

INTRODUCCIÓN

Como ya se ha mencionado, la presente publicación pretende simplemente dar a conocer los principales datos encontrados en esta edición del PROCRES-JOVEN, con el objetivo de aportar una visión actual de la situación y dar una imagen más cercana y ajustada de la realidad en la que trabajamos hoy en día.

Dada la gran cantidad de información ofrecida por este estudio, se presentan a continuación los resultados más importantes en cuanto a frecuencias de las distintas variables. Las conductas más importantes, además, son analizadas en función de algunas de las variables demográficas (curso³, sexo, centro público o privado, zona de ubicación y/o clase social). Estas frecuencias se presentan sólo en el caso de que las conductas de salud cambien dependiendo de estas variables demográficas y la información que ofrecen sea relevante para comprender la situación y/o para el desarrollo de programas y actividades de Promoción de Salud y Educación para la Salud.

³ Se ha escogido la variable curso, en lugar de la edad, por una mayor sencillez en el análisis. Por otro lado, entendemos que ambas variables aportan una información similar, ya que están íntimamente relacionadas.

ACTIVIDAD FÍSICA

El PROCRES-JOVEN recoge información sobre este aspecto tratando de diferenciar entre la actividad física general, como parte de las actividades diarias o juegos, y el ejercicio físico reglado, más o menos intenso. Esta información se complementa con la percepción de forma física de los jóvenes. Adicionalmente, se obtienen datos sobre el lugar de práctica deportiva y el acceso a instalaciones. Los principales resultados encontrados fueron:

- Como corresponde a estas edades, la mayor parte de los estudiantes (63.9%) desarrollan actividades que implican ejercicio físico, como correr, montar en bicicleta, etc., fuera del horario escolar. De la misma forma, más de la mitad (62.9%) practican, extra-escolarmente, algún tipo de deporte o gimnasia.
- Más de la mitad (56.5%) practica ejercicio físico intenso al menos dos veces por semana, y lo más común es hacerlo entre 1 y 3 horas semanales (53.6%).
- La práctica deportiva, fuera del horario de clase, se realiza principalmente en la calle (49.9%), en instalaciones deportivas de fácil acceso (un 33.2% en el propio centro y el mismo porcentaje en instalaciones públicas) o en el campo o playa (30.7%). Un 21.8% utiliza instalaciones privadas para hacer deporte.
- La accesibilidad a instalaciones deportivas no es completa ni sencilla. Un 19.6% dice no disponer de este recurso bien porque estén lejos de su casa, porque no puede usarlas o simplemente porque no conoce instalaciones de este tipo. Entre quienes tienen acceso, más de un tercio (34.6%) mencionan también que se encuentran lejos de su casa.
- Acorde con la frecuencia de práctica de actividad física, la mayoría de los estudiantes se sienten en un estado de forma bueno o muy bueno (70.4%).

