperanza de vida al nacer según sexo



Cuando se analizan los años de vida saludable, las mujeres continúan presentando valores más elevados que los hombres no solo al nacimiento sino también a partir de los 65 años, así, en 2024, la esperanza de vida de una mujer riojana a los 65 años de edad es de 23,6 años, mientras que en un hombre se reduce a los 20,0. Sin embargo, esta ventaja cuantitativa se ve matizada por el hecho de que las mujeres concentran una mayor prevalencia de problemas de salud crónicos, lo que sugiere una mayor supervivencia con limitaciones funcionales.

Hábitos de vida y factores de riesgo

Los hábitos relacionados con la salud presentan importantes diferencias de género. El consumo de tabaco y alcohol es más elevado entre los hombres, tanto en prevalencia como en intensidad. En relación con el consumo de tabaco, según la Encuesta de Salud de España 2023, el 19,7% de los hombres de 16 y más años fuma a diario, frente al 13,0% de las mujeres. En 2023, consumen alcohol prácticamente a diario el 77,5% de los hombres, frente al 49,4% de las mujeres.

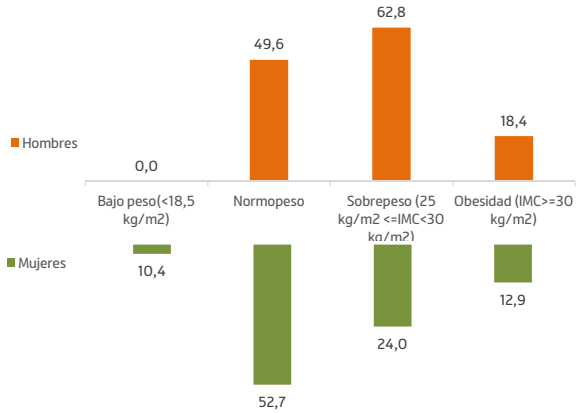
Consumo dealcohol y/o tabaco a diario. Año 2023

	Hombres	Mujeres
Consumo diario de tabaco	19,7	13,0
Consumo diario de alcohol	77,5	49,4

Respecto al estado nutricional, los hombres presentan mayores tasas de sobrepeso y obesidad, mientras que el bajo peso afecta en mayor medida a las mujeres. En 2023, el 47,2% de los varones presenta sobrepeso y el 13,8% obesidad. En el caso de las mujeres, estos porcentajes se sitúan en el 29,4% y el 13,6%, respectivamente. Por otro lado, un 3,3% de las mujeres registra un índice de masa corporal (IMC) inferior a 18,5 kg/m².

Índice de masa corporal (IMC). Año 2023

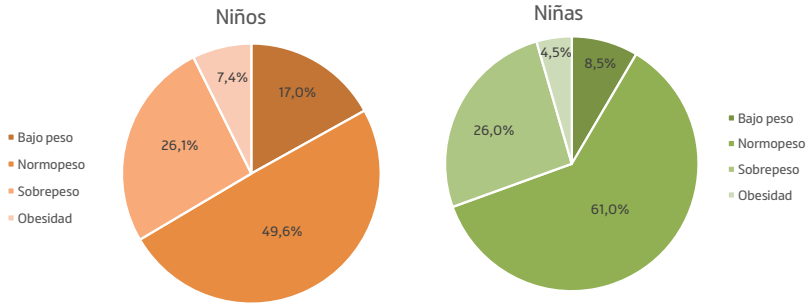
(Población de 18 y más años. Miles de personas)



En la población infantil y adolescente también se observan diferencias de género en el estado nutricional. En 2023, entre los niños de 2 a 17 años, el 26,1% presenta sobrepeso, el 7,4% obesidad y el 17,0% bajo peso. En el caso de las niñas, el 26,0% presenta sobrepeso, el 4,5% obesidad y el 8,5% bajo peso, lo que refleja una menor prevalencia de exceso de peso grave, pero también una mayor vulnerabilidad al bajo peso en comparación con los niños.

Índice de masa corporal (IMC). Año 2023

(Población de 2 a 17 años)

