Habits and Safety Stats and Facts – Spanish

HECHOS

5 datos interesantes sobre los hábitos

1. Los hábitos son el máximo ahorrador de energía
2. Más del 40 por ciento de lo que haces es habitual
3. Se tarda, de media, unos 66 días en cambiar un hábito
4. Nunca se olvida un hábito
5. Los hábitos son reliquias de tus objetivos pasados

ESTADÍSTICAS

- Riesgos alimentarios

El número total de muertes causadas por riesgos dietéticos en los Estados Unidos es de 559.000.

- Humo de tabaco

El número total de muertes causadas por el humo del tabaco en EE.UU. es de 447.000.

- IMC elevado (índice de masa corporal)

El número total de muertes causadas por un IMC elevado en EE.UU. es de 335.000.

- Presión arterial sistólica alta

El número total de muertes causadas por la presión arterial alta en EE.UU. es de 421.000.

- Diabetes

El número total de muertes causadas por la diabetes en EE.UU. es de 246.000.

- Colesterol alto

El número total de muertes causadas por el colesterol alto en EE.UU. es de 174.000.

- Consumo de alcohol y drogas

El número total de muertes causadas por el consumo de alcohol y drogas en EE.UU. es de 159.000.

- Baja actividad física

El número total de muertes causadas por la baja actividad física en EE.UU. es de 145.000.