



Informe "La procrastinación en los hogares españoles".

3,5 MILLONES DE ESPAÑOLES DEJAN POR PEREZA LA COMPRA DE REGALOS PARA EL MISMO DÍA DE PAPÁ NOEL O REYES

- **Hasta en Navidad nos dejamos llevar por la pereza: un 10% de los españoles, el equivalente a casi 3,5 millones de personas de entre 18 y 75 años, deja para el último momento los regalos de Papá Noel o Reyes. Sin embargo, no sucede lo mismo con la compra de la Lotería, la tarea navideña que hacemos con más antelación.**
- **Con los propósitos de Año Nuevo también nos hacemos los "remolones". Empezar una dieta (30%), comenzar a hacer ejercicio (28%) y mejorar las finanzas personales (24%) son los que más se posponen.**
- **Todo ello tiene un nombre: procrastinar, "posponer una tarea por desidia o dejadez", algo muy habitual en el ámbito doméstico, en el que el bricolaje y las tareas del hogar son las obligaciones que nos parecen más pesadas. En el ámbito personal lo que más nos cuesta es pedir cita al médico, comprar regalos de aniversario y llamar a la familia.**
- **Las labores a las que más "patadas hacia delante" damos en casa son hacer el cambio de ropa cada temporada, planchar, limpiar el horno o microondas, organizar la nevera y limpiar los baños; y en la higiene personal, cortarse el pelo y afeitarse o depilarse.**
- **Más de 12 millones de españoles (37%) reconocen procrastinar sus tareas de forma habitual. De ellos, 1,3 millones (4%) confiesan ser "procrastinadores crónicos", llegando a realizar sus obligaciones incluso fuera de plazo.**
- **El perfil del procrastinador: hombres de entre 18 y 24 años. Sin embargo, parece que este mal hábito tiende a mejorar con la edad, ya que los mayores de 65 años afirman, en mayor medida, cumplir con todos sus deberes a tiempo.**
- **¿Las razones? La falta de tiempo, la pereza y la preferencia por emplear el tiempo con otras ocupaciones más placenteras o irrelevantes. Por su parte, las consecuencias de ser perezoso son el sentimiento de culpa (44%), el estrés que genera la acumulación de tareas (40%) y los enfados con parientes y amigos (21%), algo que "sufren" más los hombres.**
- **Por Comunidades Autónomas, Aragón, Murcia y Comunidad de Madrid son las regiones donde se procrastina más. En el extremo opuesto, se encuentran Andalucía, Navarra y Comunidad Valenciana.**

Madrid, 18 de diciembre de 2017. Un cuadro que lleva semanas esperando a ser colgado; la bombilla del baño fundida y la nueva aún en su caja; ese informe que el jefe pidió hace más de un mes aún por hacer... Parece que a los españoles les cuesta cumplir aquello que el refranero popular dice de *"no dejes para mañana, lo que puedas hacer hoy"*. Esto tiene un nombre: **procrastinación, la palabra más buscada en el diccionario de la Real Academia Española el año pasado.** O lo que es lo mismo, **aplazar o diferir**

tareas a las que uno debe hacer frente por indolencia, **sustituyéndolas por otras más irrelevantes o placenteras**. Un mal hábito que también nos acompaña en **Navidad**. Así, un 10% de los españoles, el equivalente a casi **3,5 millones de personas** de entre 18 y 75 años, dejan por pereza la compra de los regalos de Papá Noel o Reyes Magos para ese mismo día y 1 de cada 4 lo hace la misma semana. Por el contrario, no sucede lo mismo con **la compra de la Lotería**, la tarea navideña que hacemos con más antelación.

Cumplir con los habituales **propósitos de Año Nuevo** también nos cuesta mucho: el 30% de los españoles afirma que difieren demasiado **"empezar la dieta"**, el 28% **comenzar a hacer ejercicio** y el 24% **mejorar sus finanzas personales**. Pero la procrastinación nos acompaña durante todo el año. **Más de 12 millones de personas** (37%) reconocen que retrasan demasiado sus obligaciones y **1,3 millones** (4%) se declaran "procrastinadores crónicos", haciéndolas incluso fuera de plazo.

Respecto a los quehaceres que más "patadas dan hacia delante" los españoles en el ámbito doméstico son el **bricolaje** (51%) y las **tareas del hogar** (42%); y en el personal, pedir **cita al médico** (30%), comprar **regalos de cumpleaños** (22%) y **llamar a la familia** (20%). En este sentido, también se observan diferencias por género: los hombres procrastinan más cuando toca comprar regalos de aniversario o hacer llamadas a familiares. Por su parte, las mujeres reconocen, en mayor medida, postergar aquellas tareas que les generan más ansiedad.

En lo **referente a las tareas de casa**, las labores que, concretamente, más nos hacen "arrastrar los pies" son cambiar la ropa de temporada en los armarios (61%), planchar (56%), limpiar el horno o el microondas (55%), organizar la nevera (47%) y limpiar los baños (25%). Y en lo que respecta a la higiene personal, cortarse el pelo y afeitarse o depilarse.