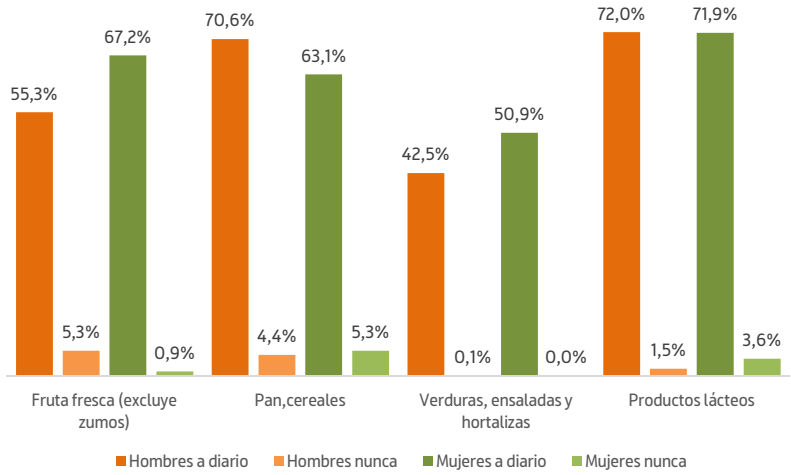


Otro aspecto que repercute directamente en la salud es la realización de actividad física de forma regular, tanto durante la jornada laboral como en el tiempo de ocio, ya que el sedentarismo constituye un importante factor de riesgo. Las diferencias de género en este ámbito influyen de forma directa en la prevalencia de enfermedades crónicas y en el bienestar general.

En el entorno laboral, el 41,2% de los hombres trabaja sentado la mayor parte del día, frente al 36,8% de las mujeres. Realiza algún esfuerzo físico en su trabajo el 36,4% de los hombres y el 17,9% de las mujeres, mientras que pasa la mayor parte de la jornada de pie el 18,4% de los hombres y el 32,3% de las mujeres. En el tiempo de ocio, realizan actividades físicas el 77,6% de los hombres y el 75,0% de las mujeres.

Finalmente, también se observan diferencias de género en los patrones alimentarios, con comportamientos más saludables entre las mujeres. En 2023, el 67,2% de las mujeres consume fruta fresca al menos una vez al día, frente al 55,3% de los hombres. Asimismo, el 50,9% de las mujeres y el 42,5% de los hombres consumen verduras, ensaladas y hortalizas diariamente.

Patrones alimentarios. Año 2023



Uso del sistema sanitario y hospitalización

El sistema sanitario presenta una clara feminización de su personal, especialmente en las profesiones sanitarias, aunque persisten ámbitos altamente masculinizados en determinadas especialidades técnicas.

A lo largo de 2023 (último dato disponible) se produjeron en La Rioja 137.770 estancias hospitalarias de riojanas frente a 153.197 de riojanos. La principal causa de hospitalización fueron los trastornos mentales (41.201) de los que un 48,2% correspondieron a mujeres. Las estancias causadas por enfermedades del sistema circulatorio (39.007), por su parte, son la segunda causa de ingreso, con un 36,6% de estancias femeninas y, en tercer lugar, las lesiones y envenenamientos (36.390) de las que el 55,6% corresponden a riojanas.

Estancias hospitalarias. Año 2023

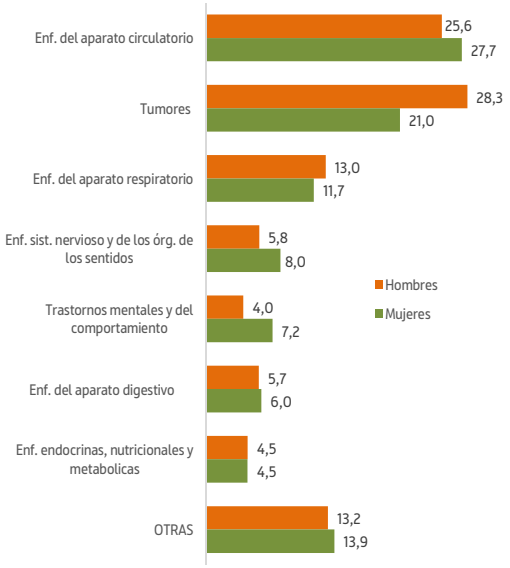
Año 2023	Hombres (%)	Mujeres
279.750 días de estancia hospitalaria	52,7	47,3
Estancia media (días)	9,4	8,5

Mortalidad y causas de defunción

De las 3.306 defunciones ocurridas en 2024, el 49,9% fueron mujeres. En cuanto a las causas de muerte, las principales entre la población riojana fueron las enfermedades del sistema circulatorio (881), los tumores (816) y las enfermedades del sistema respiratorio (407).

La principal causa de muerte para las mujeres fueron las relacionadas con el aparato circulatorio (27,7%), seguidas por las ocasionadas por los tumores (21,0%) y 193 fallecieron por enfermedades relacionadas con el aparato respiratorio (11,7%). Los suicidios en 2023 se incrementaron un 66,7%, este porcentaje se ve claramente influenciado por los suicidios de hombres (60% del total). Las cifras de suicidios en 2025 disminuyeron un 43,3 %, registrando 10 suicidios de hombres y 7 de mujeres. El rango de edad con mayor número de suicidios comprende a las personas de 45 a 49 años en los dos géneros