Relaciones con otras variables

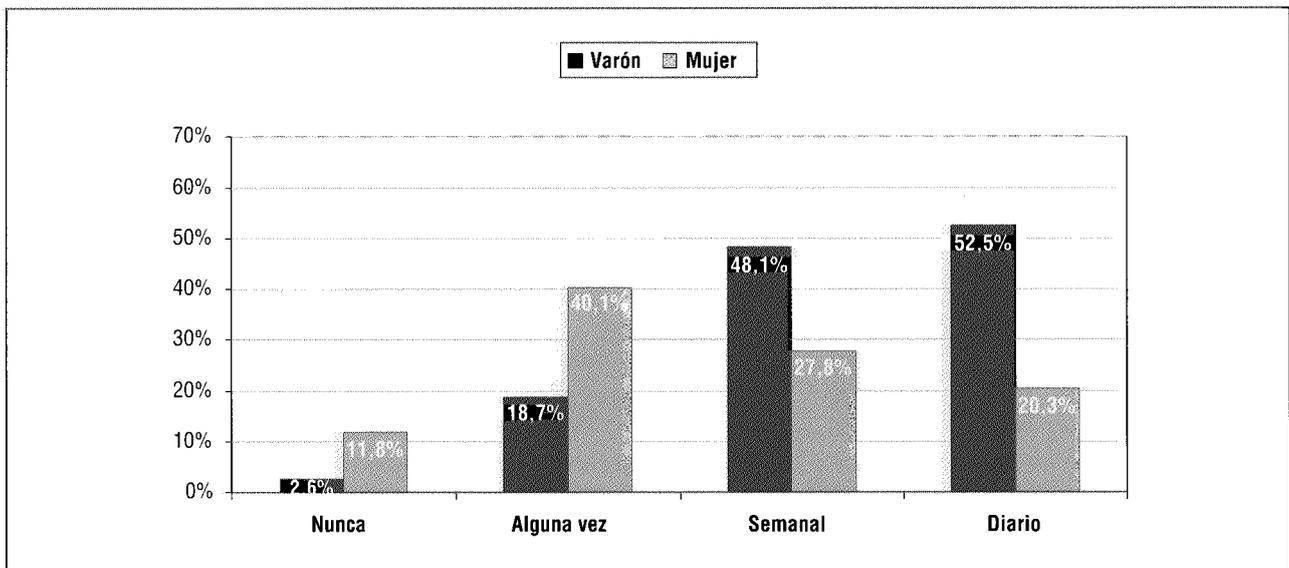
Curso

- La actividad física en general, como cabía esperar, disminuye con la edad. La práctica de actividades como correr, jugar... y hacer deporte o gimnasia son menos frecuentes en el grupo de 4º de ESO.
- En cuanto al ejercicio físico intenso, los alumnos mayores lo practican menos veces por semana (20.2% más de 4 veces semanales, contra 31.4% en 6º de Primaria), pero durante más horas (19% más de 4 horas semanales contra 13.1% en 6º), reflejando, probablemente, una práctica más reglada de actividad deportiva. Por otra parte, en todas las variables se detecta un incremento del porcentaje de alumnos que nunca llevan a cabo actividad física, paralelo a la edad.
- Otra variación esperada es la que se produce respecto al lugar de práctica deportiva. Los alumnos mayores realizan la actividad física más frecuentemente en instalaciones deportivas (37.8% en instalaciones públicas y 25.6% en privadas). Sin embargo, en 6º es más frecuente que se utilicen espacios abiertos (calle, campo...) para la práctica de estas actividades. Esto se refuerza por el hecho de que los alumnos mayores parecen encontrar más fácil el acceso a instalaciones deportivas.
- La percepción del estado de forma desciende claramente con la edad.

Sexo

- Con respecto al sexo, como era de esperar, los varones realizan más actividad física que las mujeres. Esta diferencia aparece claramente en todas las variables contempladas. En la figura 2 se pueden observar estas diferencias para la práctica de deportes o gimnasia. Un 51.9% de las mujeres lleva a cabo sólo alguna vez o nunca este tipo de actividad, mientras que esto mismo sucede solamente en un 21.3% de los varones. En el caso del ejercicio físico intenso, estas diferencias son similares, siendo máximas en las frecuencias altas (el 36.5% de los varones practican ejercicio físico intenso cuatro veces por semana o más vs. un 13.5% de las mujeres).

FIGURA 2. FRECUENCIA DE PRÁCTICA DE DEPORTES O GIMNASIA POR SEXO



- Esta diferencia aparece también en cuanto a la percepción de accesibilidad a las instalaciones deportivas. Los varones practican deporte con mayor frecuencia en instalaciones tanto privadas (28.4% vs. 16.4%) como públicas (40.9% vs. 27.1%). Sólo un 15.8% de varones dicen no tener acceso a este tipo de instalaciones, mientras que este porcentaje aumenta al 24.2% en el caso de las mujeres.

Obviamente, estas diferencias no son explicables en términos de residencia de los sujetos o discriminación en el acceso a centros deportivos. La explicación podría radicar en un menor interés por la actividad física o menores expectativas deportivas, por parte de las mujeres, o que, como ya se mencionaba en el anterior estudio, gran parte de tales instalaciones deportivas pueden estar preparadas para lo que tradicionalmente se han considerado como deportes masculinos (p.e.: fútbol). Desde este punto de vista, es lógico que las mujeres perciban una menor accesibilidad para instalaciones deportivas. Es muy posible que las instalaciones más accesibles no estén diseñadas para actividades que ellas practican con mayor frecuencia (p.e.: piscinas).

