

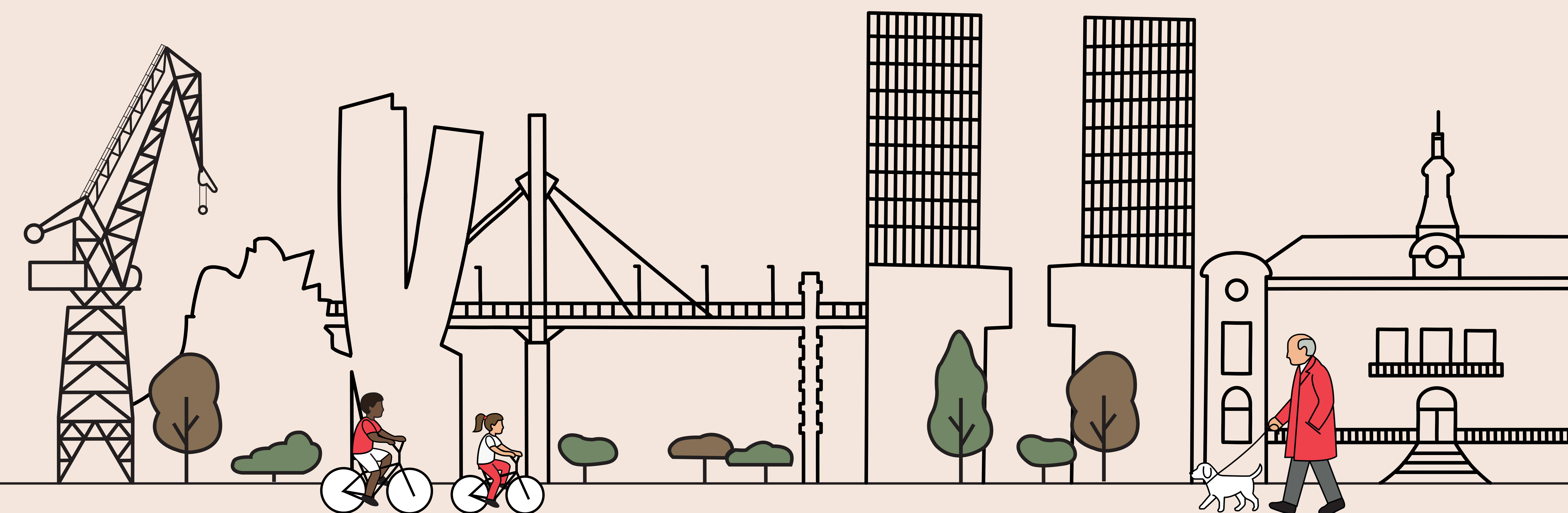


# Bilbao

## ZER EGIN DEZAKE UDALAK ZURE OSASUNAREN ALDE?

¿QUÉ PUEDE HACER EL  
AYUNTAMIENTO POR  
TU SALUD?

**Bilboko II Udal Osasun Plana**  
II Plan Municipal de Salud de Bilbao



# ZERK BALDINTZATZEN DU GURE OSASUNA?

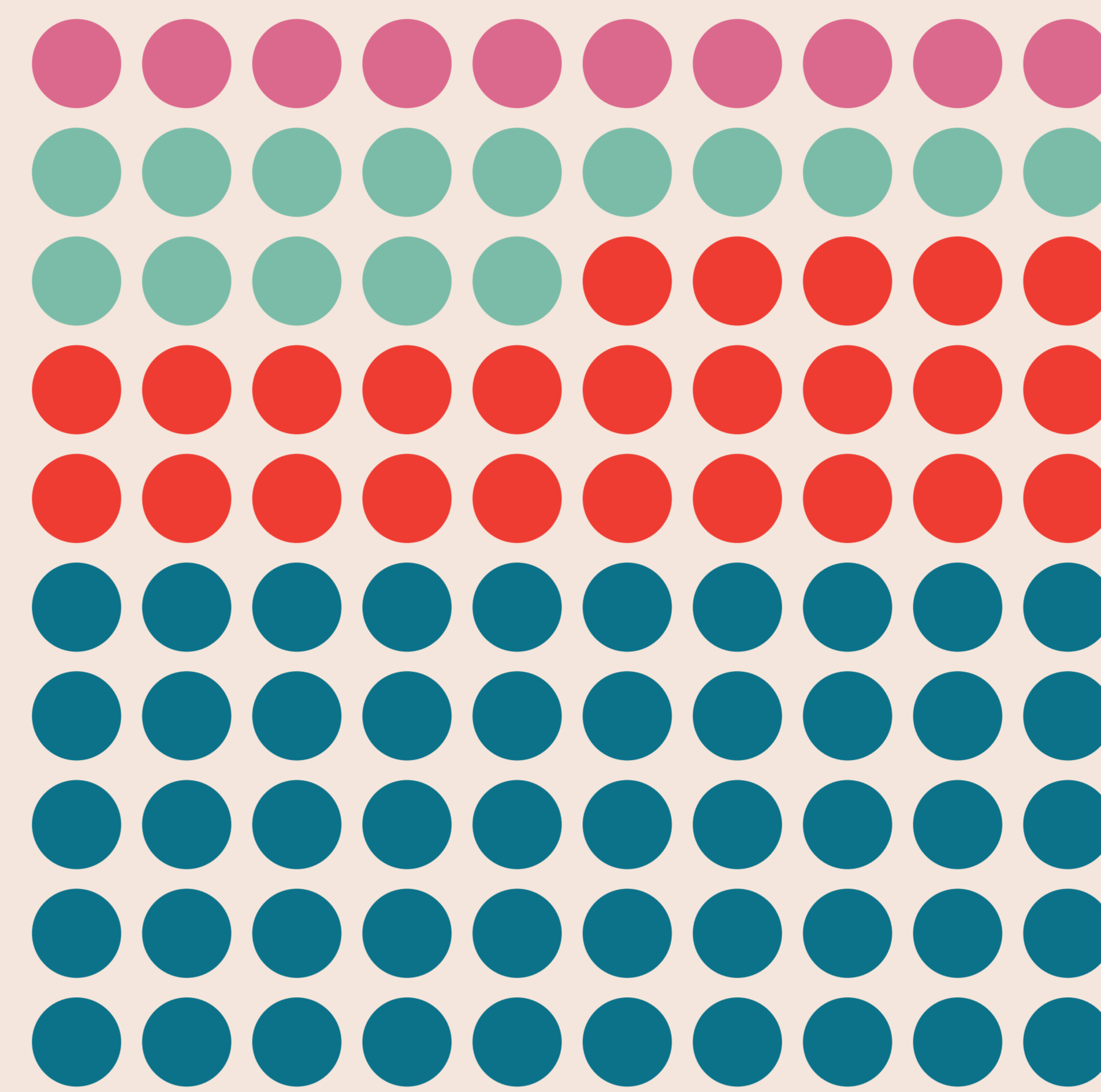
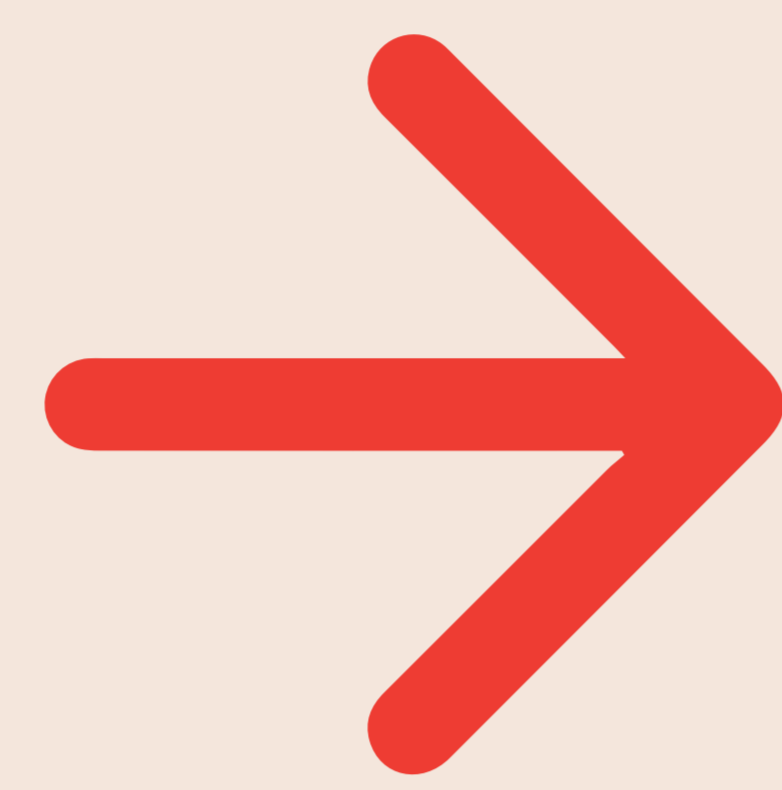
## ¿DE QUÉ DEPENDE NUESTRA SALUD?

### Zergatik daude pertsona batzuk osasuntsu eta beste batzuk gaixo?

Gure osasunean gehien eragiten duten faktoreak genetikaren eta osasun-arretaren ingurukoak direla pentsatu ohi dugu. Baina, erreparatu grafiko honi:

### ¿Por qué unas personas están sanas y otras enfermas?

Solemos pensar que lo que más influye en nuestra salud son los factores genéticos y la asistencia sanitaria. Sin embargo, fíjate en este gráfico:



1. figura. Osasunean eragiten duten faktoreen ekarpen erlatiboaren zenbatespena.  
Figura 1. Estimación de la contribución relativa de diferentes factores en la salud.

Iturria/ Fuente: Canadian Institute of Advanced Research (2012)

Gure osasunaren %25a bakarrik dago osasun sistemaren esku, eta %50 baino gehiago, ordea, ingurumena eta ezaugarri sozioekonomikoen menpe dago.

Solo el 25% de nuestra salud depende del sistema sanitario y sin embargo, y más del 50% del entorno y características socioeconómicas.

Faktoreak/ Factores:

- %10 Ingurumena Ambientales
- %15 Genetika Genéticos
- %25 Osasun arreta Atención sanitaria
- %50 Sozioekonomikoak Socioeconómicos

Egia esan, gure osasun eta ongizate egoeran gehien eragiten duten faktoreak bizitzeko, lan egiteko edo dibertitzeko ditugun gizarte-baldintzak dira! Erlazio hau osasunaren gizarte-baldintzatzaileen gisa ezagutzen dugu.

¡En realidad, los factores que más influyen en nuestro estado de salud y bienestar son las condiciones sociales en las que vivimos, trabajamos y nos divertimos! Es lo que conocemos como **determinantes sociales de la salud**.

### Baina, zeintzuk dira osasunaren gizarte-baldintzatzaileak?

Gure osasuna norbanakoen faktoreek determinatzeaz gain (adina, sexua, faktore hereditarioak), beste faktore sozial ugari ere eragiten dute: gure bizi-ohiturek, harremantzeko moduak, lan-baldintzek, hirien ezaugarriak, jasotako hezkuntzak edota bizi dugun sistema politiko eta ekonomikoak, besteak beste.

2. irudia. Osasunaren Gizarte Determinatzaileen eredu.  
Figura 2. Modelo de los Determinantes Sociales de la Salud.

Iturria/ Fuente: Dalghren&Whitehead, 1991



### Pero, ¿cuáles son esos determinantes sociales de la salud?

La salud está relacionada con factores cercanos al individuo (edad, sexo, factores hereditarios) pero por encima de eso actúan otros factores sociales como los hábitos de vida, las relaciones sociales, las características de nuestros trabajos y de las ciudades en las que vivimos, la educación, o el sistema político y económico en el que vivimos.

Osasunaren gizarte-baldintzatzaileei buruz gehiago/ Más sobre los determinantes sociales de la salud: [www.oseki.eus](http://www.oseki.eus)

### Osasunaren gizarte-baldintzatzaileei buruzko zenbait datu gure testuinguruan

#### Algunos datos sobre los determinantes sociales de la salud en nuestro contexto

##### Bakardadea eta osasuna

Ba al zenekien Euskadin bakarrik sentitzen diren pertsonak osasun txar orokorra izateko aukera bikoitza dutela, eta osasun mental txarra izateko ia laukoitza? Gainera, bakardadeak osasunean duen eragina are handiagoa da gazteen artean.

##### Soledad y salud

¿Sabías que en Euskadi las personas que se sienten solas tienen el doble de posibilidades de tener mala salud general y casi cuatro veces más de tener mala salud mental? El impacto de la soledad en la salud es todavía mayor en las personas más jóvenes.

Iturria/ Fuente: Martin y Gonzalez-Rábago, 2022

##### Lan prekarietatea

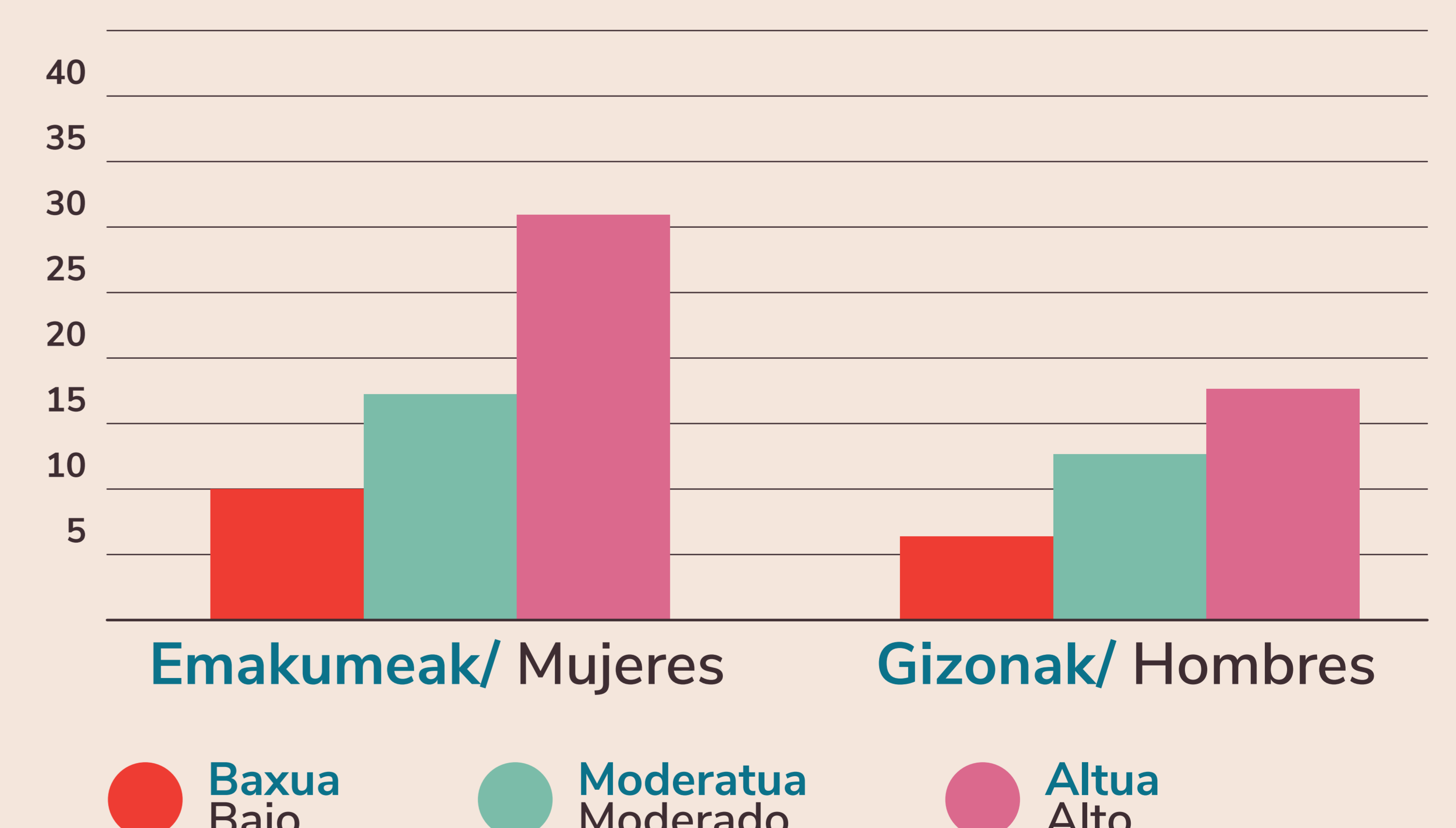
Osasun mentala okerragoa da langile prekarioen artean. Izan ere, osasun mental txarra 3 bider maizagoa da lan-prekarietate handia pairatzen duten pertsonen artean.

##### Precariedad laboral

La precariedad laboral afecta a la salud mental. De hecho, la mala salud mental es tres veces más frecuente entre quienes sufren un nivel alto de precariedad laboral.

Iturria: OPIKek egina EAEko 2023ko Osasun Inkestako datuak baliatuta/ Fuente: Elaborado por OPIK a partir de los datos de la ESCAV 2023

1. grafikoak. Osasun mental txarra duten pertsonen ehunekoa, lan-prekarietatearen eta sexuaren arabera. Euskadi 2018. Osasun mental txarra duten pertsonen ehunekoa, lan-prekarietatearen eta sexuaren arabera. Euskadi 2018. Gráfico 1. Porcentaje de personas con mala salud mental por nivel de precariedad laboral y sexo. Euskadi 2018. Porcentaje de personas con mala salud mental por nivel de precariedad laboral y sexo. Euskadi 2018.



