



## **LA MITAD DE LOS PROFESIONALES SANITARIOS NO PRACTICA EJERCICIO**

Una encuesta realizada a 56 profesionales sanitarios de la atención primaria muestra que poco más de la mitad de los encuestados practica ejercicio físico. Los resultados de este estudio se presentan en el XI Congreso de la Asociación de Enfermería Familiar y Comunitaria de Cataluña (AIFICC). El estudio señala que la falta de tiempo y la pereza son los principales motivos para no practicarlo.

Quienes no hacen deporte esgrimen como razones la falta de tiempo (41,67%), la pereza (33,33%), que no les gusta hacer deporte (8,33%) o que ya caminan (12,5%)

Las autoras del estudio concluyen que "la coherencia y la congruencia cognitiva entre lo que pensamos, hacemos y decimos los profesionales sanitarios es clave en cuanto a la motivación de los pacientes. Es difícil aconsejar hacer deporte si nosotros no hacemos"

Por otra parte, un estudio realizado a 53 profesionales de la salud (39% enfermeras, 33% médicos, y 28% otros trabajadores) muestra que un 35,1% de las enfermeras y un 24,5% de los médicos son fumadores.

Fuente: JANO, Octubre 2012