Defunciones según causa de muerte. Año 2024

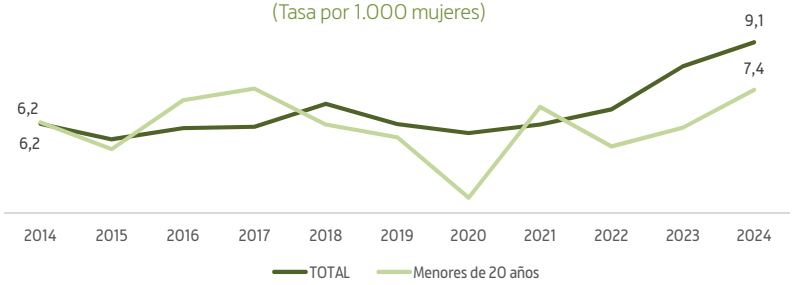


Salud sexual y reproductiva

En 2024, La Rioja registró un total de 494 interrupciones voluntarias del embarazo (IVE), lo que representa un aumento del 11,6% en comparación con 2022 y un 37,8% más que en 2014. En 2024, la tasa de interrupciones voluntarias del embarazo (IVE) en La Rioja alcanzó 9,1 por cada 1.000 mujeres entre 15 y 44 años. Este dato, extraído del estudio sobre IVE es la más alta de los últimos diez años. La tasa de incidencia más elevada se registró en el grupo de 20 a 29 años (27,9%). El 91,9% de las IVE se realizaron a petición de la mujer y un 5,1% por riesgo de anomalías graves en el feto. La incidencia de interrupciones voluntarias del embarazo (IVE) en menores de 20 años representa el número de abortos inducidos registrados en adolescentes y mujeres jóvenes. Indica la frecuencia de embarazos no deseados en este grupo, sirviendo como indicador de la efectividad en educación sexual y acceso a anticoncepción, pero en 2024, esta tasa alcanza un valor de 7,4 interrupciones por cada 1000 jóvenes. Esta cifra alta subraya la necesidad de reforzar la educación sexual, la prevención y el acceso a métodos anticonceptivos para adolescentes.

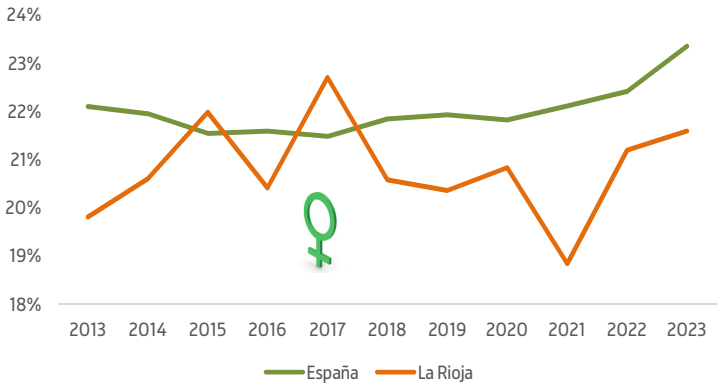
Evolución interrupciones voluntarias del embarazo

(Tasa por 1.000 mujeres)



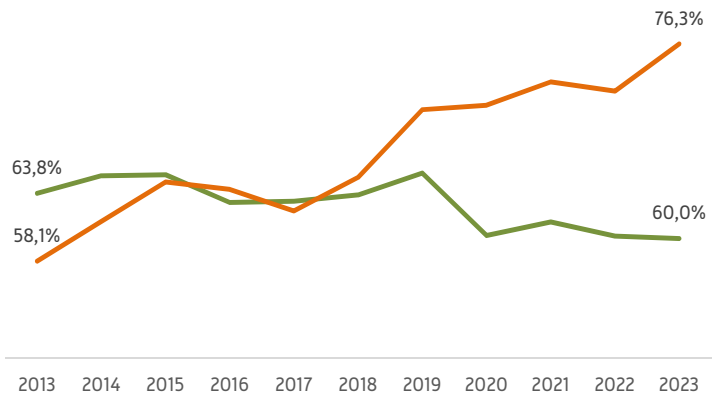
En 2023, la tasa de cesáreas realizadas en los hospitales del SNS en La Rioja, alcanzó el 21,6%, 0,4 puntos porcentuales más que en 2022 pero continua por debajo de la media española (23,3%) como durante todo el decenio observado, salvo para los años 2015 y 2017.

Evolución tasa de cesáreas



El cáncer de mama constituye un problema de salud pública mundial, el tratamiento del cáncer de mama operable se ha modificado en las últimas décadas hacia procedimientos menos agresivos, como la cirugía conservadora de mama (CCM). En La Rioja, durante 2023, se han realizado un 76,3% de cirugías conservadoras del cáncer de mama, por encima de la media nacional (60,0%) cifra que refleja un aumento de 18,2 pp respecto a 2014.

Evolución cirugías conservadoras de cáncer de mama



Enfermedades transmisibles

La evolución epidemiológica del VIH refleja una clara masculinización de la enfermedad, con una proporción de diagnósticos en mujeres en descenso desde mediados de la década de 2000.

Incidencia de nuevos diagnósticos de VIH