# NOLA ERAGITEN DU HIRIAK ZURE OSASUNEAN?

B

Bilbao

## ¿CÓMO AFECTA LA CIUDAD A TU SALUD?

### Osasunaren hiri baldintzatzaileak Determinantes urbanos de la salud

- **Etxebizitza baldintza txarrak**  
Malas condiciones de vivienda
- **Ariketa fisiko eza**  
Falta de actividad física
- **Airearen kutsadura**  
Contaminación del aire
- **Zarata**  
Ruido
- **Espazio naturalen eza**  
Falta de espacios naturales
- **Kohesio sozial eza**  
Falta de cohesión social
- **Beroa**  
Calor

#### Burua Cabeza

- **Dementia**  
Demencia
- **Narriadura kognitiboa**  
Deterioro cognitivo
- **Gaixotasun neurodegeneratiboak**  
Enfermedades neurodegenerativas
- **Osasun mentaleko arazoak**  
Problemas de salud mental
- **Iktusa**  
Ictus
- **Garuneko hodietako gaixotasunak**  
Enfermedades cerebrovasculares
- **Autismoa eta jokabide-arazoak haurrengan**  
Autismo y problemas de conducta en niños
- **Tinnitus edo gorrieria**  
Tinnitus o sordera
- **Errendimendu kognitiboa murriztea**  
Reducción del rendimiento cognitivo

#### Bularra Pecho

- **Bularreko minbizia**  
Cáncer de mama

#### Orokorrean eta bestelakoak General u otros

- **Obesitatea**  
Obesidad
- **Diabetesa**  
Diabetes
- **Sindrome metabolikoa**  
Síndrome metabólico
- **Eragozpenak, estresa**  
Molestias, estrés
- **Loaren nahasmendua**  
Trastorno del sueño
- **Laneko eta trafikoko istripuek eragindako lesioak**  
Lesiones por accidentes de trabajo y de tráfico
- **Koloneko minbizia**  
Cáncer de colon
- **Hantura sistemikoa**  
Inflamación sistémica
- **Osasun-egoera orokor okerragoa**  
Peor estado de salud general
- **Hilkortasunaren hazkundera**  
Incremento de la mortalidad
- **Alergiak**  
Alergias
- **Erorketa arriskuak**  
Riesgo de caídas
- **Gaixotasun infektziosak**  
Enfermedades infecciosas
- **Sedentarietatea**  
Sedentarismo

#### Arnas aparatua Aparato respiratorio

- **Biriketako gaixotasun buxatzaile kronikoa (BGBK)**  
Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC)
- **Asma**  
Asma
- **Arnas gaixotasunak**  
Enfermedades respiratorias
- **Pneumonia**  
Neumonía
- **Biriketako minbizia**  
Cáncer de pulmón
- **Rinitisa**  
Rinitis
- **Bronkitis kronikoa**  
Bronquitis crónica

#### Bihotza Corazón

- **Miokardio-infartua**  
Infarto de miocardio
- **Arritmia**  
Arritmia
- **Bihotzeko kongestio-akatsa**  
Fallo congestivo cardíaco
- **Gaixotasun kardiobaskularrak**  
Enfermedades cardiovasculares

#### Azala Piel

- **Ekzema**  
Eczema

#### Ugaltze-aparatua eta fetua Aparato reproductor y feto

- **Jaiotza goiztiarra**  
Nacimiento prematuro
- **Pisu txikia jaiotzean**  
Peso reducido al nacer
- **Aurrelampsia**  
Preclampsia
- **Espermaren kalitatea murriztea**  
Reducción en la calidad del esperma

#### Arteriak Arterias

- **Hipertentsioa**  
Hipertensión
- **Tronbosi benoso sakona**  
Trombosis venosa profunda

Iturria: ISGlobaletik egokitua, 2018  
Fuente: Adaptado de ISGlobal, 2018

REFERENCIAS INCLUIDAS EN ISGlobal 2018-EN ERANTSITAKO ERREFERENTZIAK  
Gehitutakoak/ Añadidas:  
Sharpe RA, et al. 2018 · Gupta A, et al. 2018 · Bevan R, et al. 2019 · Bonnefoy X, 2007 · Molina SJ, et al. 2022 · Tham S, et al. 2020 · Taylor J, et al. 2018 · World Health Organization. 2018 · Swope CB, et al. 2020 · Somerville M, et al. 2000 · Ige J, et al. 2019 · Krieger J, et al. 2011 · Capasso L, et al. 2021 · Osibona O, et al. 2021 · Appolloni L, et al. 2021 · Dietz E, et al. 2014 · Maai CM, et al. 2011 · Holt-Lunstad J, et al. 2010 · Ruiz-Apiliáñez Corrobano B, et al. 2022 · Moura F, et al. 2017 · Amerio A, et al. 2020 · Dietz L, et al. 2020 · WHO Europe. 2007 · Carrere J, et al. 2021 · Pollimeni JM, et al. 2022 · Zimmer Z, et al. 2003 · Krueger KR, et al. 2009 · Meredith SJ, et al. 2023 · Lara E, et al. 2019 · Duh-Leong C, et al. 2021 · Lee YH. 2020 · Acclio MD, et al. 1998 · De Cauwelaere W, et al. 2011 · Schwalm JD, et al. 2019 · Teasell R, et al. 2019

II OSASUN UDAL PLANA

II PLAN MUNICIPAL DE SALUD



# BIZI-BALDINTZEN ARTEKO DESBERDINTASUNAK OSASUNENK GIZARTE DESBERDINTASUN BIHURTZEN DIRA



## LAS DIFERENCIAS EN LAS CONDICIONES DE VIDA SE TRANSFORMAN EN DESIGUALDADES SOCIALES EN SALUD

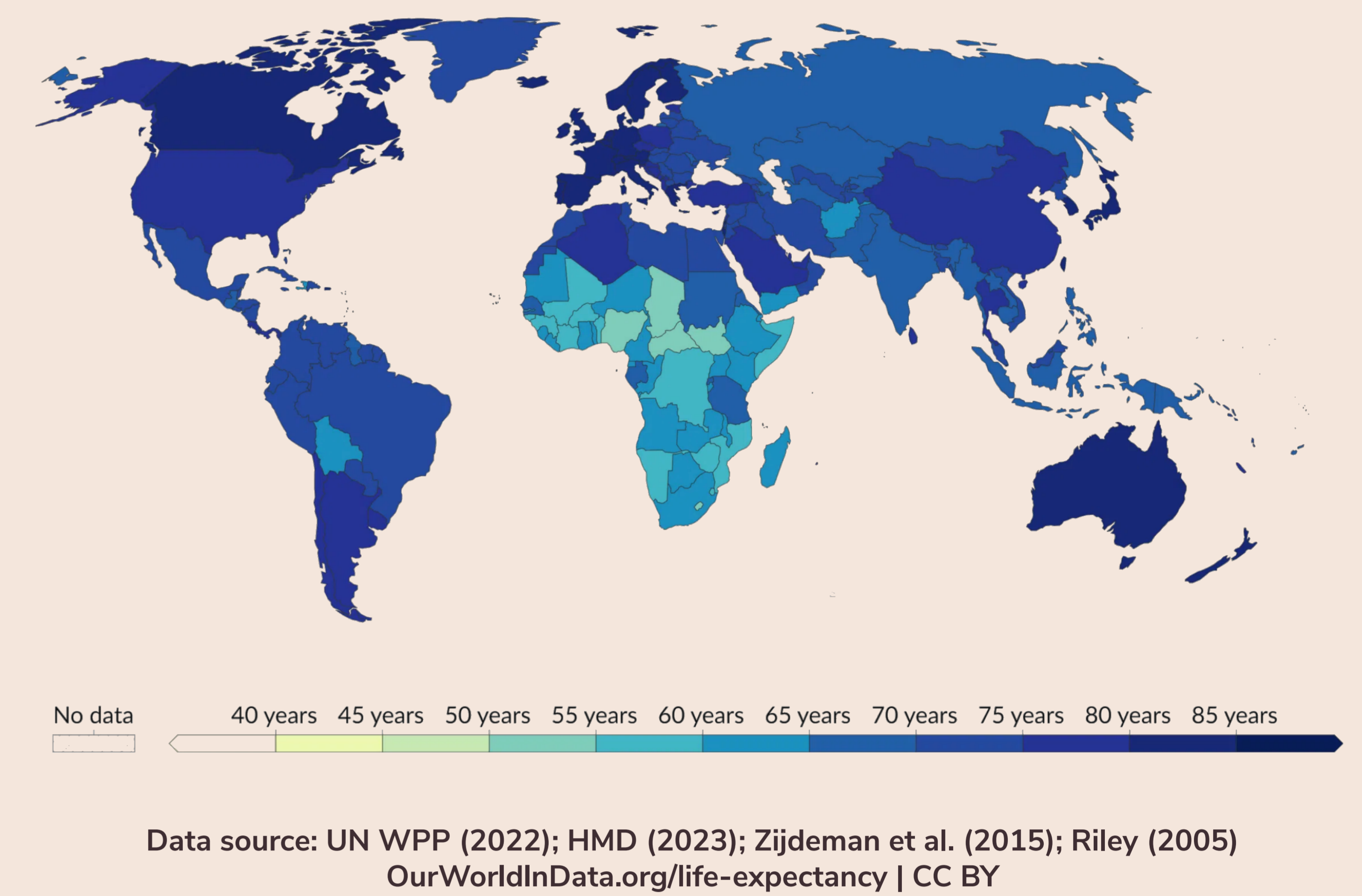
### Gizarte-desberdintasunek kalte handia egiten diote gure osasunari

Bitzita luzea eta osasuntsua izateko aukera zure egoera sozialaren arabera da, hau da, zure klase sozialak, etniak, ikasketa-mailak, generoak edo jaiotze-herrialdeak baldintzatzen dute zure osasuna. Osasunean ematen diren desberdintasunak dira, seguruenik, okerrenak, izan ere, pobrea izateagatik lehenago hiltzeko eta osasun-egoera txarrean bizitzeko aukera gehiago daude. Adibidez, munduko bizi-itxaropenak herrialdeen arteko alde izugarriak erakusten dizkigu.

### La desigualdad social perjudica seriamente la salud

La oportunidad de tener una vida larga y saludable depende de tu condición social, es decir, cuestiones como tu clase social, etnia, nivel de estudios, género o lugar de nacimiento determinan tu salud. La desigualdad en salud es quizá la peor de las desigualdades, ya que supone que por ser pobre hay un mayor riesgo de morir antes y vivir con mayor enfermedad. Por ejemplo, existen enormes diferencias entre países cuando observamos la esperanza de vida.

1. mapa. Jaiotzetiko bizi-itxaropena herrialdeka, 2021.  
Mapa 1. Esperanza de vida al nacer por países, 2021.



### Baina, hau Euskadin ere gertatzen al da?

### Pero, ¿esto pasa también en Euskadi?

- Euskadiko auzo batean edo bestean jaiotzeak 8 urte arteko bizi-galera ekar dezake.
- Desberdintasun sozialek osasunean duten eragina: desberdintasunak ezabatzeak Euskadiko heriotzen % 20 saihestera eramango luke. Egutero 11 pertsona hiltzen dira Euskadin osasun-desberdintasunaren ondorioz.
- Nacer en un barrio u otro de Euskadi puede suponer perder hasta 8 años de vida.
- Impacto de las desigualdades sociales en la salud: eliminar las desigualdades sociales llevaría a evitar el 20% de las muertes en Euskadi. 11 personas al día mueren en Euskadi a causa de la desigualdad en salud.

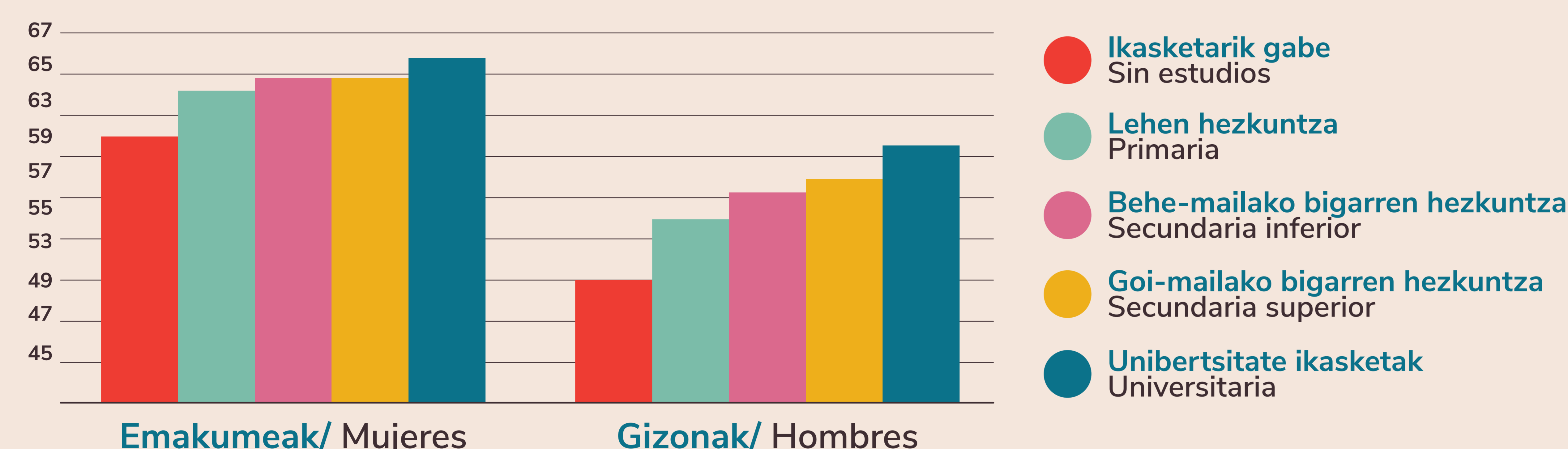
• EAEko osasun-arrakala: ikasketa-mailetak aldeek 6 urteko bizi-itxaropena suposatzen dute (1. Grafikoa).

• Existen hasta 6 años de diferencia en la esperanza de vida según el nivel educativo (Gráfico 1).

• Osasuneko desberdintasunak heredatu egiten dira: amaren baitan gaudenean ere, gure osasunak gure amaren gizarte-testuingurua txertatzen du. Pisu txikiarekin jaiotzeko arriskua amaren ikasketa-mailarekin lotzen da (2. Grafikoa).

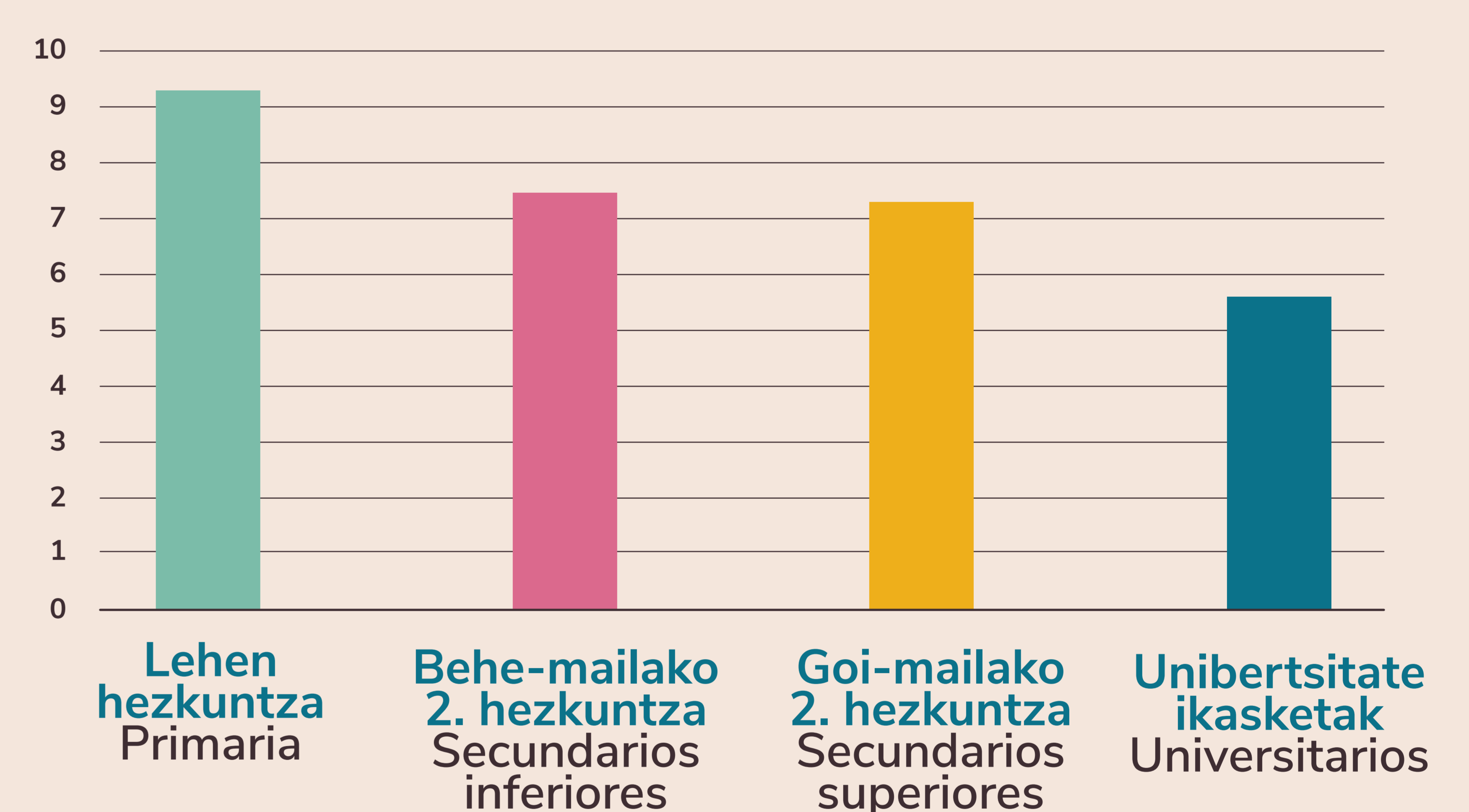
• Las desigualdades en salud se heredan, incluso cuando estamos en el seno materno, nuestra salud incorpora el contexto social de nuestra madre. El riesgo de nacer con bajo peso se relaciona con el nivel de estudios de la madre (Gráfico 2).

1. grafikoa. 25 urtekoen bizi itxaropena ikasketa maila eta sexuaren arabera. Euskadi 2011-2016.  
Gráfico 1. Esperanza de vida a los 25 años por nivel de estudios y sexo. Euskadi 2011-2016.



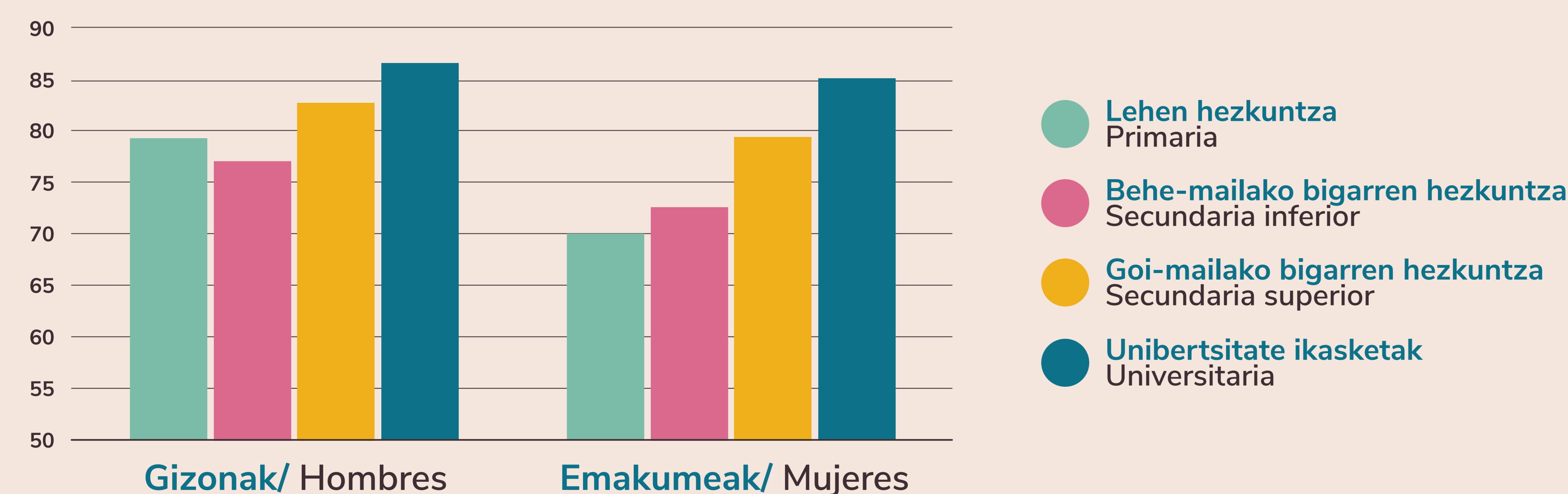
Iturria: OPIKek egina Osasun Sailaren datuak baliatuta  
Fuente: Elaborado por OPIK a partir de los datos del Departamento de Salud

2. grafikoa. Pisu txikiko jaiotzen ehunekoa Euskadin amaren ikasketa-mailaren arabera. 2023.  
Gráfico 2. Porcentaje de nacimientos con bajo peso según nivel de estudios de la madre. Euskadi, 2023.



Iturria: OPIKek egina INEko jaiotze estadistika abiatuta  
Fuente: elaborado por OPIK a partir de los datos de nacimiento del INE

3. grafikoa. Osasun maila onaren pertzepzioa ikasketa maila eta sexuaren arabera. Euskadi 2023.  
Gráfico 3. Percepción de buena salud según sexo y nivel de estudios. Euskadi, 2023.



Iturria: OPIKek egina Euskadiko 2023ko Osasun Inkestatik abiatuta  
Fuente: Elaborado por OPIK a partir de la ESCAV 2023

Gainera, ez da aberats eta pobreen kontua bakarrik, osasun desberdintasunek gizarte osoa zeharkatzen dute, eta klase guztietan, eskala-soziala jaisteak osasunaren okertzea dakar. 3. grafikoa ikusi daiteke nola klase sozialak behera egin ahala osasun maila txarrak gora egiten duen.

Además, no es una cuestión solo de ricos y pobres, la desigualdad en salud atraviesa toda la sociedad, y en todas las clases, descender en la escala social supone un empeoramiento de tu salud. En el gráfico 3 se ve cómo a medida que desciende la clase social aumenta la mala salud.



# NOLAKOA DA BILBOKO BIZTANLERIAREN OSASUN EGOERA?

## ¿CÓMO ES LA SALUD DE LA POBLACIÓN BILBAÍNA?

Bilboko herritarren osasuna, oro har, nahiko ona da. 2022-2024an, gizonen bizi-itxaropena 81,3 urtekoa izan zen, eta 86,9 urtekoa emakumeen kasuan. Urte horietatik, gehienak osasun onean bizitzea espero da (71 gizonetan eta 70,4 emakumeetan).