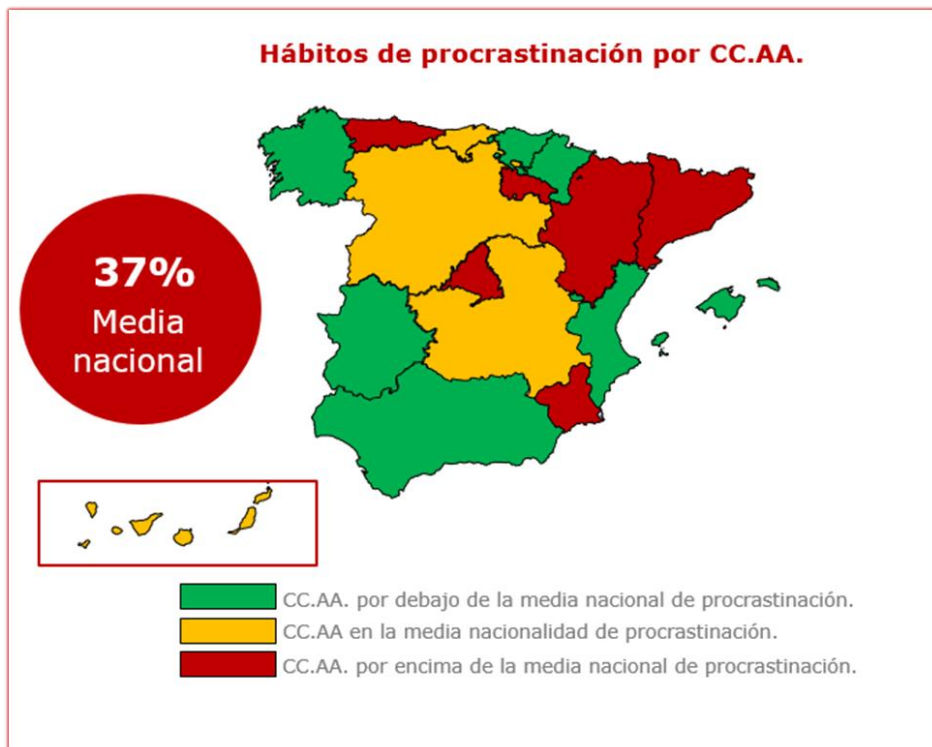
Éstas son algunas de las principales conclusiones del estudio **"La procrastinación en los hogares españoles"**, llevado a cabo por la **División de Hogar de Línea Directa Aseguradora**, basado en una encuesta sociológica a más de 1.700 personas de entre 18 y 75 años. Esta práctica, lejos de ser un problema trivial, puede convertirse en una fuente de malestar de no gestionarse correctamente. Según **Francisco Valencia, Director de Gobierno Corporativo de Línea Directa Aseguradora**, "la procrastinación en el hogar no es especialmente grave, pero llevada al extremo puede hacernos caer en la desidia en otros ámbitos mucho más importantes, como las obligaciones familiares o laborales".

Los hombres procrastinan más

Los españoles tienden a relajarse más en el ámbito **personal** que en el profesional, ya que la mayoría (55%) pospone, de forma habitual, los asuntos pendientes relacionados con su hogar, familia o amigos. En cuanto al perfil del procrastinador: **hombres y jóvenes de entre 18 y 24 años**. Sin embargo, esta mala costumbre parece que mejora con la edad, ya que los mayores de 65 años afirman, en mayor medida, atender todos sus deberes a tiempo.

¿Y, en general, por qué cuesta tanto atender ciertas obligaciones? De todas las razones que esgrime la población, destacan **la falta de tiempo** (48%), **la pereza** (45%) y la preferencia por ocuparse con **actividades más placenteras o irrelevantes** (36%). De hecho, los españoles admiten que pierden demasiado tiempo en el consumo de videojuegos, TV, Apps de mensajería instantánea como WhatsApp o las Redes Sociales, entre otras.

Aplazar demasiado en el tiempo las obligaciones tiene sus consecuencias: el **44%** de los españoles afirman sentir **culpabilidad o remordimientos**, el **40%** padece **estrés** por no resolver sus tareas en los plazos que deben y un **21%** ha tenido que hacer frente a **enfados de familiares y amigos**, algo que "sufren" más los hombres.



Además, a tenor de los datos que lanza el sondeo de opinión, no todos los españoles procrastinan por igual. En este sentido, **aragoneses, murcianos y madrileños** son los que más aplazan aquellas situaciones u obligaciones que deben atender, mientras que en el polo opuesto se encuentran los **andaluces, navarros y valencianos**.

Ficha metodológica

Para la elaboración del sondeo de opinión, la consultora MDK ha realizado una encuesta online a 1.700 personas entre 18 y 75 años de toda la geografía nacional. La encuesta se llevó a cabo entre el 21 y 29 de noviembre de 2017 y tiene un error muestral +/- 2,4% y los resultados están ponderados según muestra proporcional de la población por Comunidad Autónoma.

Sobre Línea Directa Aseguradora

Línea Directa Aseguradora, participada al 100% por Bankinter, es en la actualidad la 5ª aseguradora de automóviles de España, y está especializada en la venta directa de seguros de coches, motos, empresas y autónomos, y hogar. Línea Directa está entre las 100 empresas españolas con mejor reputación, según el ránking MERCO Empresas. Recientemente ha entrado en el seguro de Salud con una nueva marca que apuesta por la digitalización y las recompensas para sus asegurados.

Para **más información y ver el estudio completo:** <http://info.lineadirecta.com/>

Línea Directa Aseguradora

Santiago Velázquez
 Director de Comunicación Externa
santiago.velazquez@lineadirecta.es
 Tel.: 91 807 20 15 – 682 196 953

Beatriz Acevedo
beatriz.acevedo@lineadirecta.es
 Tel.: 91 807 19 67 – 636 658 641

TresCom Comunicación

Florita Vallcaneras
florita.vallcaneras@trescom.es
 Tel.: 914 115 868 / 627 811 799

Isabel Gómez
isabel.gomez@trescom.es
 Tel.: 914 115 868 / 650 363 657

