

# Los ticos dicen cumplir 6 de cada 10 de las metas de año nuevo que se proponen

Resultados de la encuesta nacional Actualidades 2019

31 DIC 2019 Sociedad



Estudiante Andrea Alfaro Picado, presenta los resultados de su estudio sobre las metas de fin de año en Costa Rica. Ella trabajó junto con Alcides Arroyo Arroyo y Manuel Suárez Gómez en este tema incluido en la encuesta Actualidades 2019.

Karla Richmond

El fin de año es un momento que motiva a la mayoría de la población en suelo nacional a plantearse nuevas metas. De hecho, un 84% de los ciudadanos en el país dice que hacer

lista de propósitos para el 31 de diciembre es mucho más efectivo respecto a hacerlo en cualquier otro momento del año.

Lo anterior es parte de los resultados de la encuesta nacional de Actualidades 2019, realizada anualmente por estudiantes de la Escuela de Estadística de la Universidad de Costa Rica y que consulta a nivel nacional la opinión de los habitantes sobre temas cotidianos.

Respecto a las metas de fin de año el estudio revela que en general, las personas consideran que cumplen 6 de cada 10 metas de año nuevo que se proponen y las metas que más logran cumplir son las relacionadas al campo de las relaciones amorosas y sociales. Al respecto, casi un 29% de los consultados dijo cumplir con este tipo de metas propuestas hace un año.

### [LEA: La Escuela de Estadística presentó los resultados de la Encuesta de Actualidades 2019](#)

Por el contrario, las menos cumplidas fueron las relacionadas al campo de la salud mental.

Las personas suelen fijarse metas para mejorar algún aspecto de sus vidas y para iniciar esa mejora, como primer paso, es común establecer un periodo de tiempo para ponerla en marcha y un lapso máximo para cumplirla. Así nos propusimos estudiar las metas de año nuevo propuestas a inicios del 2019 y el avance logrado en su cumplimiento, explicó la estudiante Andrea Alfaro Picado.

El estudio indaga sobre las metas de año nuevo propuestas a inicios del 2019 sobre cinco ámbitos específicos: 1) económico, laboral o estudios, 2) salud física o estética, 3) relaciones amorosas o sociales, 4) salud mental y 5) metas pendientes.

Tomando en consideración a todas las personas de 18 años, casi la mitad se propuso muy pocas metas, de estos la mayoría son personas mayores de 50 años. Por el contrario, el grupo que se propone muchas metas está compuesto por las personas más jóvenes y también las que señalaron tener mayor nivel de escolaridad.

En el campo laboral, económico o de estudios, **las metas académicas (estudiar, obtener un título) fueron las más frecuentes (32,6%)**. En el ámbito de la salud física o la estética las principales metas fueron **bajar de peso (34,1%) o hacer ejercicio (33,2%)**.

En el campo de la **salud mental** la meta principal fue mejorar ese aspecto (25,2%) y en las relaciones sociales y amorosas fue **llevarse mejor con la familia y amigos (26,9%)**. Entre las metas pendientes más frecuentes que se replantearon a inicios del 2019 está la **compra de vivienda o vehículo (21,1%)**.

## Sobre Actualidades 2019

La encuesta Actualidades 2019 se aplicó a una muestra probabilística de 1 215 personas de 18 años o más que fueron entrevistadas en todo el territorio nacional. Las entrevistas se realizaron en octubre pasado.

La encuesta se realiza cada año desde hace nueve años y consulta la opinión de los habitantes sobre temas cotidianos, hasta la fecha se han consultado sobre 84 temas distintos y toda la data se encuentra [disponible en el sitio web de la Escuela de Estadística](#).



**Gabriela Mayorga López**

**Editora digital y periodista, Oficina de Divulgación e Información**

**Áreas de cobertura: ciencias económicas, derecho, innovación y emprendimiento**

**[gabriela.mayorgalopez@ucr.ac.cr](mailto:gabriela.mayorgalopez@ucr.ac.cr)**

**Etiquetas:** [actualidades](#).