La salud de la población bilbaína es en general bastante buena. En 2022-2024, la esperanza de vida (EV) al nacer en los hombres fue de 81,3 años y de 86,9 años en las mujeres. De esos años, la mayor parte se espera vivir en buena salud (71 en hombres y 70,4 en mujeres).

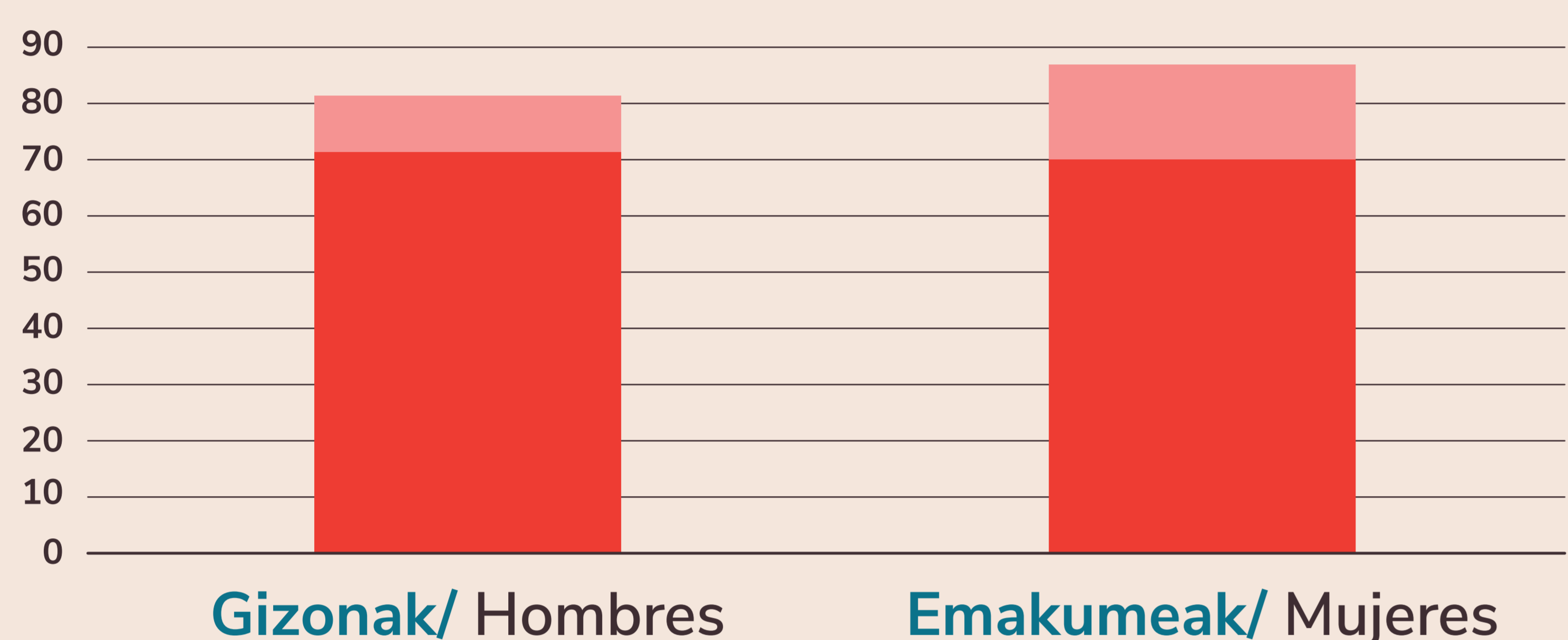
Gainera, 2014 eta 2023 artean, bizi itxaropena 1,5 urte handitu da gizonetan eta 0,4 emakumeetan. Urtero, Bilboko herritarrek 1,4 hilabete gehiago eskuratu dute.

Además, entre 2014 y 2023, ésta ha aumentado 1,5 años en hombres y 0,4 en mujeres. Cada año, la población de Bilbao ha ganado alrededor de 1,4 meses de vida.

Bilbon jaiozako bizi-itxaropena EAE osokoa baino zertxobait txikiagoa da: 0,8 puntu txikiagoa emakumeen kasuan eta 0,4 puntu txikiagoa gizonen kasuan.

La esperanza de vida al nacer en Bilbao es ligeramente inferior a la del conjunto de la CAV: 0,8 puntos menor en el caso de las mujeres y 0,4 en el caso de los hombres.

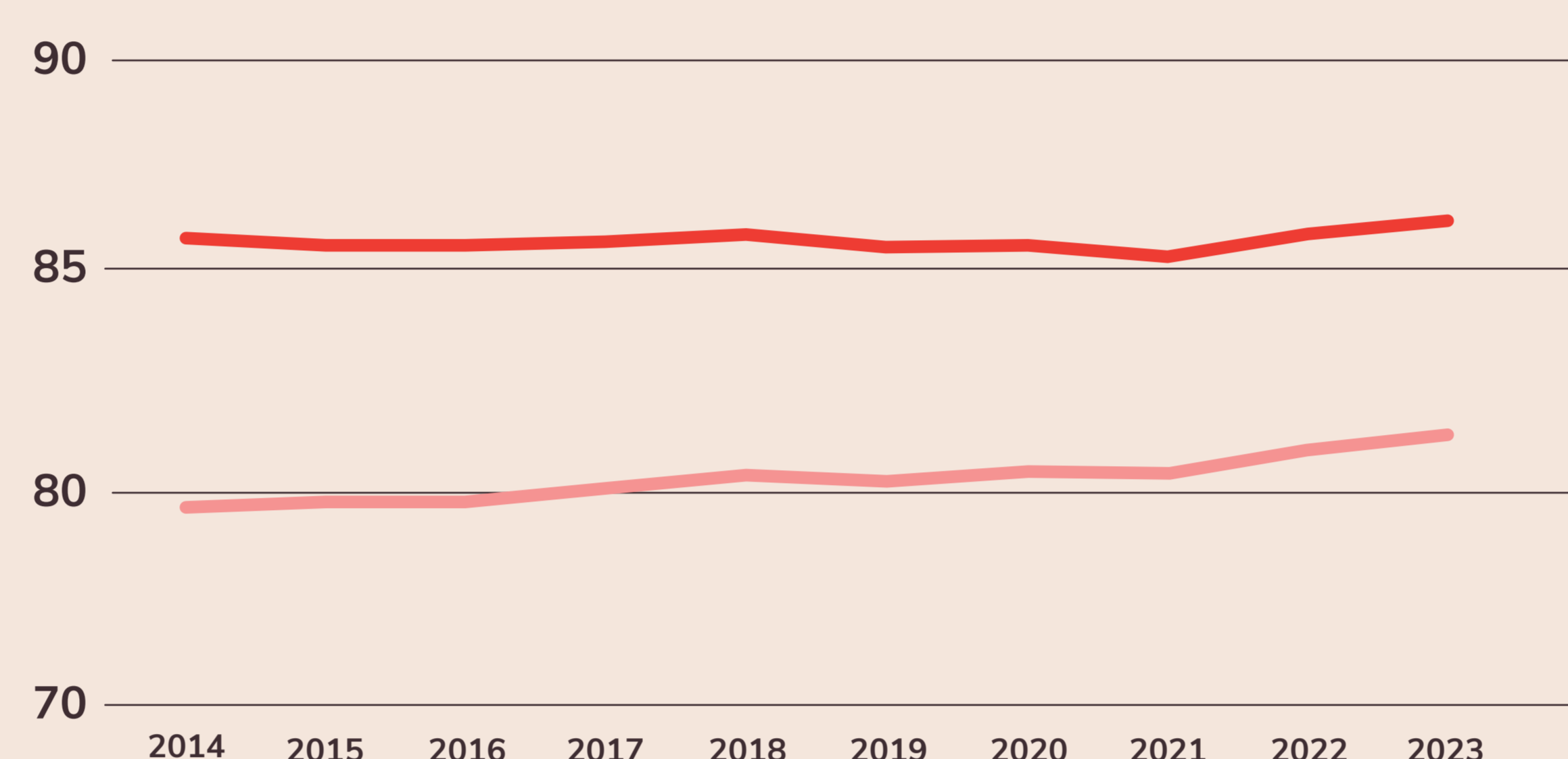
4. grafikoa. Bizi-itxaropena orotara (barra) eta osasun onean edo txarrean bizitzeko itxaropena, sexuaren arabera. Bilbo 2021-2024. Gráfico 4. Esperanza de vida total (barra) y esperanza de vida en buena y mala salud. Bilbao 2021-2024.



● Bizi itxaropena osasun-egoera txarrean  
Esperanza de vida en mala salud

● Bizi-itxaropena osasun-egoera onean  
Esperanza de vida en buena salud

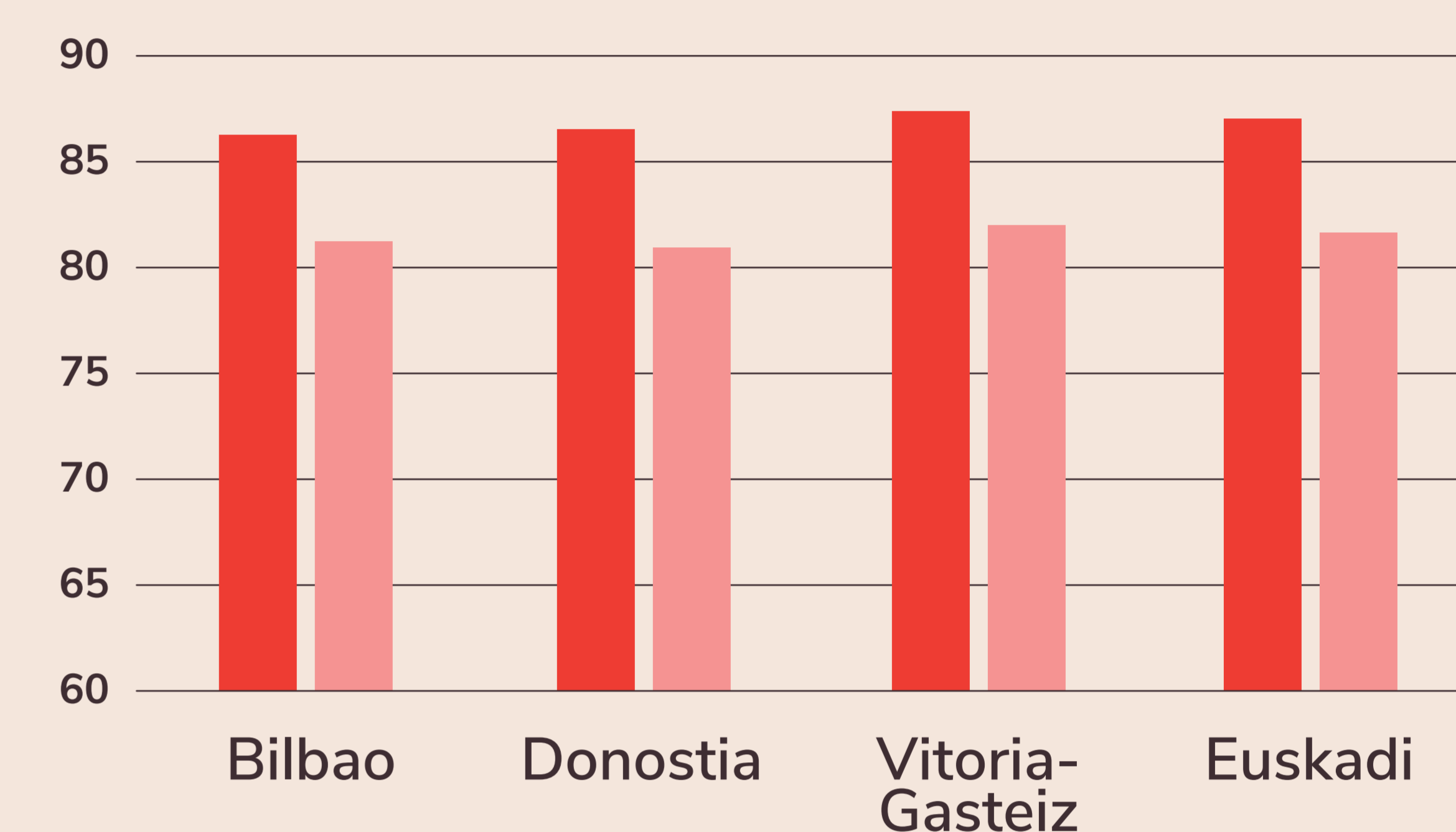
5. grafikoa. Jaiotzean duten bizi-itxaropenaren bilakaera, sexuaren arabera. Bilbo, 2014-2023. Gráfico 5. Evolución de la esperanza de vida al nacer por sexo. Bilbao, 2014-2023.



● Gizonak  
Hombres

● Emakumeak  
Mujeres

6. grafikoa. Bizi-itxaropena jaiotzean, hiriburuen arabera eta EAE osoan, 2023. Gráfico 6. Esperanza de vida al nacer por sexo. Capitales y conjunto de Euskadi, 2023.



● Gizonak  
Hombres

● Emakumeak  
Mujeres

Iturria: OPIKek egina, EUSTAT, INE eta Euskadiko Osasun Inkestatik abiatuta  
Fuente: Elaborado por OPIK a partir de los datos de EUSTAT, INE y Encuesta de Salud del País Vasco

Iturria: OPIKek egina, EInen hilkortasun-datueta oinarrituta  
Fuente: Elaborado por OPIK a partir de los datos de mortalidad del INE

Iturria: OPIKek egina, EInen hilkortasun-datueta oinarrituta  
Fuente: Elaborado por OPIK a partir de los datos de mortalidad del INE

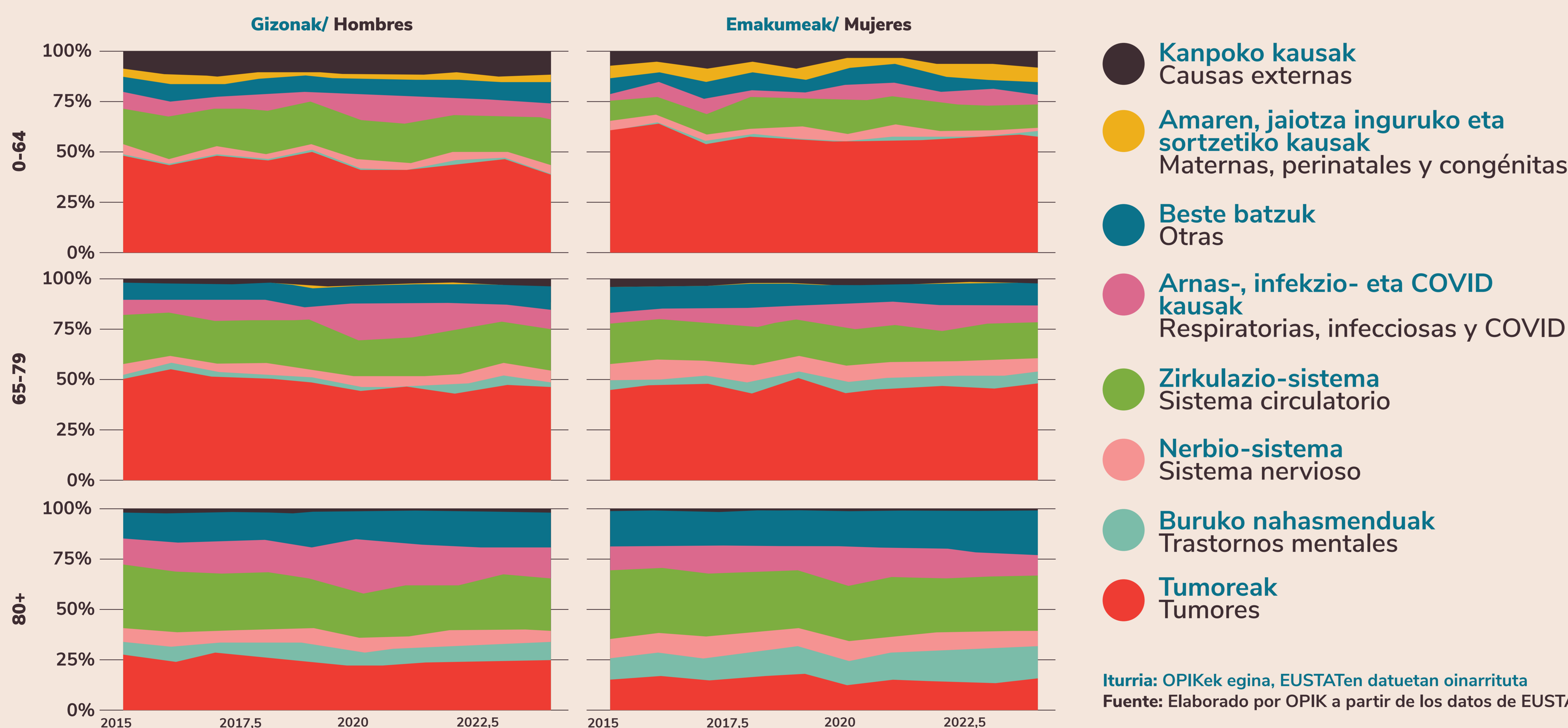
## Eta zeintzuk dira heriotza kausa nagusiak?

2015-2024 urteetan, tumoreak dira Bilboko heriotza-kausak nagusia 79 urtera arteko pertsonetan, eta 80 urtetik aurrera zirkulazio-sistemako gaixotasunak nagusitzen dira. 65 urtetik beherakoen artean, gizonak gehiago hiltzen dira kanpoko kausengatik (istripuak, suizidioak, etab.) emakumeak baino, eta hori da haien hirugarren heriotza-kausak. 2020-2021ean, COVIDak eraginda, gora egin zuten arnasketa- edo infekzio-arrazoiek eragindako heriotzek, 80 urtetik gorakoen artean.

## ¿Y cuáles son las principales causas de mortalidad?

En el periodo 2015-2024, la principal causa de muerte en Bilbao hasta los 79 años son los tumores, y a partir de los 80 años, ganan protagonismo las enfermedades del sistema circulatorio. Entre los menores de 65 años, los hombres mueren más por causas externas (accidentes, suicidios, etc.) que las mujeres, siendo esta su tercera causa de muerte. En 2020-2021 la COVID incrementó las muertes por causas respiratorias o infecciosas en los mayores de 80 años.

1. figura. Hilkortasunaren bilakaera kausaren arabera, sexuaren eta adin-taldearen arabera. Bilbo, 2015-2023. Figura 1. Evolución de la mortalidad según grandes causas por sexo y grupo de edad. Bilbao, 2015-2023.