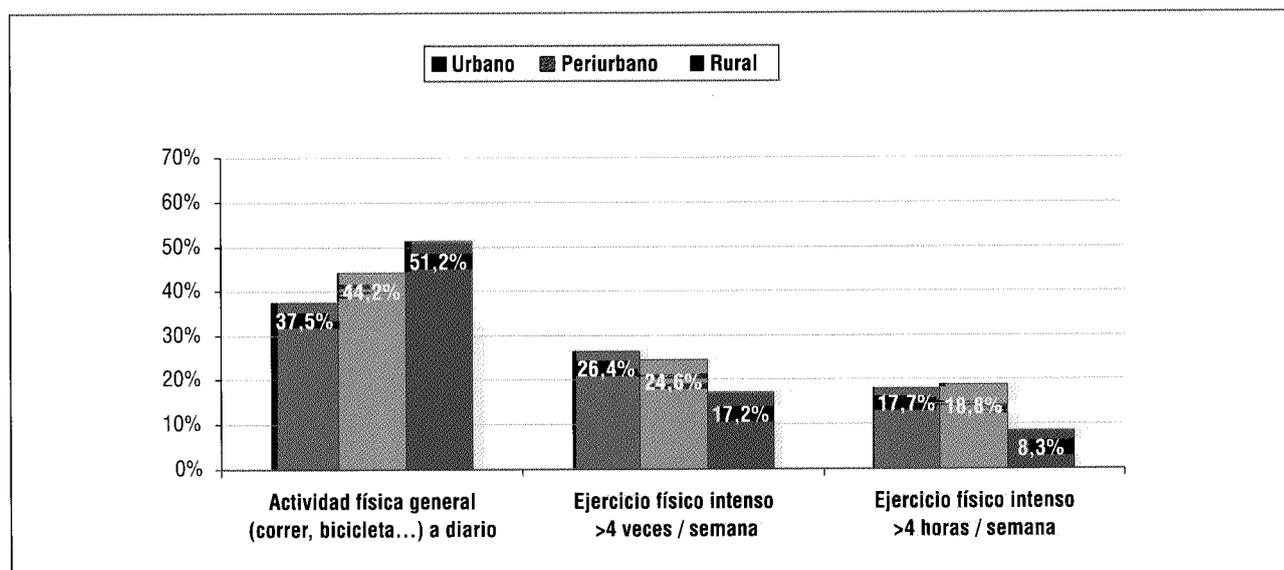
- Por otra parte, como es lógico, las diferencias mencionadas se plasman en una percepción del estado de forma diferente. El 77.6% de los varones dicen estar en 'buena' o 'muy buena' forma, por un 64.4% de las mujeres.

Zona de residencia

- Los sujetos residentes en zonas urbanas parecen tener menos oportunidades de practicar actividad física. El desarrollo de actividades como correr o jugar se da con bastante mayor frecuencia según nos vamos acercando a zonas rurales. El 37.5% dice practicar estas actividades a diario en zonas urbanas, mientras que estos porcentajes se incrementan hasta el 44.2% en periurbanas y el 51.2% en rurales.

Esta diferencia, sin embargo, se va suavizando según la actividad física es menos genérica y se va produciendo de forma más reglada, hasta invertirse cuando observamos la frecuencia de práctica de ejercicio físico intenso (figura 3).

FIGURA 3. FRECUENCIA DE PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA. DISTRIBUCIÓN POR ZONA DE UBICACIÓN DEL CENTRO



Resultados similares ya se encontraron en el anterior estudio y podrían explicarse por una mayor accesibilidad temporal y espacial a la práctica de actividades físicas según nos vamos alejando de los centros urbanos. El alumnado de zonas rurales tiene más espacios a su disposición, y los tiene al alcance de su mano, por lo que la actividad física es más habitual. El ejercicio físico intenso se produciría, en este caso, dentro de un contexto de actividad general (carreras por la calle, uso recreativo de la bicicleta...) y en episodios cortos, pero durante toda la semana. El alumnado de zonas urbanas, sin embargo, no dispone fácilmente de espacio y tiempo para la actividad física. Las actividades de tiempo libre en estas zonas son más sedentarias. Esto significa que estos alumnos deben destinar un tiempo determinado, y acudir a un lugar específico, para realizar actividades deportivas. El tiempo dedicado al ejercicio físico estaría, por tanto, más delimitado y fuera de su contexto general de actividades. Es decir, tienen mayor percepción de estar haciendo ejercicio y, cuando lo hacen, lo practican de forma intensa.

