vinetur

El 81% de los alemanes dice que bebe poco alcohol, récord de la encuesta sanitaria

El sondeo refleja más miedo al cáncer y una mayor atención a la prevención cotidiana

lunes 23 de noviembre de 2026

El 81% de los encuestados en Alemania afirma que bebe poco alcohol, el valor más alto de la serie anual que DAK-Gesundheit sigue desde 2010. El dato forma parte de una encuesta representativa elaborada por el instituto Forsa para la aseguradora sanitaria, difundida este lunes, 23 de noviembre, que también recoge un aumento del miedo a enfermedades graves y una mayor atención a la prevención en la vida diaria.

El estudio se realizó entre el pasado 4 y el pasado 6 de noviembre con 1.007 personas de 14 o más años en todo el país. La investigación mide hábitos declarados por los participantes, no compras ni ventas de bebidas ni cantidades o frecuencias de consumo. Por eso, la cifra no permite por sí sola caracterizar un patrón de consumo ni concluir que exista una bajada de las ventas. Aun así, puede servir a fabricantes, distribuidores y hostelería para ajustar surtidos y reforzar referencias sin alcohol o de baja graduación.

La encuesta sitúa el cáncer como la enfermedad que más preocupa a la población alemana. El 70% dice temer sobre todo una enfermedad tumoral, frente al 69% del año anterior. DAK-Gesundheit añade que, entre todas las dolencias consultadas, los niveles de preocupación quedan por encima de los de 2025.

Dos apartados marcan los valores más altos de toda la serie iniciada en 2010. El 57% teme sufrir alzhéimer o demencia, frente al 54% del año anterior, y el 39% menciona las enfermedades mentales, ocho puntos más que en 2025. También sube el miedo a un ictus, del 45% al 51%, y a un infarto, del 39% al 43%. La preocupación por un accidente con lesiones graves pasa del 46% al 49%, y la de una enfermedad ocular grave hasta la ceguera, del 34% al 39%. La pregunta permitía varias respuestas.

Andreas Storm, presidente de DAK-Gesundheit, sostiene que este aumento de la preocupación es una señal para el sistema sanitario. En su valoración, las reformas en debate deben recuperar la confianza de la población en la asistencia médica y reforzar la prevención, los controles y la formación sanitaria en la vida diaria.

Junto a ese repunte del miedo a enfermedades graves, la encuesta recoge más medidas de cuidado personal. El 85% asegura que hace deporte con regularidad para prevenir dolencias. El 83% dice cuidar la alimentación, cinco puntos más que un año antes. El 82% afirma vacunarse, con una subida de seis puntos. El 76% señala que no fuma y el 79% dice mantenerse activo con la lectura u otros ejercicios mentales.

En alimentación, en la proporción de quienes dicen beber poco alcohol, en no fumar y en actividad mental, los resultados son los más altos de toda la serie desde 2010. Ese resultado se suma a otras respuestas de mayor atención a la salud, aunque no aclara cuánto bebe cada persona ni con qué frecuencia. Tampoco distingue entre categorías de bebidas.

El uso de pruebas preventivas y revisiones también mantiene cifras elevadas. El 62% acude a revisiones para prevenir o detectar cáncer de forma temprana. El 46% recurre a chequeos de salud para problemas cardiovasculares y el 42% practica ejercicios de relajación contra el estrés.

La encuesta recoge además diferencias entre hombres y mujeres. Las mujeres dicen cuidar más su salud en conjunto: el 87% afirma prestar atención a la alimentación, frente al 79% de los hombres, y el 73% acude a revisiones de cáncer, frente al 52% de ellos. Entre los hombres, no obstante, la asistencia a estos controles sube tres puntos respecto al año anterior.

La preocupación por las enfermedades mentales es mucho más alta entre los jóvenes. En el grupo de 14 a 29 años, el 61% dice temer problemas como depresión o agotamiento, 14 puntos más que en 2025 y muy por encima del promedio general del 39%. Entre las personas de 60 o más años, esa cifra baja al 20%.

Pese al aumento del miedo a distintas enfermedades, la mayoría de los encuestados valora bien su propio estado de salud. El 37% lo califica como muy bueno y el 48% como bastante bueno. Entre los jóvenes de 14 a 29 años, el 63% lo considera muy bueno. En los mayores de 60 años, ese porcentaje se reduce al 24%.