● Kanpoko kausak  
Causas externas

● Amaren, jaiotza inguruko eta sortzetiko kausak  
Maternas, perinatales y congénitas

● Beste batzuk  
Otras

● Arnas-, infekzio- eta COVID kausak  
Respiratorias, infecciosas y COVID

● Zirkulazio-sistema  
Sistema circulatorio

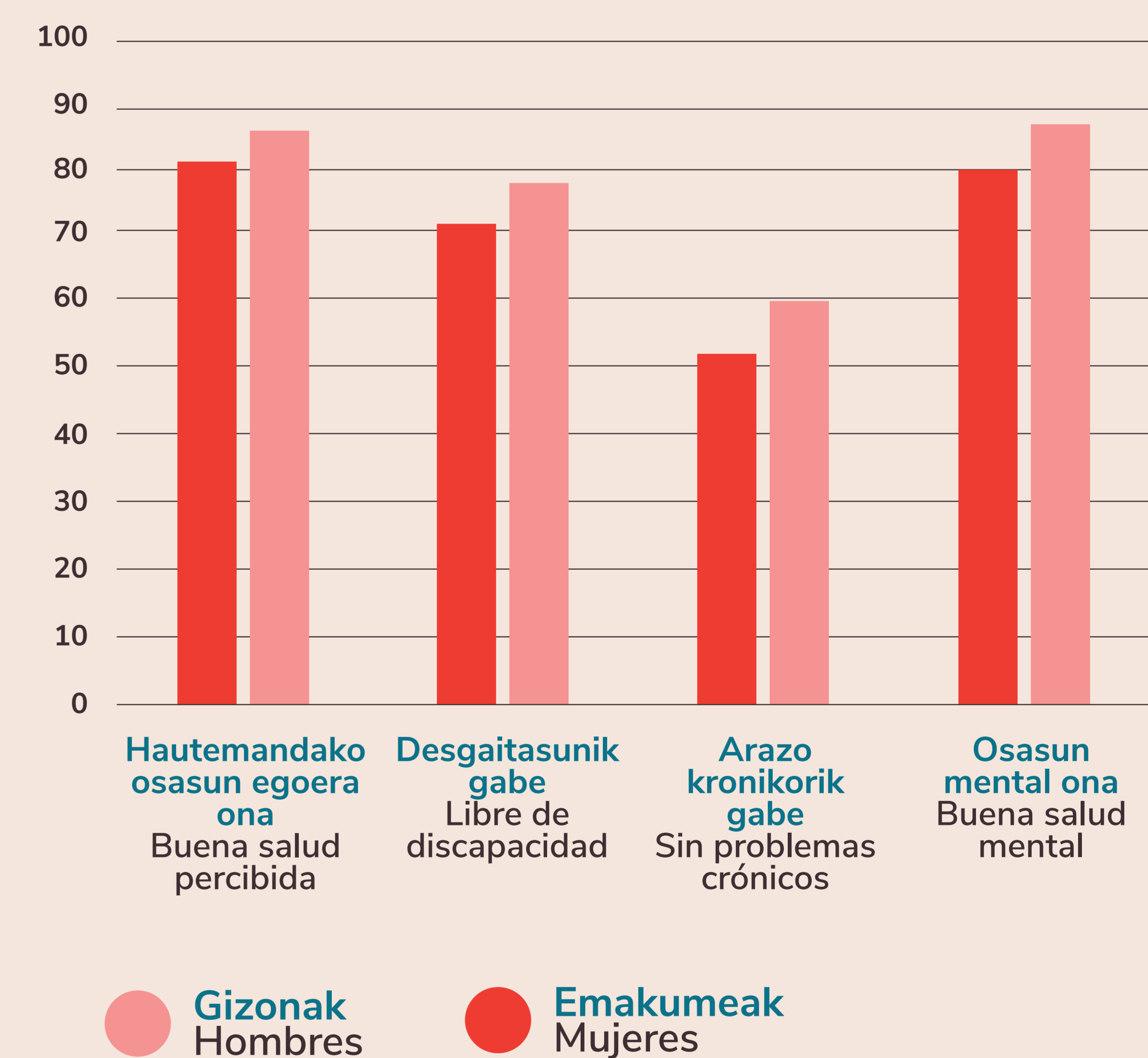
● Nerbio-sistema  
Sistema nervioso

● Buruko nahasmenduak  
Trastornos mentales

● Tumoreak  
Tumores

Iturria: OPIKek egina, EUSTATen datuetan oinarrituta  
Fuente: Elaborado por OPIK a partir de los datos de EUSTAT

7. grafikoa. Osasun-egoeraren adierazleak sexuaren arabera. Bilbo, 2018-2023. Gráfico 7. Indicadores de salud por sexo. Bilbao, 2018-2023.



Iturria: OPIKek egina Euskadiko 2023ko Osasun Inkestatik abiatuta  
Fuente: Elaborado por OPIK a partir de la ESCAV 2023

Bilbotarrei galdetuz gero, gehienek positiboki baloratzen dute beren osasun orokorra. Era berean, gehienek osasun mental ona dute eta desgaitasunik gabe daude. Hala ere, emakumeen ia erdiek eta gizonen % 40k arazo kronikoren bat dute.

Si preguntamos a la población bilbaína, la mayor parte valora positivamente su salud general. Asimismo, la mayoría tiene un buen estado de salud mental y está libre de discapacidad. Sin embargo, casi la mitad de las mujeres y el 40% de los hombres padece algún problema crónico.



# GIZARTE DESBERDINTASUNAK OSASUNEAN BILBON

## DESIGUALDADES SOCIALES EN SALUD EN BILBAO

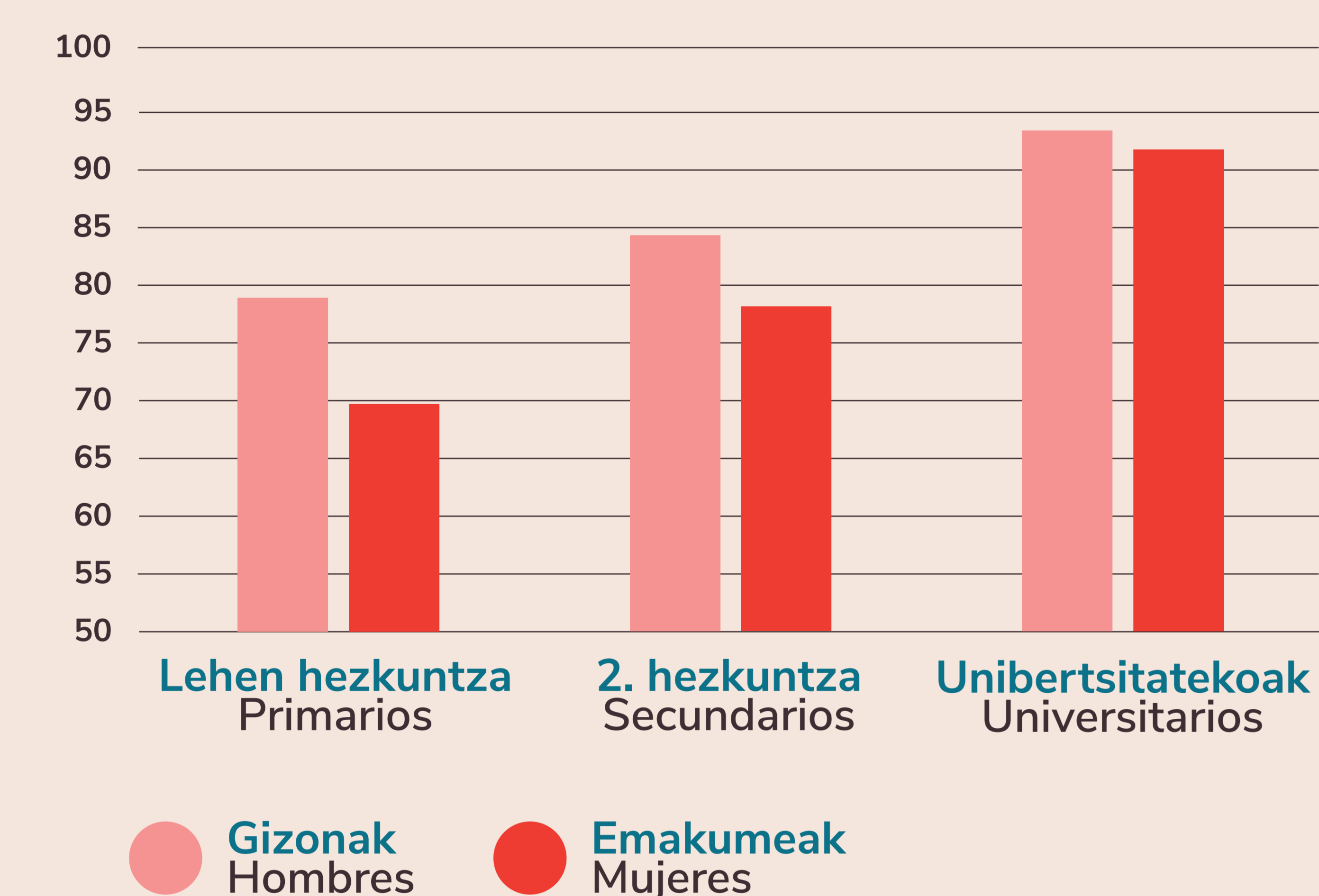
Bilboko biztanleen artean, **gizarte desberdintasunak daude osasunean**, eta, horren ondorioz, talde batzuek aukera gutxiago dituzte bizitza luze eta osasungarria izateko, beste talde batzuekin alderatuta.

Existen **desigualdades sociales en salud** en la población bilbaína, que hacen que algunos grupos tengan menos oportunidades de gozar de una vida larga y saludable con respecto a otros.

**Ikasketa-maila baxuagoa** duten pertsonak hautemandako **osasun okerragoa** dute, eta horrek hobera egiten du hezkuntza-maila handitu ahala.

Las personas con **menor nivel de estudios** tienen una **peor salud autopercebida**, que va mejorando a medida que aumenta el nivel educativo.

8. grafikoa. Hautemandako osasun ona sexuaren eta ikasketen mailaren arabera. Prebalentzia estandarizatuak. Bilbo, 2018-2023.  
Gráfico 8. Buena salud percibida según sexo y nivel de estudios. Prevalencias estandarizadas. Bilbao, 2018-23.

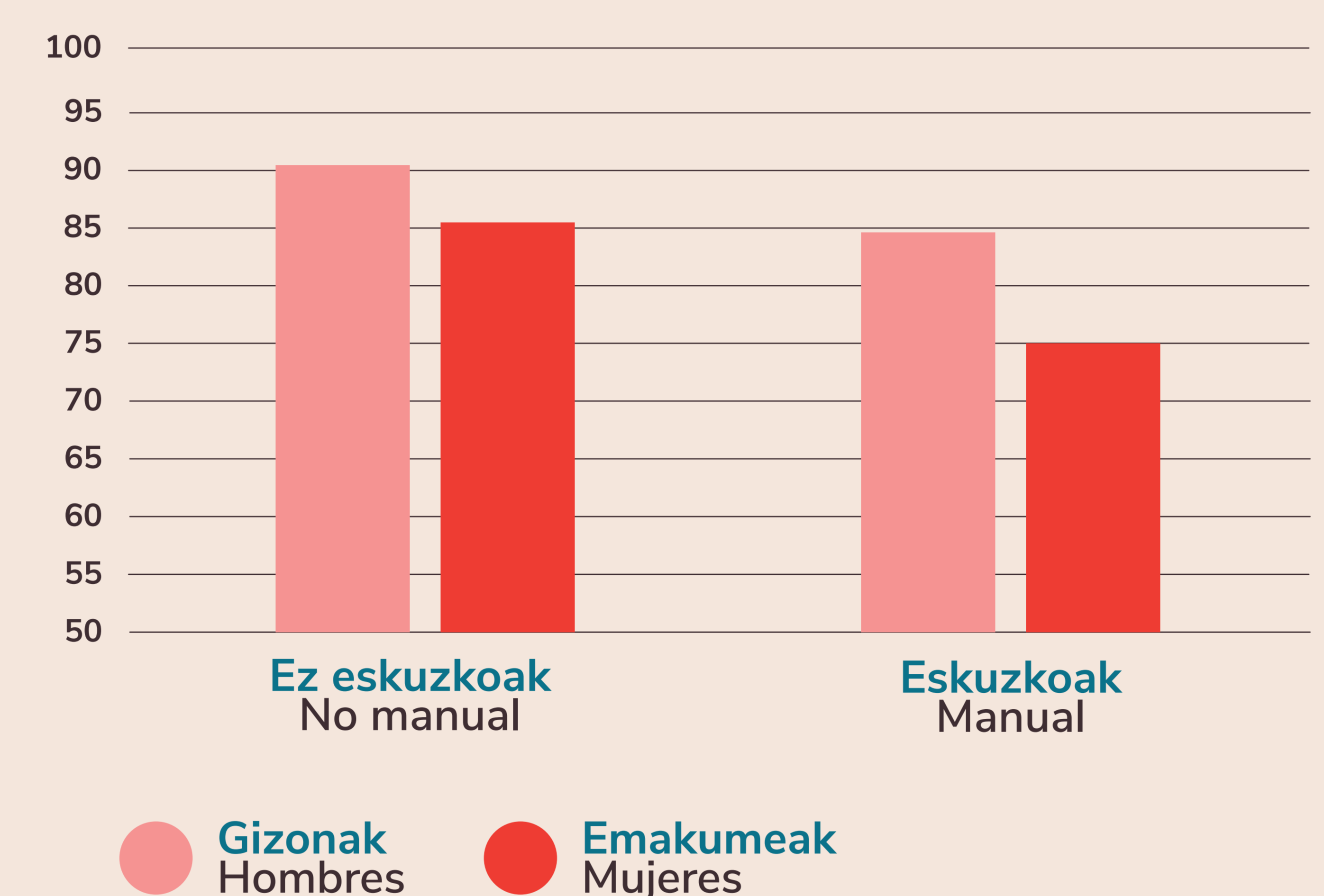


Iturria: OPIKek egina, EAEko Osasun Inkestaren datuetan oinarrituta (EAEIOI 2018-2023)  
Fuente: Elaborado por OPIK a partir de los datos de la ESCAV-18-23

Era berean, **klase sozial oneneko** pertsonak (ez eskuzkoek) **osasun mental egoera hobea** dute posizio sozioekonomiko txarrekoek baino (eskuzkoek).

De igual forma, las personas de **mejor clase social** (no manual) presentan un **mejor nivel de salud mental** que las de peor posición socioeconómica (manual).

9. grafikoa. Osasun mental egoera ona sexua eta lan motaren arabera. Prebalentzia estandarizatuak. Bilbo, 2018-2023.  
Gráfico 9. Buena salud mental según sexo y clase social ocupacional. Prevalencias estandarizadas. Bilbao, 2018-23.

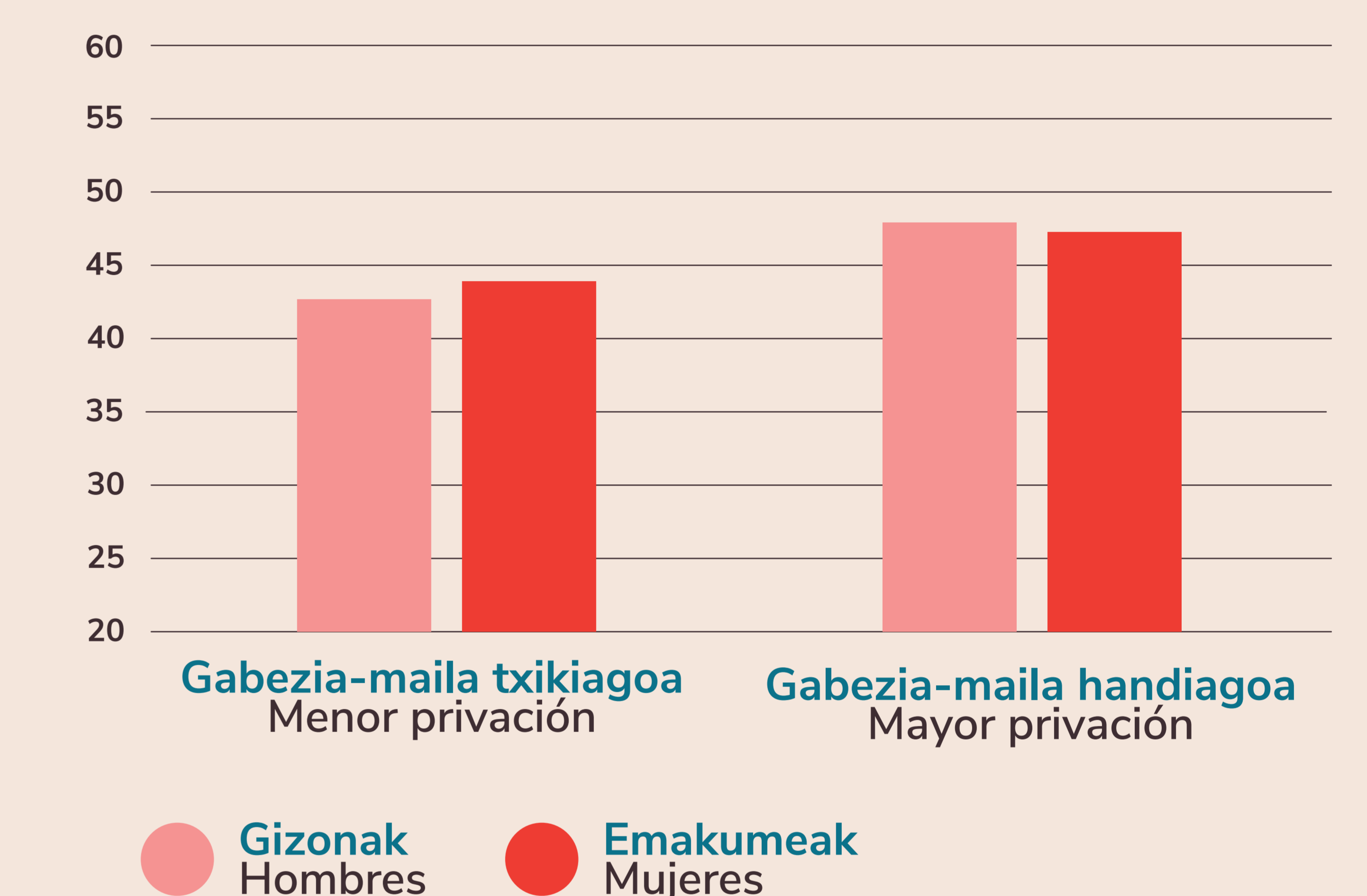


Iturria: OPIKek egina, EAEko Osasun Inkestaren datuetan oinarrituta (EAEIOI 2018-2023)  
Fuente: Elaborado por OPIK a partir de los datos de la ESCAV-18-23

**Arazo kronikoak**, bestalde, ohikoagoak dira **gabezia-maila handiagoa** duten lurraldeetan bizi diren pertsonen artean.

Los **problemas crónicos**, por su parte, también son más prevalentes entre las personas que residen en territorios con **mayor nivel de privación**.

10. grafikoa. Arazo kronikoak sexua eta bizitokiaren gabezia-mailaren arabera. Prebalentzia estandarizatuak. Bilbo, 2018-2023.  
Gráfico 10. Presencia de problemas crónicos según sexo y nivel de privación del área de residencia. Prevalencias estandarizadas. Bilbao, 2018-23.



Iturria: OPIKek egina, EAEko Osasun Inkestaren datuetan oinarrituta (EAEIOI 2018-2023)  
Fuente: Elaborado por OPIK a partir de los datos de la ESCAV-18-23

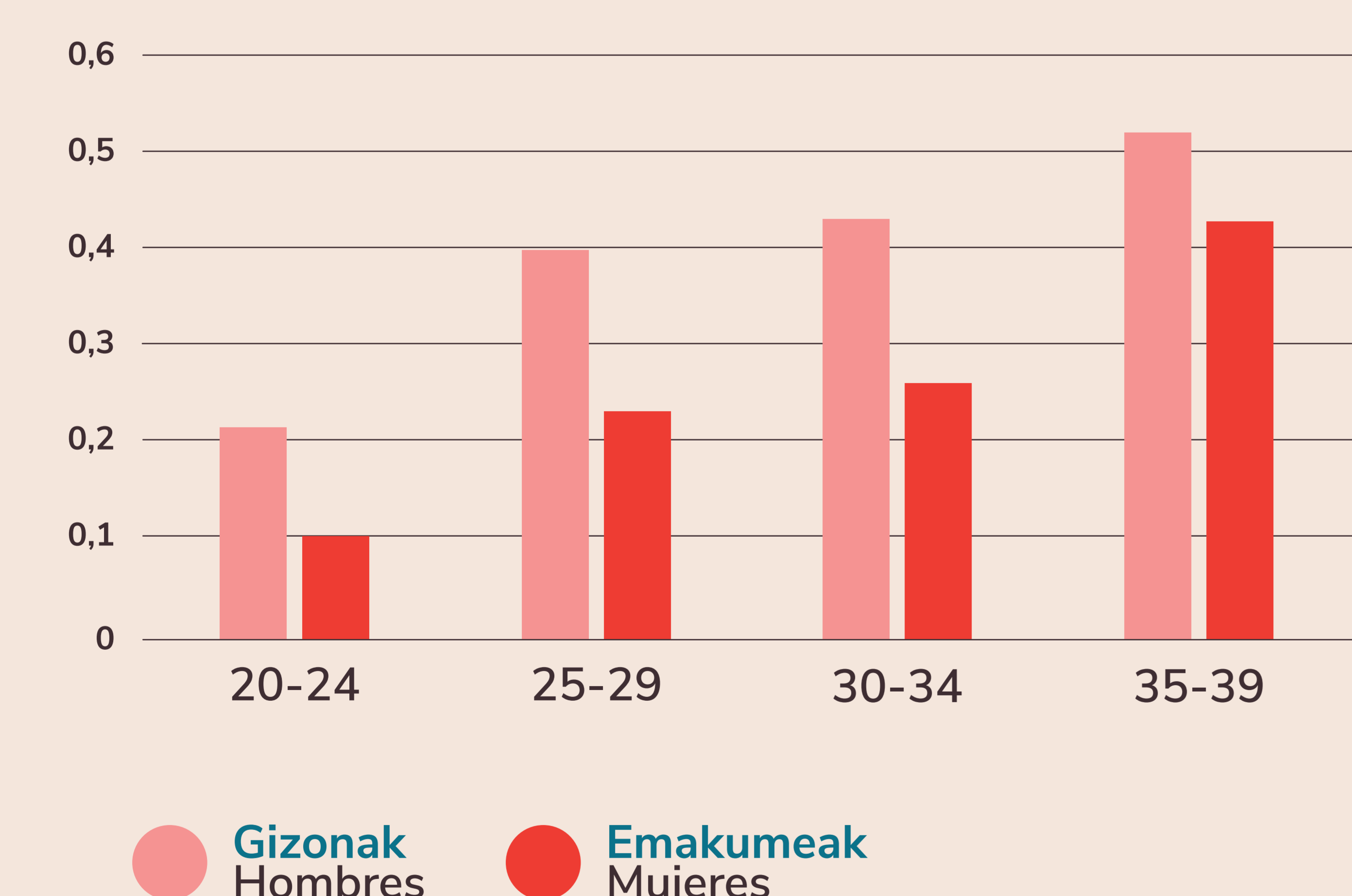
**Generoa** ere desperekotasun ardatzetako bat da, Bilbon ere ekitate eza eragiten duena gizon eta emakumeen artean.