Clase social y tipo de centro

- El efecto de la clase social y el tipo de centro son, como es lógico, paralelos y parecen estar relacionados con el del lugar de residencia. El porcentaje de alumnos que practica a diario actividades físicas aumenta según va descendiendo la escala en la clase social, de la misma forma que es menor en los alumnos de centros privados.

- Como era de esperar, además, los alumnos de las clases I, II y III practican deporte en instalaciones privadas con mayor frecuencia (33.5%, 31.8% y 27.6%, respectivamente) que los de las clases IV y V (15.4% y 15.1%, respectivamente). Mientras que esta diferencia no aparece respecto a las instalaciones públicas.

CONSUMO DE TABACO

La información referida al consumo de tabaco se centra en determinar dos cuestiones fundamentales en este ámbito. La frecuencia con que se produce el contacto inicial con el tabaco y el patrón de consumo actual de la población. Asimismo, procura una información básica sobre el medio de consecución de esta droga, sirviendo como elemento de valoración del grado de aplicación de la legislación relativa a la venta y consumo de tabaco en nuestra Región.

- El porcentaje de jóvenes que ha tenido contacto directo con el tabaco alguna vez en su vida es elevado. Un 32.1% dicen haber fumado un cigarrillo, puro o pipa en alguna ocasión.
- En el momento de administración del cuestionario, aproximadamente el 16% de la muestra fumaban y de éstos, la mayor parte (13% del total) fumaba habitualmente (al menos una vez a la semana). La mayor parte de estos fumadores habituales (67.5%) lleva más de un año consumiendo tabaco.
- Sorprende que un 27.5% de los que han fumado alguna vez obtengan el tabaco porque se lo dan sus padres, familiares u otros adultos, siendo en 6º este porcentaje del 49.3%. Por tanto, los primeros contactos con el tabaco parecen producirse, con una frecuencia alta, en presencia de los padres. Las celebraciones (bodas, Navidades...) son, en muchas ocasiones, el momento en que los escolares toman este primer contacto, y esto suele producirse en presencia de su familia.
- Otro dato reseñable a este respecto es que el 11.3% de los alumnos de 6º, el 30.3% de los de 2º de ESO y el 59.1% de los de 4º de ESO que han fumado, consiguen el tabaco comprándolo en un estanco. Estos porcentajes son del 8.4%, el 29.9% y el 58.5%, respectivamente, si el lugar de adquisición es un bar. Prácticamente ninguno de estos alumnos supera la edad mínima que establece la legislación actual para la venta de tabaco. Dichos establecimientos estarían, por tanto, incumpliendo la normativa que restringe la venta de tabaco a menores.