El **género** también constituye un eje de desigualdad social que produce inequidades en salud en Bilbao.

Adin gazteetan, hilkortasuna 2 aldiz handiagoa da gizonen artean. Adin-talde horietan, heriotzak batez ere kanpoko arazoiek in lotuta daude.

En las edades jóvenes, la mortalidad es hasta 2 veces superior entre los hombres. En estos grupos de edad, las defunciones están fundamentalmente relacionadas con causas externas.

11. grafikoa. Hilkortasun tasa sexua eta adin-tartearen arabera gazteetan. Bilbo, 2019-2023.  
Gráfico 11. Tasa de mortalidad por sexo y grupos de edad jóvenes. Bilbao, 2019-2023.

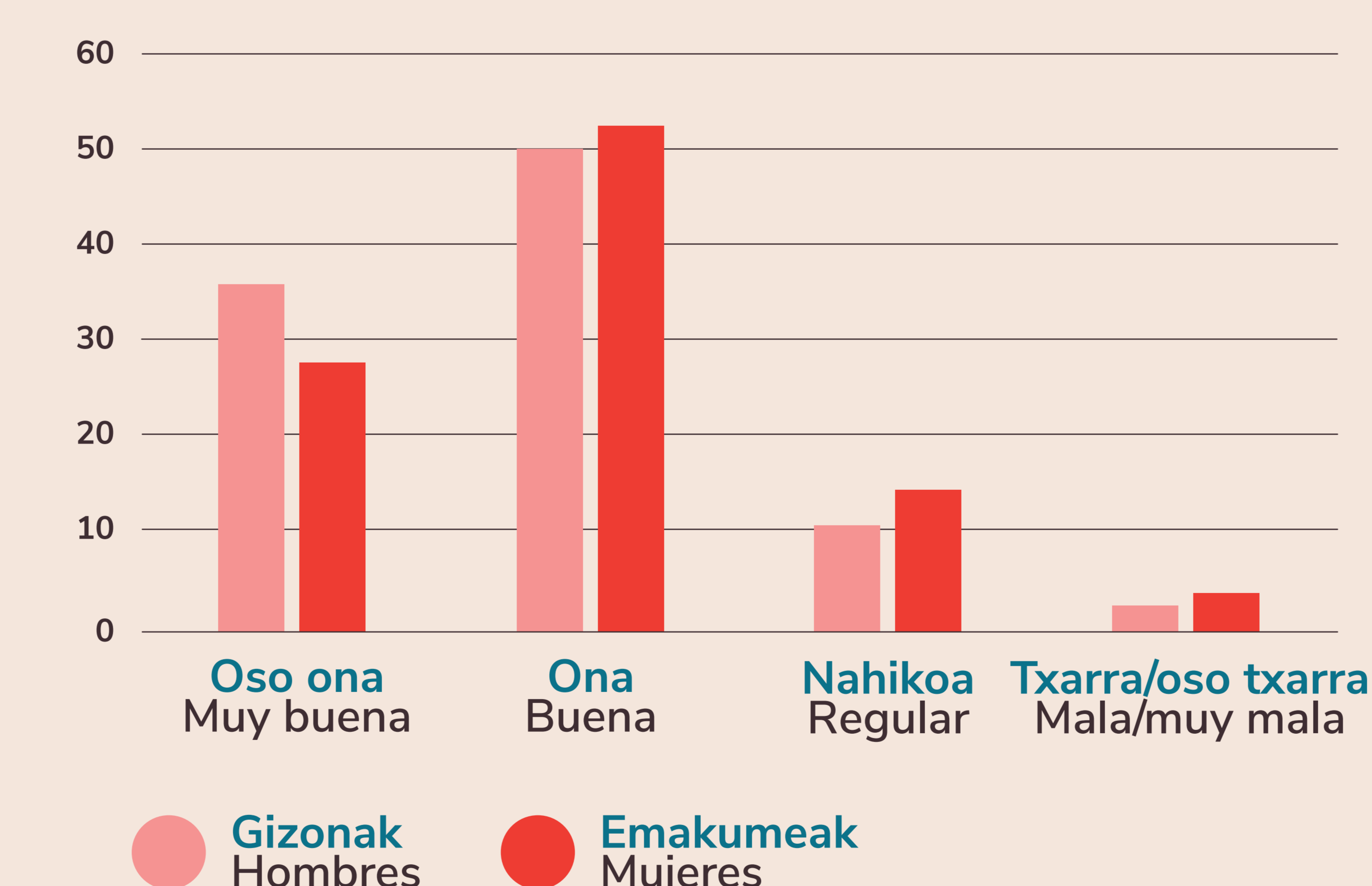


Iturria: OPIKek egina, INE-ko datuetan oinarrituta  
Fuente: Elaborado por OPIK a partir de los datos del INE

**Emakumeak gizonak baino urte gehiago** bizi dira, baina horietatik 16,5 **osasun txarrean** igarotzen dituzte, eta gizonak, aldiz, 10,3 urte.

Las **mujeres viven más** que los hombres, pero 16,5 de esos años **son en mala salud**, frente a los 10,3 años de mala salud de ellos.

12. grafikoa. Osasun-egoeraren autoebaluazioa sexuaren arabera. Bilbo, 2023.  
Gráfico 12. Autovaloración del estado de salud por sexo. Bilbao, 2023.

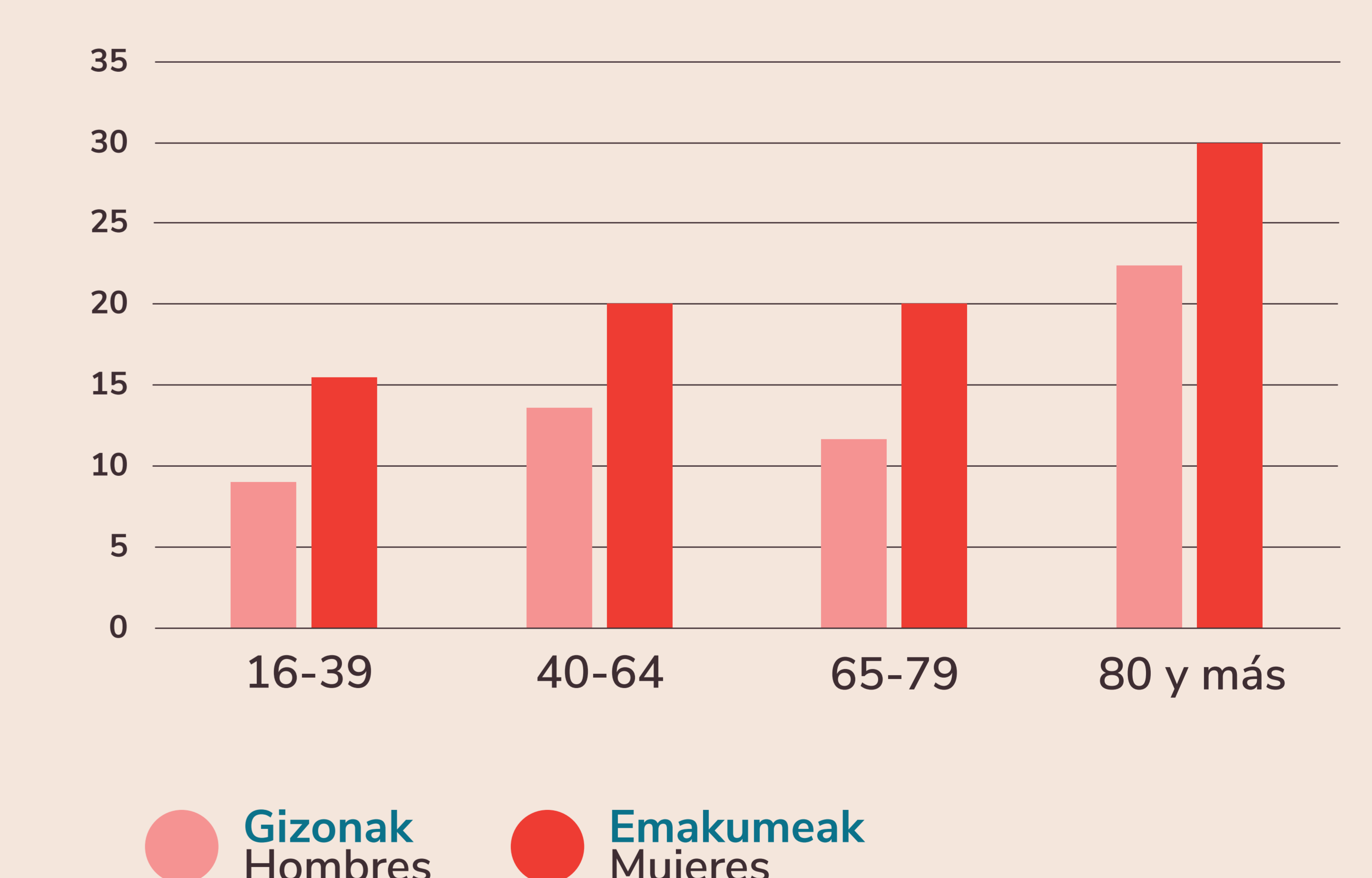


Iturria: OPIKek egina, EAEko Osasun Inkestaren datuetan oinarrituta, 2023  
Fuente: Elaborado por OPIK a partir de los datos de la ESCAV-2023

Gainera, **emakumeek okerrago baloratzen dute beren osasun-egoera** eta gizonak baina antsietate- eta depresio-arazo gehiago dituzte, adina edozein dela ere.

Además, **las mujeres valoran peor su estado de salud** y tienen más problemas de ansiedad y depresión que los hombres, independientemente de su edad.

13. grafikoa. Osasun mental txarra (antsietate eta depresioa) sexuaren eta adinaren arabera. Bilbo, 2018-2023.  
Gráfico 13. Mala salud mental (ansiedad y depresión) según sexo y grupo de edad. Bilbao, 2018-23.



Iturria: OPIKek egina, EAEko Osasun Inkestaren datuetan oinarrituta (EAEIOI 2018-2023)  
Fuente: Elaborado por OPIK a partir de los datos de la ESCAV-18-23



# BILBON OSASUNA AUZOAREN ARABERAKOA DA

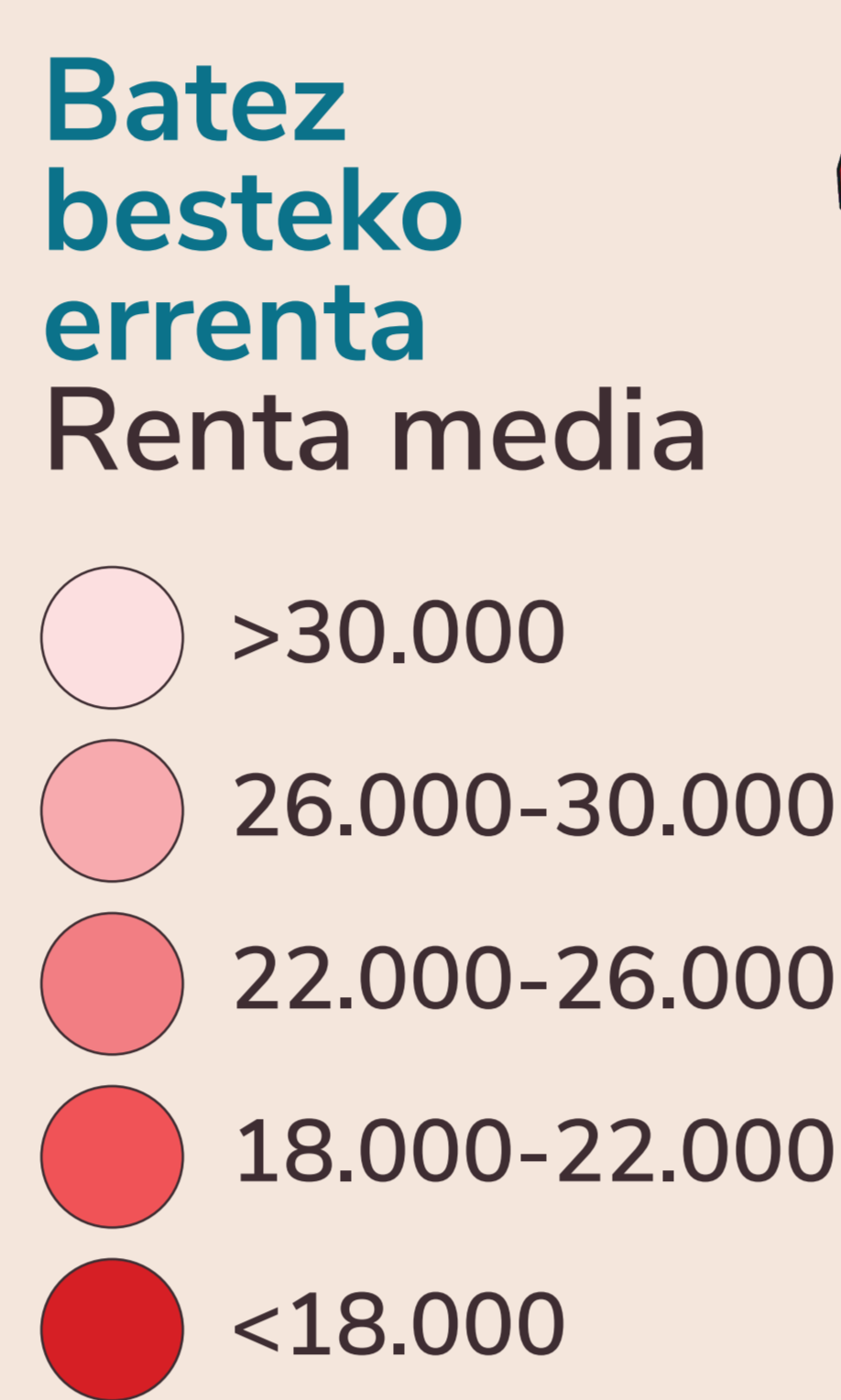
## EN BILBAO LA SALUD VA POR BARRIOS

Mapa honetan, Bilboko auzo bakoitzeko batez besteko norbanako errenta ikus daiteke. Begiratu nolakoa den auzoetako errenta eta behean ageri diren hainbat osasun adierazleen arteko harremana.

En este mapa podemos observar cual es la renta media individual en cada barrio de Bilbao. Observa cómo se relacionan la renta de cada barrio y los diferentes indicadores de salud.

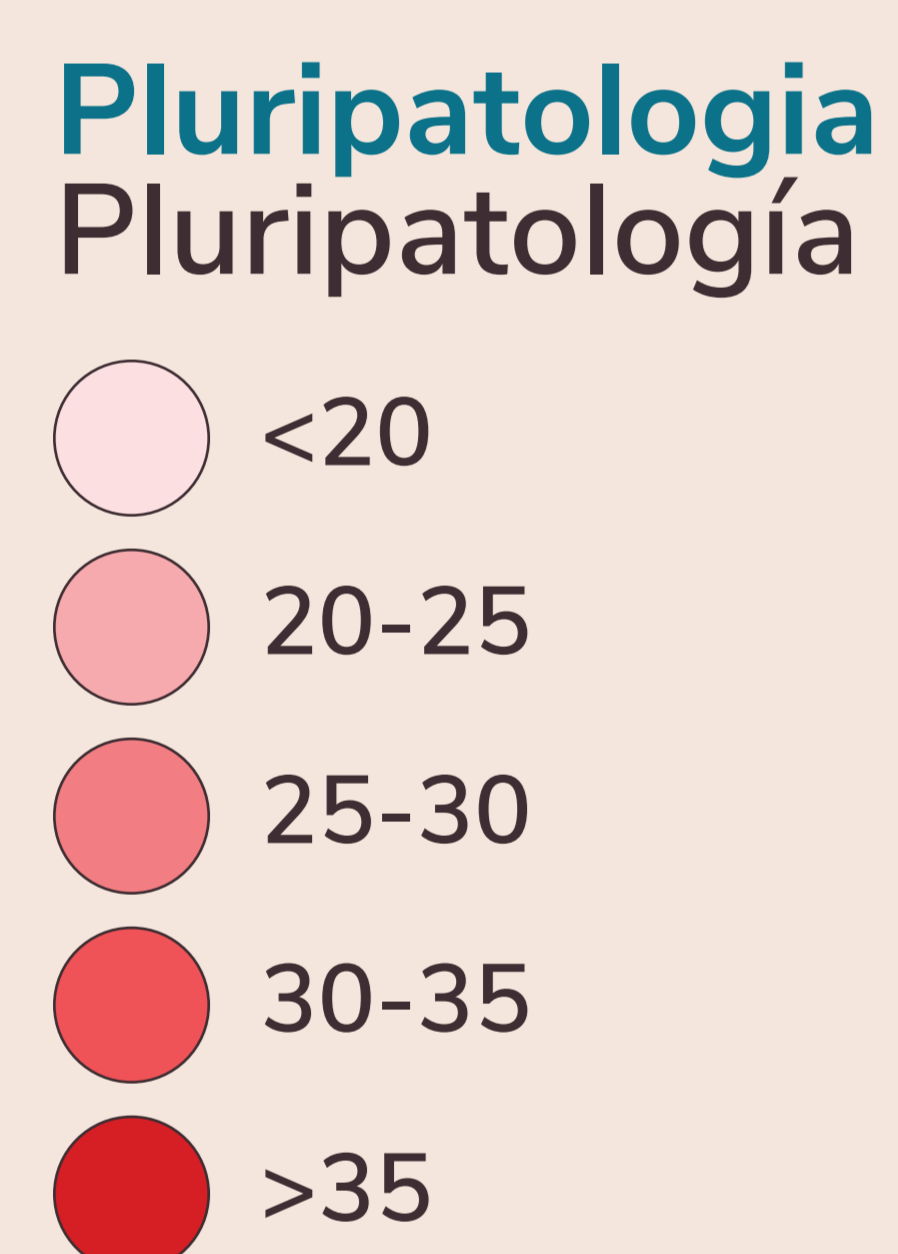
**Pluripatologia duten emakumeen prebalentzia ia bi aldiz handiagoa da Otxarkoaga, Arangoiti edo Zabala bezelako auzoetan, beste batzuekin alderatuta!**  
 ¡La prevalencia de mujeres con pluripatología es casi dos veces superior en determinados barrios con Otxarkoaga, Arangoiti o Zabala con respecto a otros!

**Errenta altuena duten auzoetan Diabetes Mellitus duten gizonen tasa baxuagoa da, adibidez, Indautxu eta Abando.**  
 Los barrios con rentas más altas presentan menores tasas de hombres con Diabetes Mellitus, por ejemplo, en Indautxu y Abando.



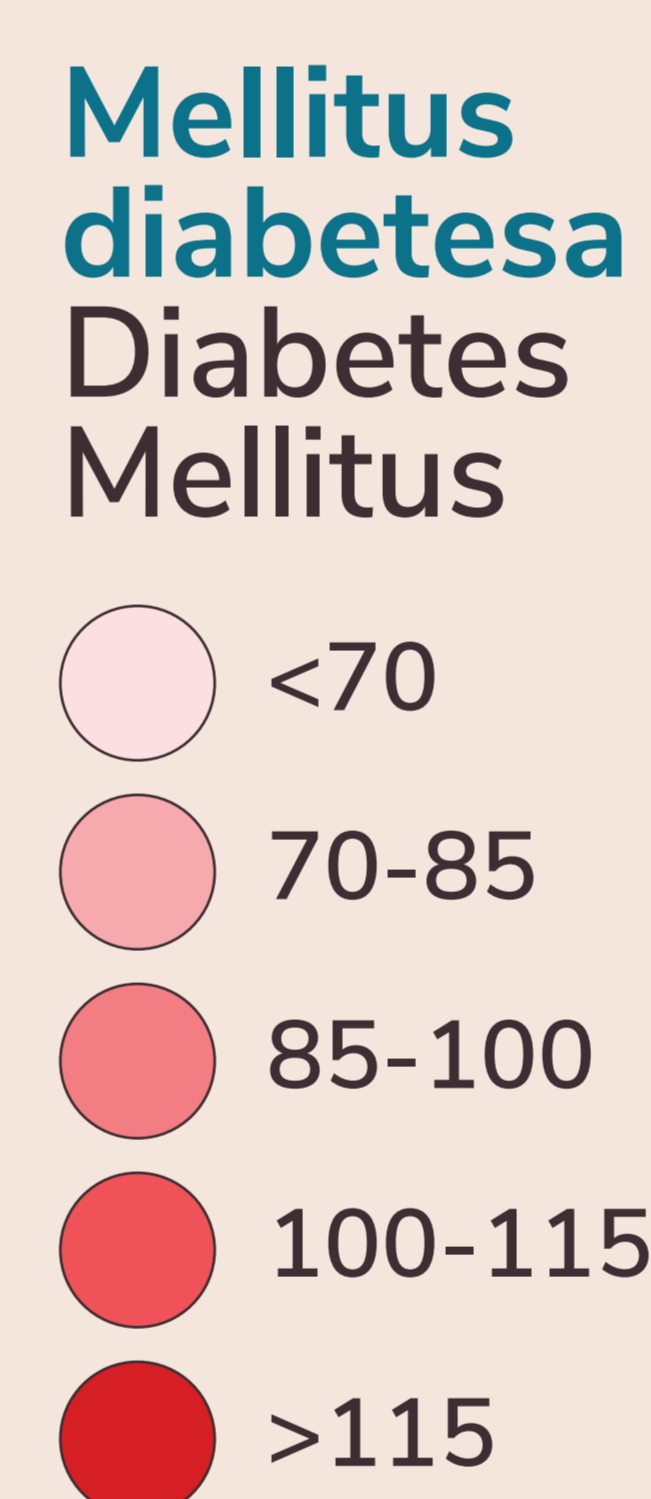
1. mapa. Batez besteko norbanako errenta maila auzoka. Bilbo, 2023.  
 Mapa 1. Renta media individual por barrios. Bilbao, 2023.

Iturria: OPIKek eginda Eustat-en datuetatik abiatuta  
 Fuente: Elaborado por OPIK a partir de los datos del Eustat



2. mapa. Pluripatologia duten emakumeak auzoka (tasa estandarizatuak 1000 biztanleko). Bilbo, 2024.  
 Mapa 2. Mujeres con pluripatología (tasas estandarizadas por 1000 habitantes) por barrios. Bilbao, 2024.

Iturria: OPIKek eginda Osakidetzako datuetan oinarrituta  
 Fuente: Elaborado por OPIK, a partir de los datos de Osakidetza

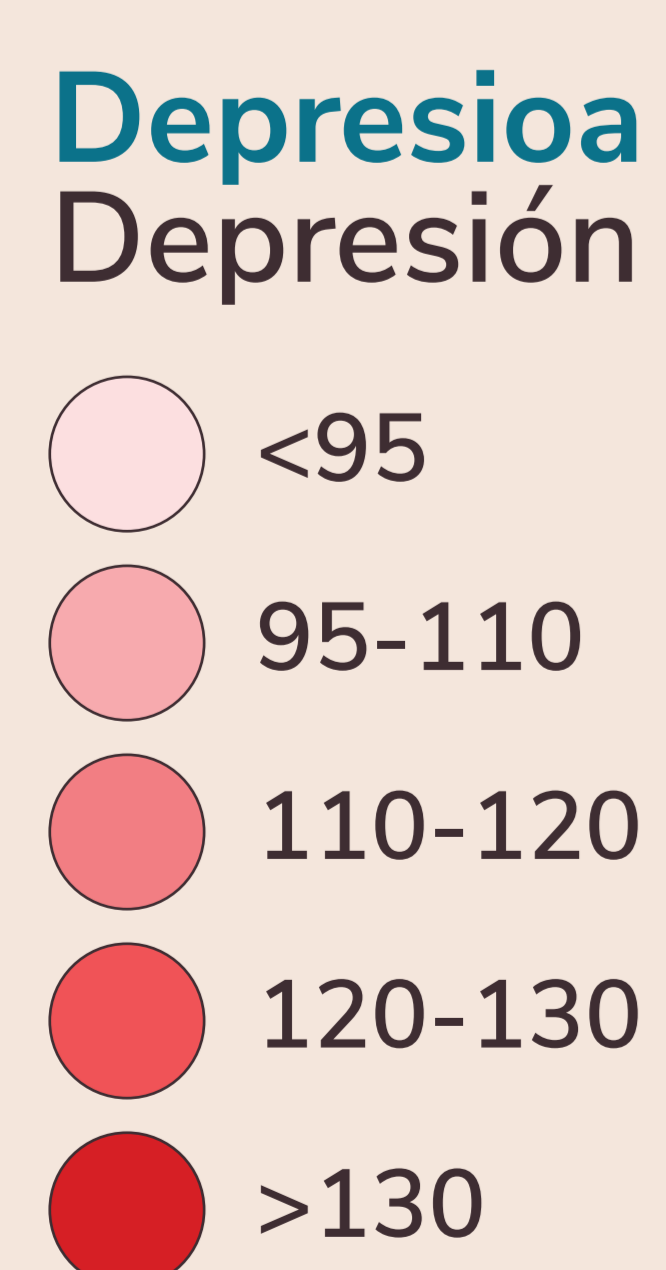


3. Mapa. Diabetes Mellitus duten gizonak (tasa estandarizatuak 1000 biztanleko). Bilbo, 2024.  
 Mapa 3. Hombres con Diabetes Mellitus (tasas estandarizadas por 1000 habitantes) por barrios. Bilbao, 2024.

Iturria: OPIKek eginda Osakidetzako datuetan oinarrituta  
 Fuente: elaborado por OPIK a partir de los datos de Osakidetza

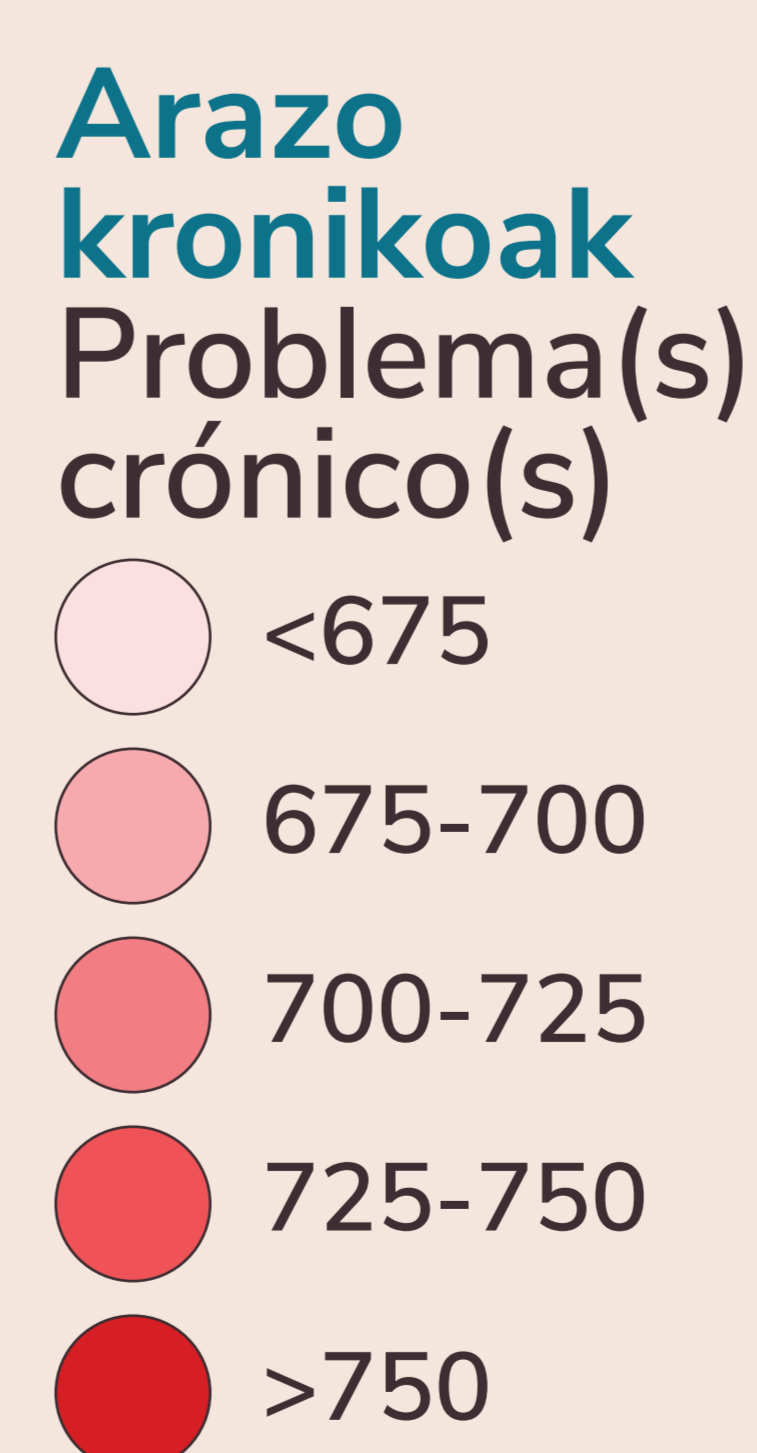
**Osasun mentalean ere klase arrakala nabarmena dago. Maila sozioekonomiko baxueneko auzoetako emakumeek neurri handiagoan pairatzen dute depresioa.**  
 La salud mental también entiende de clases. Las mujeres de los barrios de menor posición socioeconómica sufren más depresión.

**Pertsona askok dute arazo kronikoren bat, baina errealitate hau gordinagoa da lurraldearen arabera.**  
 Muchas personas presentan algún problema crónico de salud, pero esta realidad se evidencia con más fuerza en determinados territorios.



4. mapa. Depresio-sintomak dituzten emakumeak auzoka (tasa estandarizatuak 1000 biztanleko). Bilbo, 2023.  
 Mapa 4. Mujeres con síntomas depresivos (tasas estandarizadas por 1000 habitantes) por barrios. Bilbao, 2023.

Iturria: OPIKek eginda Osakidetzako datuetan oinarrituta  
 Fuente: Elaborado por OPIK a partir de los datos de Osakidetza



5. mapa. Osasun arazo kronikoaren bat duten gizonak (tasa estandarizatuak 1000 biztanleko). Bilbo, 2023.  
 Mapa 5. Hombres con algún problema de salud crónico (tasas estandarizadas por 1000 habitantes) por barrios. Bilbao, 2024.

Iturria: Egileek eginda Osakidetzako datuetan oinarrituta  
 Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de Osakidetza



# NOLAKOAK DIRA OSASUNAREN GIZARTE DETERMINATZAILEAK BILBON? (I)

## ¿CÓMO SON LOS DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD EN BILBAO? (I)

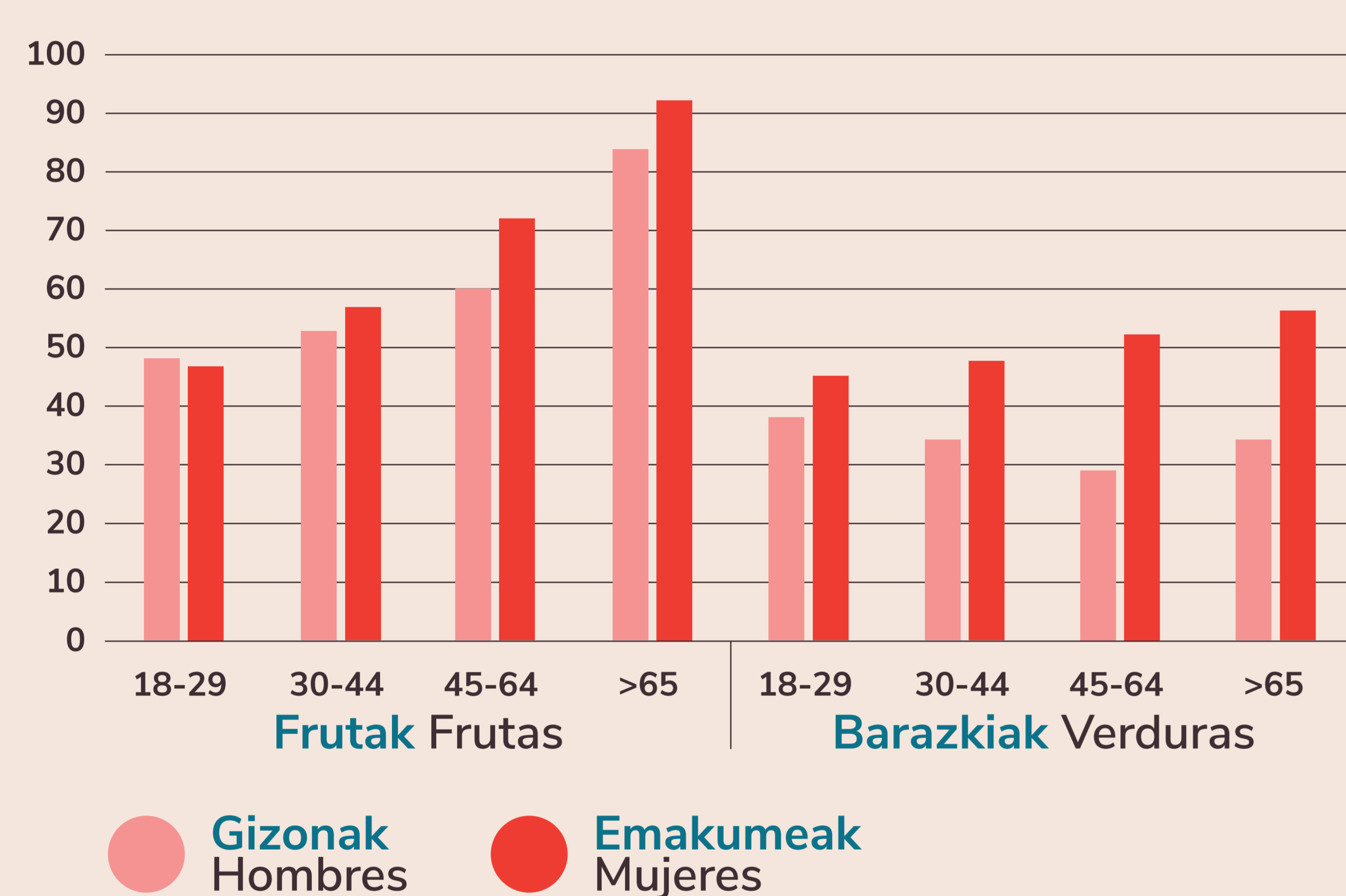
### Bilbotarrek bizi-ohitura osasungarriak dituzte?

### ¿Tiene la población bilbaína hábitos saludables?

Bilbon, **persona gehienek dute fruta kontsumitzeko ohitura**, batez ere nagusienek. Barazkien ohiko kontsumoa baxuagoa da, eta ez da alde nabarmenik ikusten adinaren arabera.

En Bilbao, **la mayoría de las personas consume habitualmente frutas**, especialmente la población mayor. El consumo regular de verduras es menor y no se aprecian grandes diferencias por edad.

14. grafikoa. Fruta eta barazkien ohiko kontsumoa (%), sexuaren eta adin-taldearen arabera. Bilbo, 2024.  
Gráfico 14. Consumo habitual de frutas y verduras (%) por sexo y grupo de edad. Bilbao, 2024.

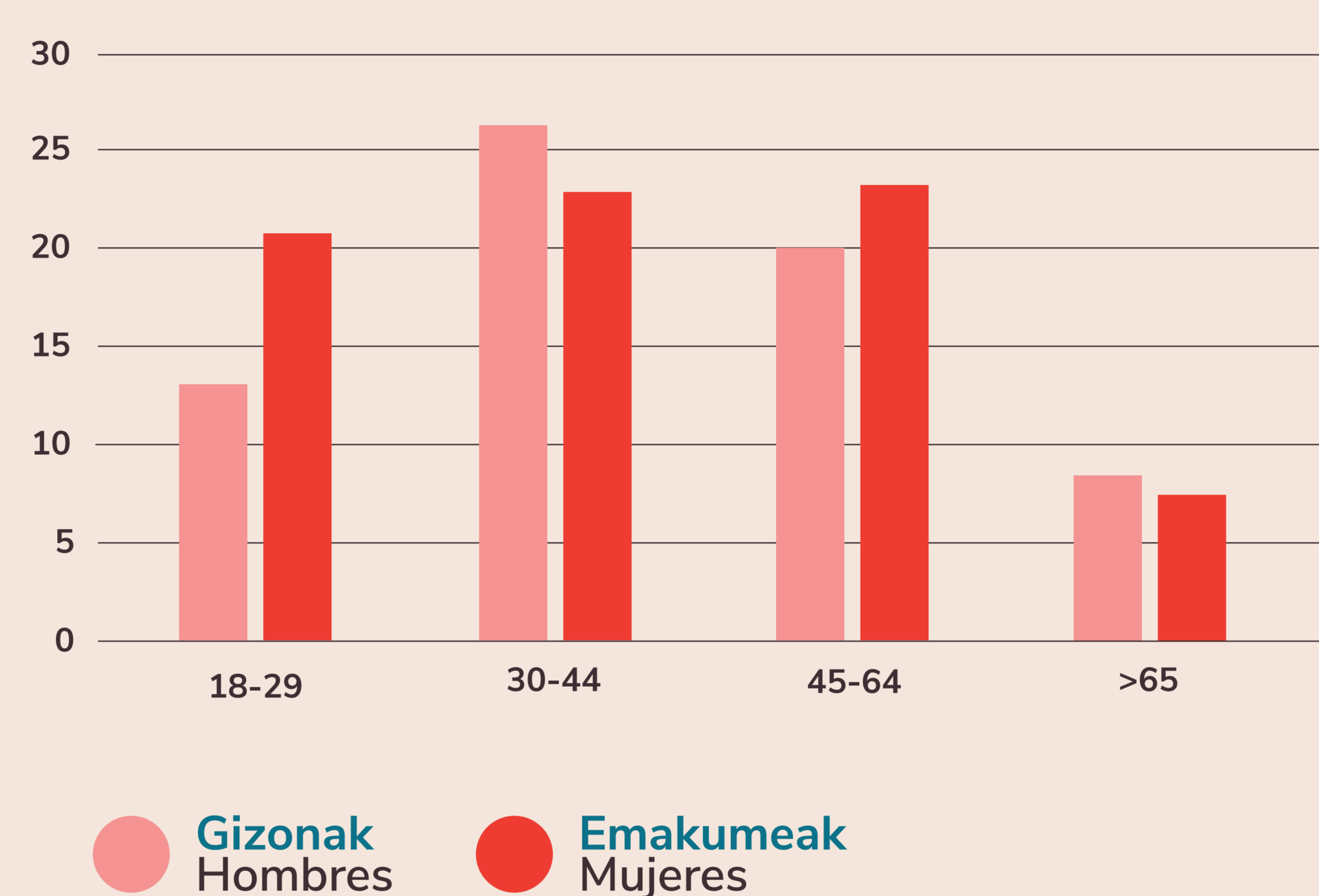


Iturria: Osasun eta Kontsumo Saila. Bilboko Udala  
Fuente: Área de Salud y Consumo. Ayuntamiento de Bilbao

**Tabako kontsumoa**, bestalde, ohikoa da bilbotarren artean, batez ere adin ertaineko taldeetan. **Gazteen artean, emakume erretzaile nabarmen gehiago** daude gizonak baino.

El consumo de tabaco, por su parte, sigue siendo bastante frecuente entre la población bilbaína, especialmente en los grupos de mediana edad. **Entre las personas jóvenes, hay bastantes más fumadoras que fumadores.**

15. grafikoa. Erretzaile kopurua (%) sexuaren eta adin-taldearen arabera. Bilbo, 2024.  
Gráfico 15. Personas fumadoras (%) por sexo y grupo de edad. Bilbao, 2024.

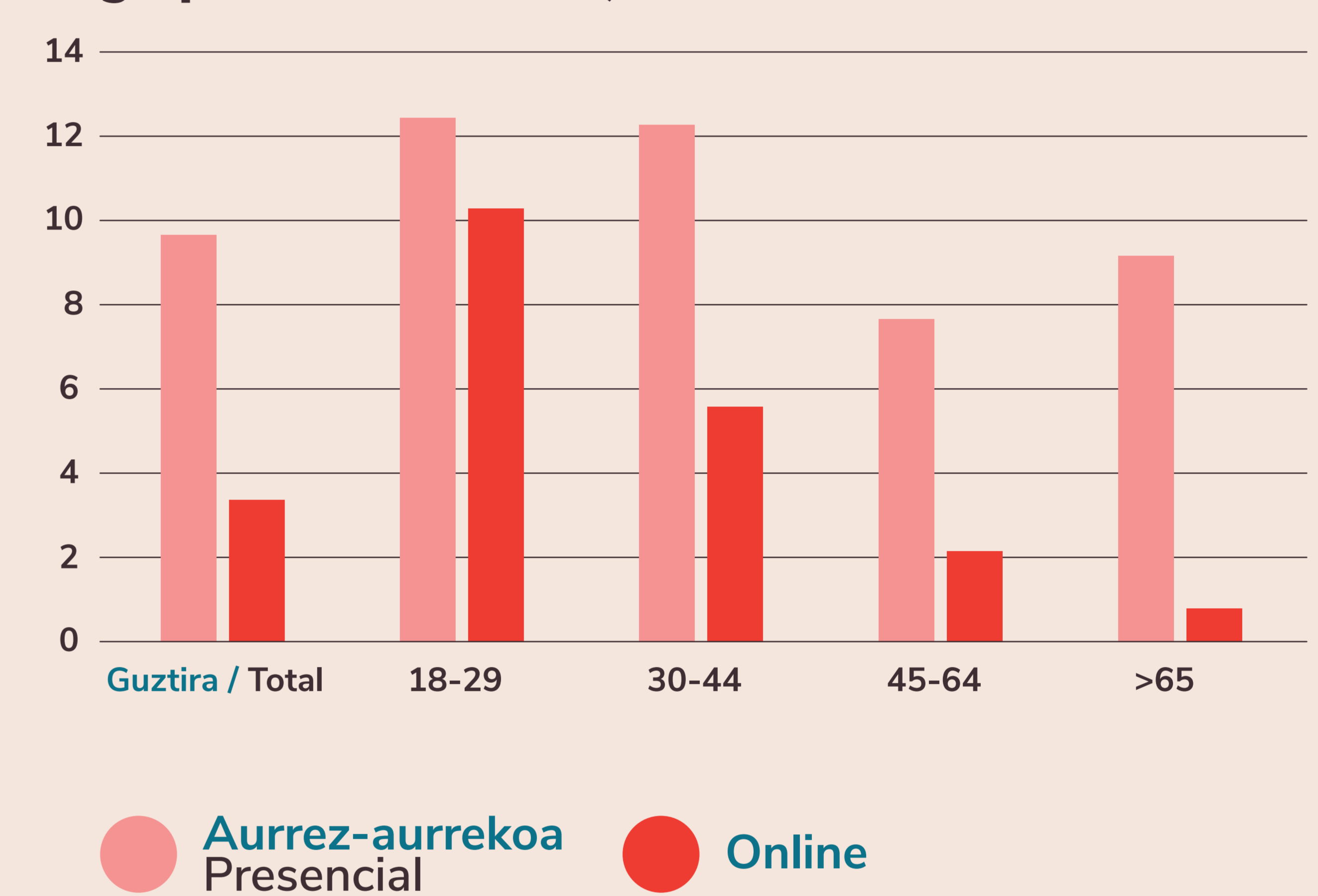


Iturria: Osasun eta Kontsumo Saila. Bilboko Udala  
Fuente: Área de Salud y Consumo. Ayuntamiento de Bilbao

Azken urteotan garrantzi berezia hartu du **apustu jokoetan** aritzeko ohiturak. Bilbon, praktika hori nabarmen zabaldua dago, batez ere **gazteen artean eta aurrez aurreko modalitatean.**

Un hábito que ha cobrado especial relevancia durante los últimos años es **el juego con apuestas**. En Bilbao, es una práctica significativamente extendida, sobre todo en la población **joven y en la modalidad presencial.**

16. grafikoa. Azken 12 hilabeteetan aurrez aurre edo online jokoan apustu egin duten pertsonak (%), adin-taldearen arabera. Bilbo, 2024.  
Gráfico 16. Personas que han apostado en juego presencial u online en los últimos 12 meses (%) por grupo de edad. Bilbao, 2024.



Iturria: Osasun eta Kontsumo Saila. Bilboko Udala  
Fuente: Área de Salud y Consumo. Ayuntamiento de Bilbao

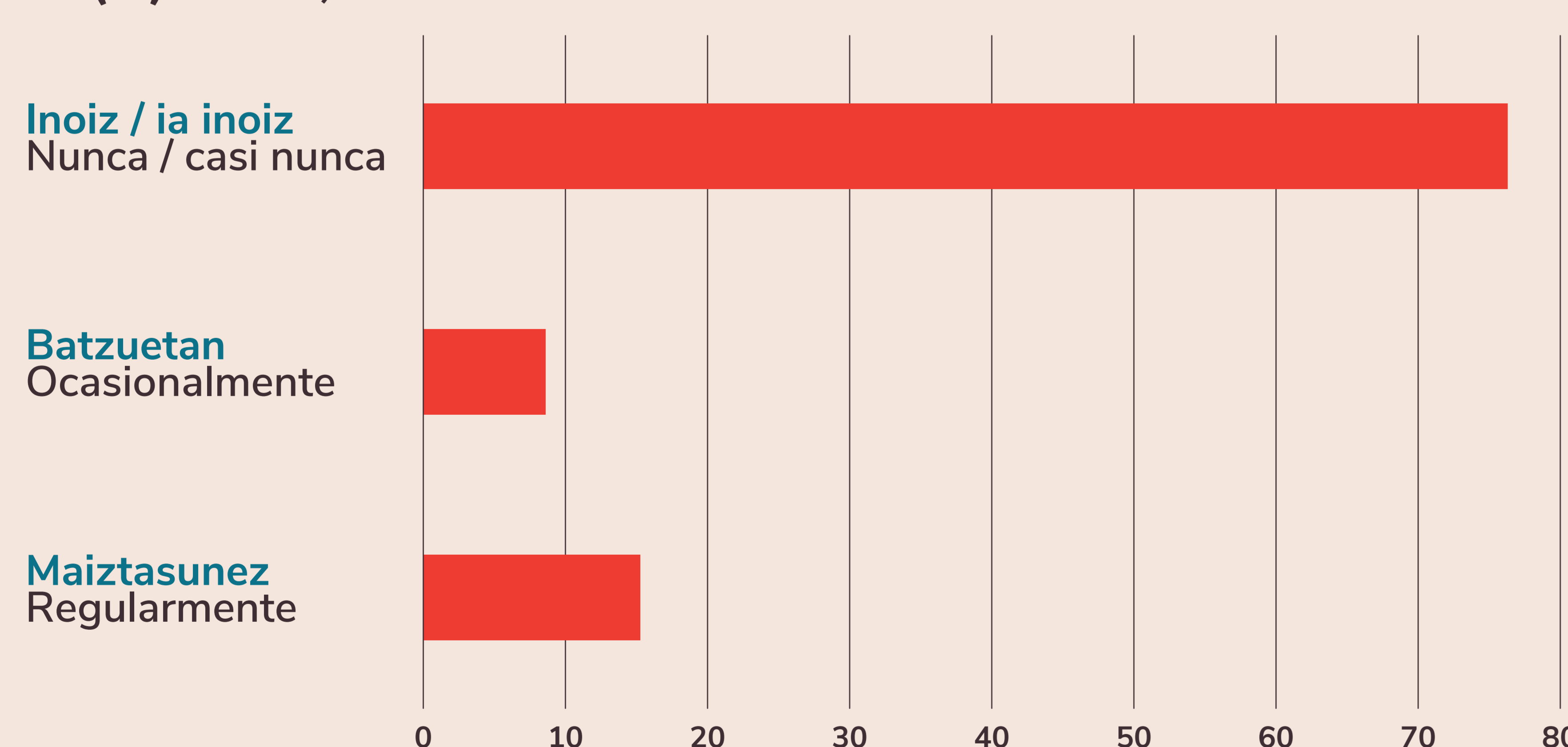
## Eta nolakoak dira gizarte-harremanak eta laguntza-sareak?

### ¿Y cómo son sus relaciones sociales y redes de apoyo?

Bilboko biztanleriaren % 15ek aldizka parte hartzen du boluntarioria-jardueretan, eta oso proportzio handiak ez du inoiz parte hartzen.

El 15% de la población de Bilbao participa regularmente en actividades de voluntariado, mientras que una proporción muy elevada no llega a participar en ningún momento.

17. grafikoa. Elkarte eta bestelako kolektiboetan parte-hartze boluntarioa (%). Bilbo, 2024.  
Gráfico 17. Participación voluntaria en asociaciones u otros colectivos (%). Bilbao, 2024.

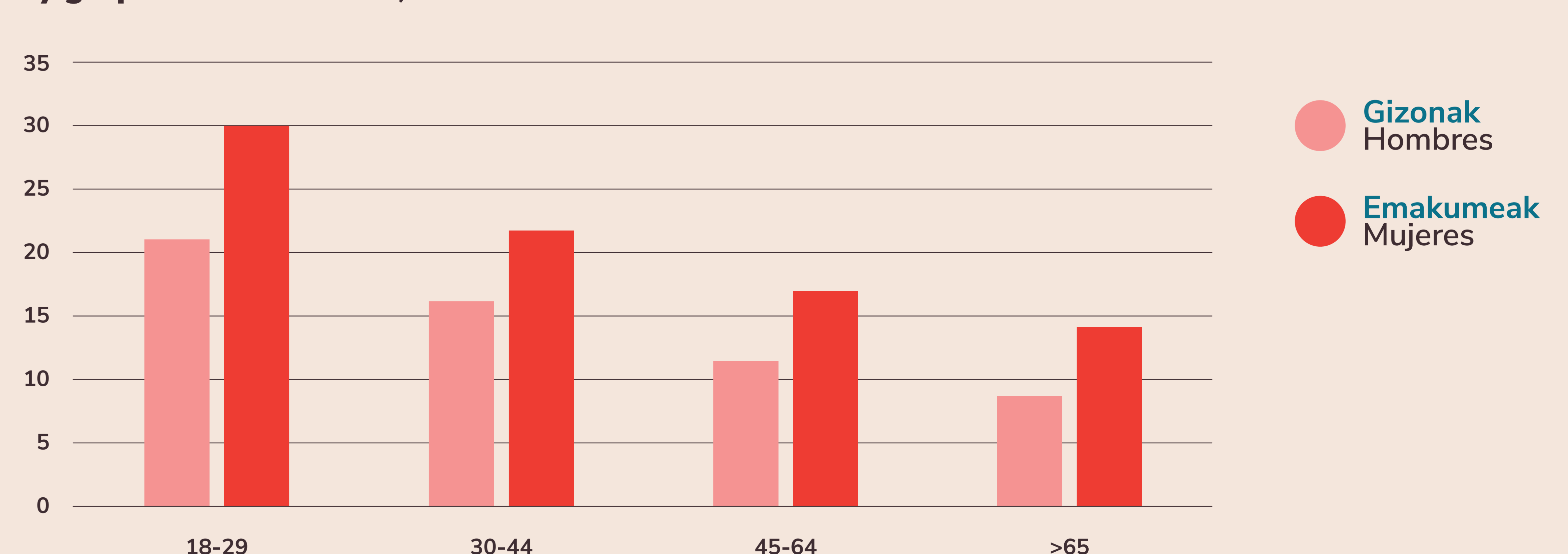


Iturria: Osasun eta Kontsumo Saila. Bilboko Udala  
Fuente: Área de Salud y Consumo. Ayuntamiento de Bilbao

Normalean pentsatzen denaren kontra, gazteak dira **bakardade sentimendu handiena dutenak**. Ia 3 emakumeetatik 1 bakarrik sentitu da beti edo gehienetan azken urtean.

En contra de lo que habitualmente se tiende a pensar, **las personas jóvenes son quienes más soledad perciben**. Casi 1 de cada 3 mujeres se ha sentido sola siempre o de forma habitual durante el último año.

18. grafikoa. Hautamandako bakardadea (beti edo gehienetan) azken urtean (%), sexuaren eta adin-taldearen arabera. Bilbo, 2024.  
Gráfico 18. Soledad percibida (siempre o habitualmente) durante el último año por sexo y grupo de edad. Bilbao, 2024.



Iturria: Osasun eta Kontsumo Saila. Bilboko Udala  
Fuente: Área de Salud y Consumo. Ayuntamiento de Bilbao



# NOLAKOAK DIRA OSASUNAREN GIZARTE DETERMINATZAILEAK BILBON? (II)

## ¿CÓMO SON LOS DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD EN BILBAO? (II)

### Bizi eta lan baldintzak osasunaren gizarte determinatzaile garrantzitsuak dira

Las condiciones de vida y de trabajo constituyen un determinante social de la salud fundamental

Bilbon, herritarren proportzio garrantzitsu batek **hilaren amaierara iristeko zailtasunak** ditu. Adineko populazioan jende gutxiago dago egoera horretan.

En Bilbao, una parte significativa de la población tiene **alguna dificultad para llegar a fin de mes**. Esta situación es menos frecuente en la población mayor.

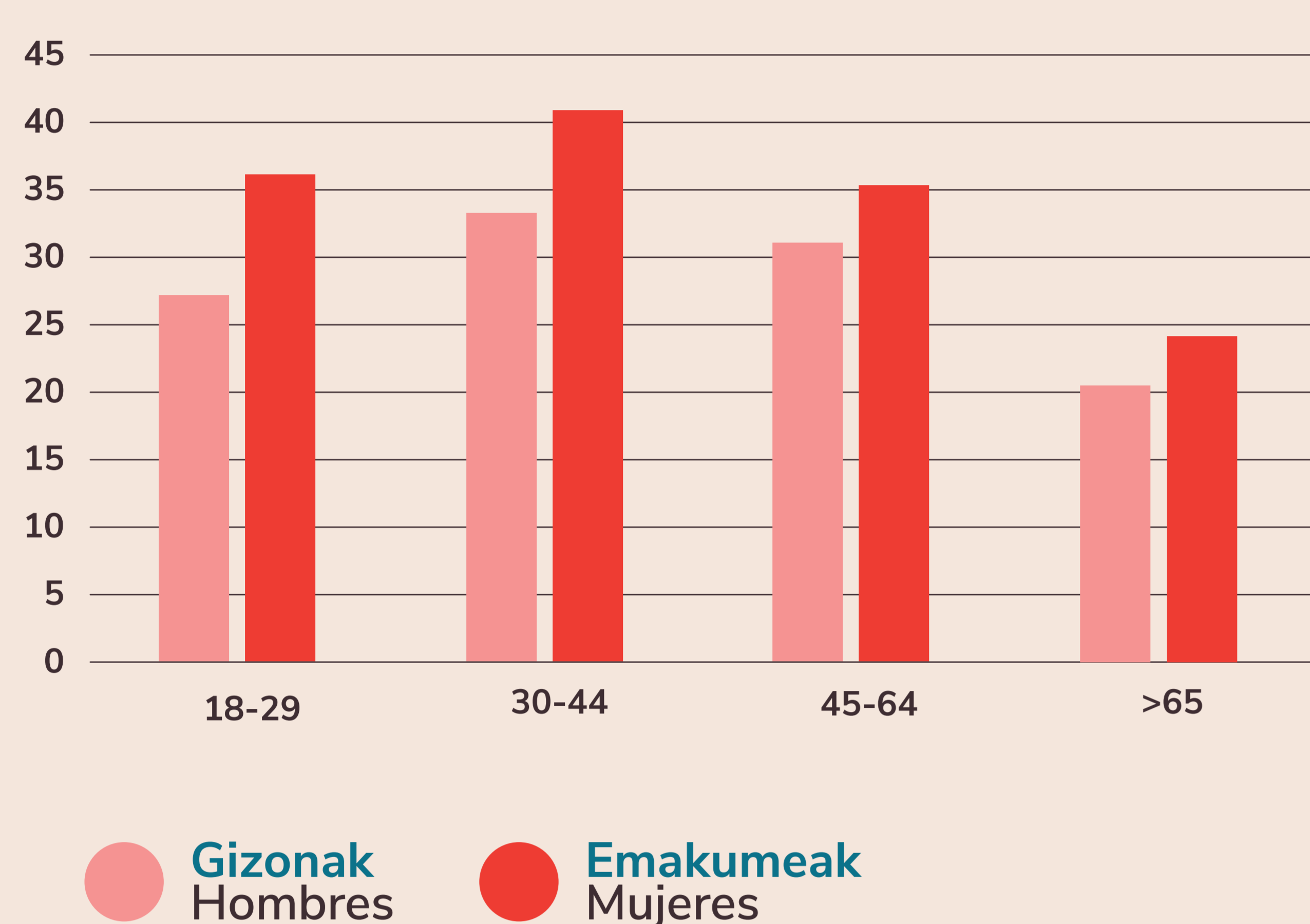
**Langabeziak** Bilboko herritarren %10 baino gutxiagori eragiten dio. Kasu honetan, **adin-talde nagusienari** eragiten dio gehienbat eta ondoren gazteenei, eta azken talde honetan izan ezik, gehiago eragiten die **emakumeei**.

El **desempleo** afecta a algo menos del 10% de la población de Bilbao. En este caso, está más extendido entre **la población activa más mayor**, seguida de la población más joven y mayormente entre las **mujeres**.

**Lan erreproduktiboak eta haren banaketak** ere garrantzi handia dute pertsonen osasunean eta ongizatean. Bilbon, adin ertaineko taldeak, eta hauen barruan, **emakumeak**, dira gehienbat zainketa lan hauek egiten dituztenak.

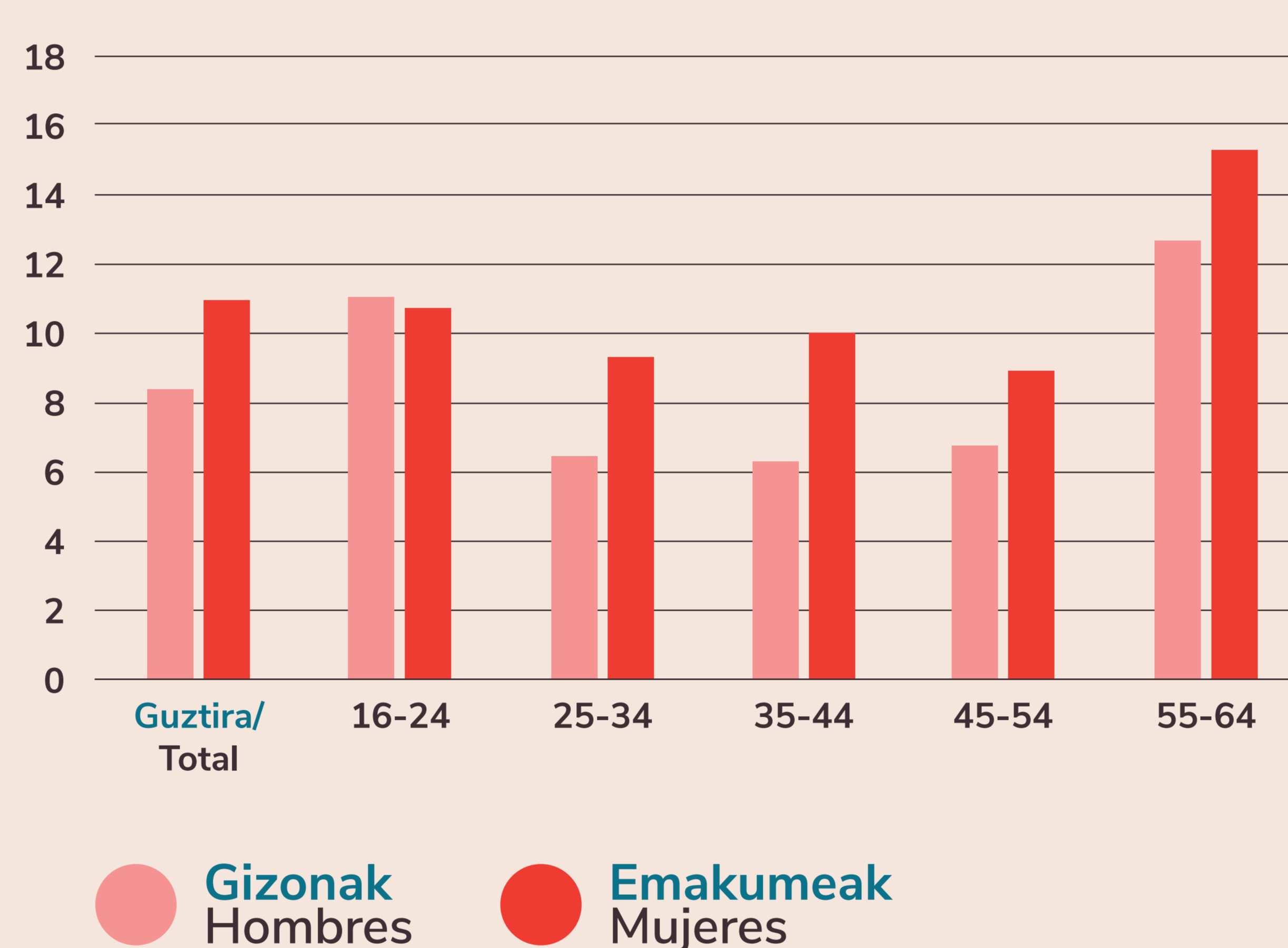
El **trabajo reproductivo y su distribución** también tienen implicaciones en la salud y bienestar de las personas. En Bilbao, son los grupos de mediana edad y dentro de estos, las **mujeres**, quienes más habitualmente tienen personas a su cargo.

19. grafikoa. Hilabete amaierara heltzeko zailtasuna (%) sexuaren eta adin-taldearen arabera. Bilbo, 2024. Gráfico 19. Dificultad para llegar a fin de mes (%) según sexo y grupo de edad. Bilbao, 2024.



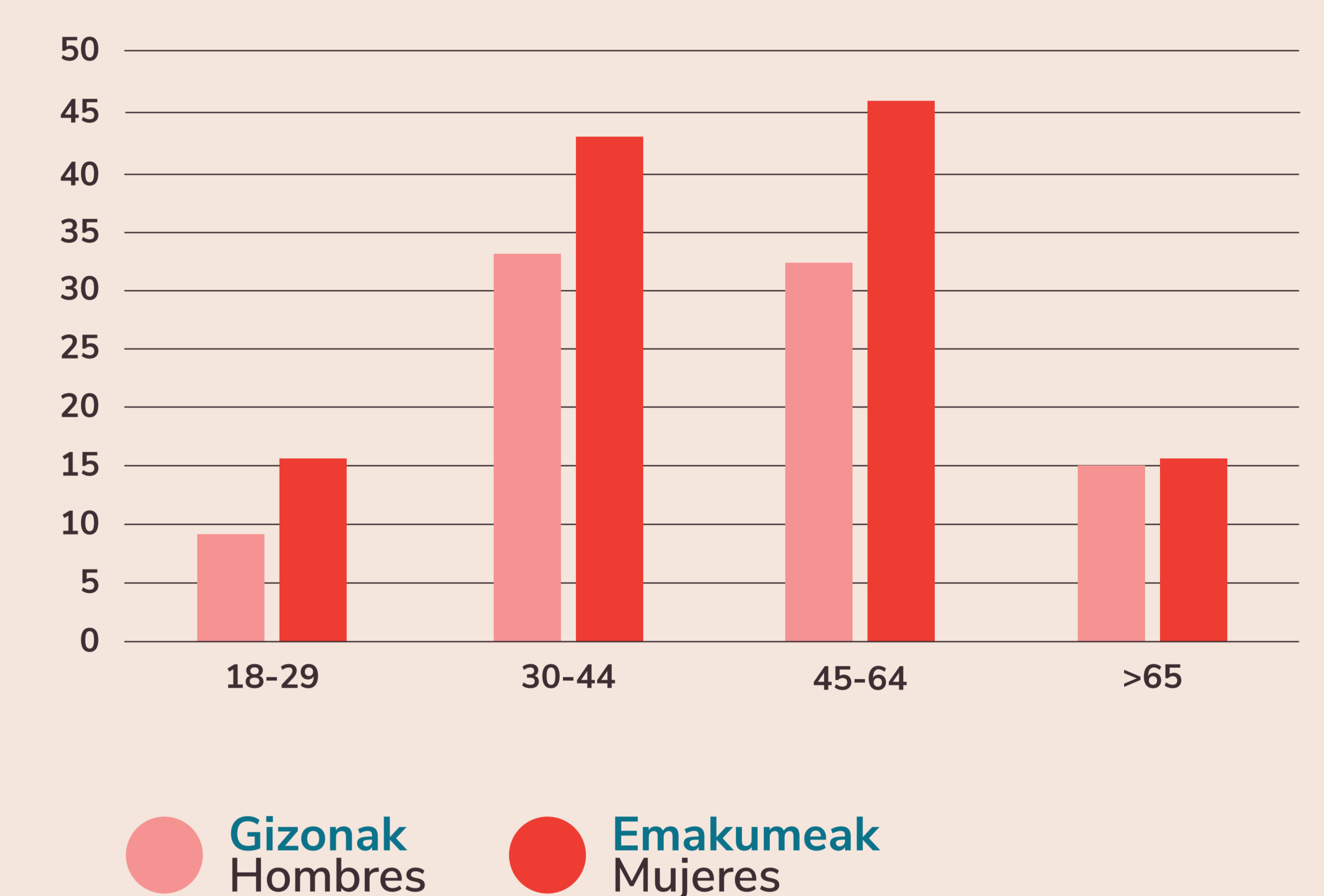
Iturria: Osasun eta Kontsumo Saila. Bilboko Udala  
Fuente: Área de Salud y Consumo. Ayuntamiento de Bilbao

20. grafikoa. Langabezia tasa (%) sexuaren eta adin-taldearen arabera. Bilbo, 2024. Gráfico 20. Tasa de paro (%) por sexo y grupo de edad. Bilbao, 2024.



Iturria: OPIKek egina, Eustat-eko datuetan oinarrituta  
Fuente: elaborado por OPIK a partir de los datos del Eustat

21. grafikoa. Zaintzaile lana egiten duten pertsonak (%) sexuaren eta adinaren arabera (zaintza ez-formala). Bilbo, 2024. Gráfico 21. Personas cuidadoras (%) por sexo y grupo de edad (cuidado informal). Bilbao, 2024.

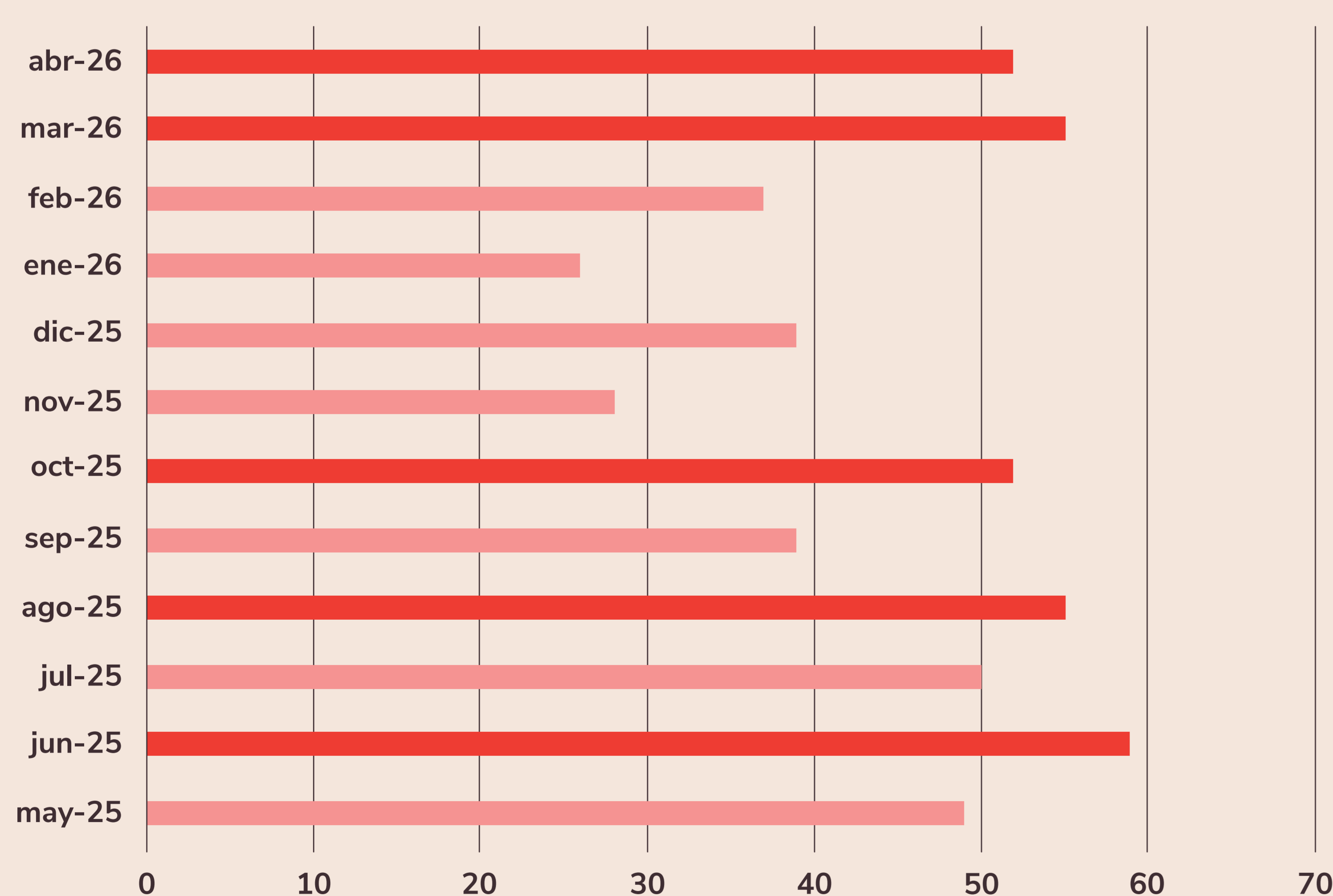


Iturria: Osasun eta Kontsumo Saila. Bilboko Udala  
Fuente: Área de Salud y Consumo. Ayuntamiento de Bilbao

## Ingurune fisiko eta urbanoaren hainbat elementuk ere osasun-egoera baldintzatzen dute

Muchos aspectos del entorno físico y urbano también se relacionan con el estado de salud

22. grafikoa. Airearen Kalitatearen Indizea hilabetea. Bilbo, 2025-2026. Gráfico 22. Índice de calidad del aire por meses. Bilbao, 2025-2026.



Iturria: Ingurumen, Lurralde Plangintza eta Etxebizitza Saila (Eusko Jaurlaritz), Airearen Kalitatearen Indize Nazionala eta European Environment Agency  
Fuente: Departamento de Medio Ambiente, Planificación Territorial y Vivienda (Gobierno Vasco), Índice Nacional de Calidad del Aire y European Environment Agency

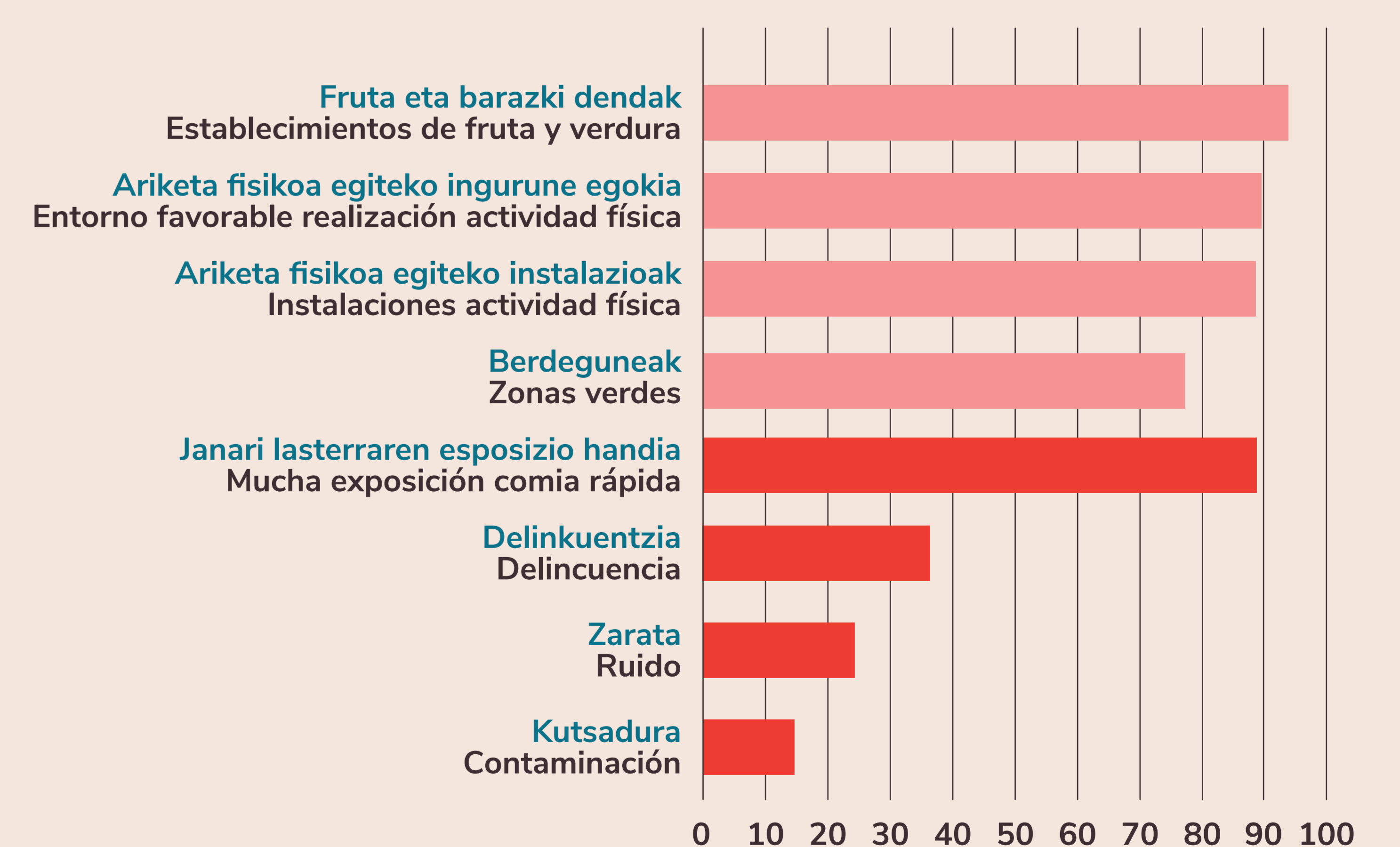
Bilbon, **airearen kalitatea erlatiboki ona da**. Airearen Kalitatearen Indizeak balio egokiak eman ditu azken urtean, hilabete batzuetan izan ezik, airearen kalitate ona kontuan hartzeko ezarritako gehieneko balioa (50) gainditu baita.

En Bilbao, por ejemplo, **la calidad del aire es relativamente buena**. El índice de Calidad del Aire ha arrojado valores satisfactorios a lo largo del último año, a excepción de algunos meses, donde se ha superado el umbral máximo establecido (50) para considerar una calidad del aire buena.

**Bilbotarrek positibotzat jo dute beren auzoetako fruta, barazki, berdegune eta kirol-instalazioen eskaintza**. Hala ere, janari lasterraren presentzia handiarekin bizi dira. Era berean, delinkuentziak Bilboko biztanleriaren ia % 40 kezkatzen du, eta neurri txikiagoan zaratak eta kutsadurak.

Los bilbaínos valoran positivamente la **oferta de frutas, verduras, zonas verdes e instalaciones deportivas en sus barrios**. No obstante, conviven con una alta presencia de comida rápida. Asimismo, la delincuencia preocupa casi al 40 % de la población de Bilbao, y en menor medida el ruido y la contaminación.

23. grafikoa. Pertsonen iritziz euren bizitokiaren ezaugarriak. Bilbo, 2023. Gráfico 23. Porcentaje de personas que manifiesta características del entorno donde vive. Bilbo, 2023.



Iturria: OPIKek egina Euskadiko 2023ko Osasun Inkestatik abiatuta  
Fuente: Elaborado por OPIK a partir de la ESCAV 2023



# Bilbao

## ZER EGIN DEZAKE UDALAK ZURE OSASUNAREN ALDE?

### ¿QUÉ PUEDE HACER EL AYUNTAMIENTO POR TU SALUD?

#### Bilboko II Udal Osasun Plana II Plan Municipal de Salud de Bilbao

**Pertsona adituak**  
Personas expertas

Unibertsitateak, osasun publikoak, hirigintza.../ Universidades, salud pública, urbanismo...

**Bilboko Udaleko Osasun Arloa**  
Área de Salud del Ayuntamiento de Bilbao

**Herritarrak**  
Ciudadanía

**NORK PARTE HARTZEN DU OSASUN PLANEAN?**  
¿QUIÉN PARTICIPA EN EL PLAN DE SALUD?

**Bilboko Udaleko beste Arloak**  
Resto de Áreas del Ayuntamiento de Bilbao

**Auzoetan lan egiten duten adituak**  
Profesionales que trabajan en los barrios

Hezkuntza, osasungintza, gizarte zerbitzuak, kirola.../ Educación, sanidad, servicios sociales, deporte...

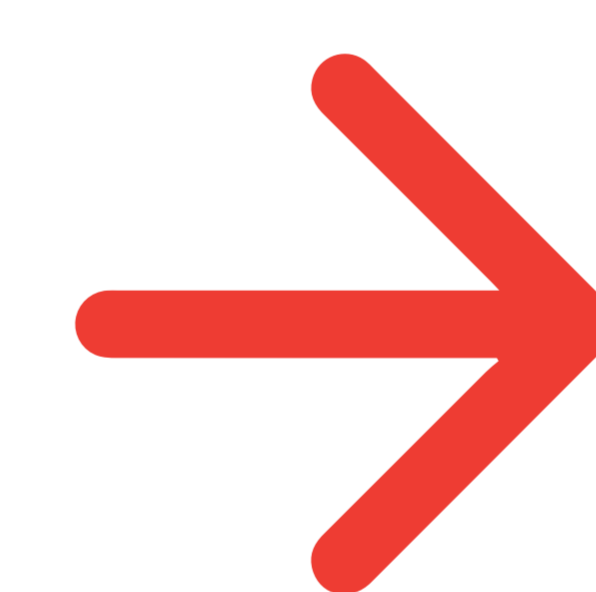
**Gizarte erakundeak**  
Entidades sociales

**Elkartek**  
Asociaciones

Auzo-elkartek, jai batzordeak, guraso elkarteak.../ Asociaciones vecinales, AMPAs, comisiones de fiestas...

**Nola parte hartu dezaket?**  
¿Cómo puedo participar?

**Batu tailer parte-hartzaileetara!**  
¡Apúntate a los talleres participativos!



**Bete ezazu inkesta hau!**  
¡Rellena la siguiente encuesta!