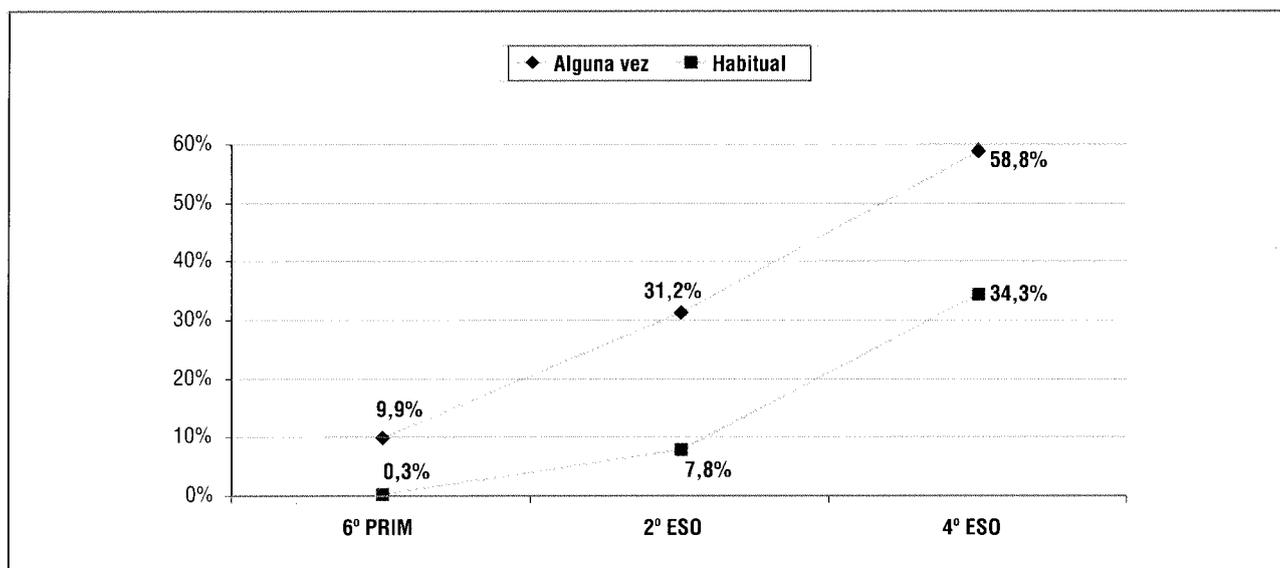
Relaciones con otras variables

Curso

- Como era de esperar, la frecuencia de consumo de tabaco se incrementa con la edad. El porcentaje de sujetos que había fumado alguna vez era del 9.9% en los alumnos de 6º, el 31.2% en los de 2º de ESO y el 58.8% en los de 4º de ESO. Lo mismo sucede en cuanto al consumo habitual. Un 0.3% fuma todas las semanas en 6º, un 7.8% en 2º y un 34.3% en 4º de ESO.

A la vista de estos datos parece que el contacto con el tabaco se inicia al comienzo de la Educación Secundaria, y muestra un incremento más o menos constante. Sin embargo, el salto hacia el consumo habitual es más repentino y parece situarse alrededor de 3º de ESO (figura 4).

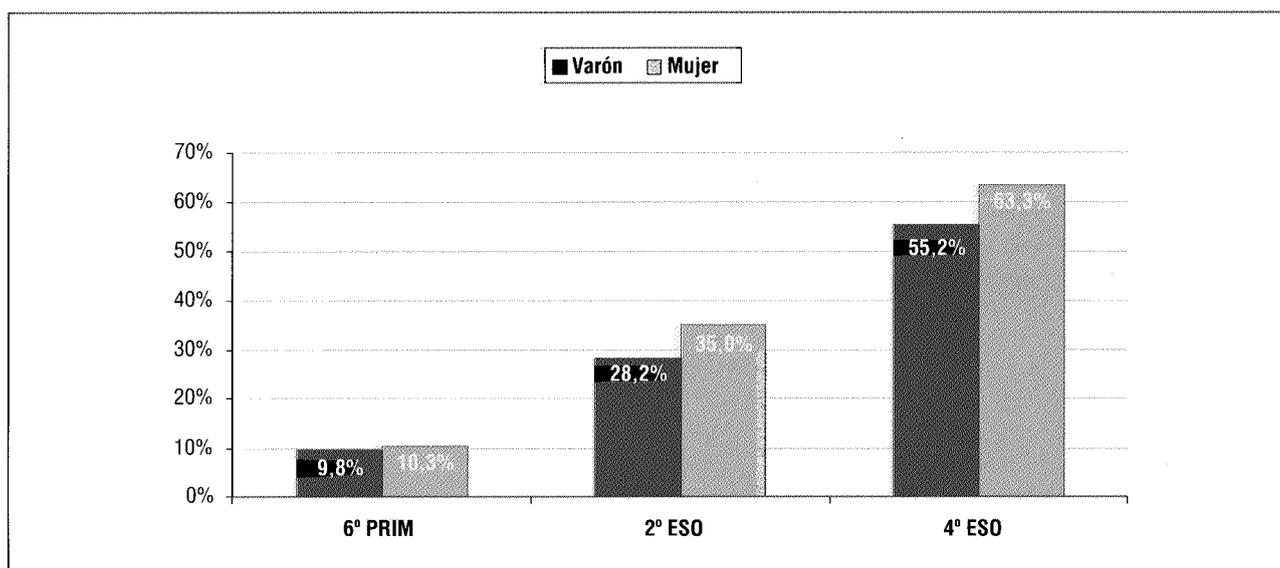
FIGURA 4. CONSUMO DE TABACO EN ALGUNA OCASIÓN Y HABITUALMENTE. DISTRIBUCIÓN POR CURSO



Sexo

- En general, el porcentaje de mujeres que han probado alguna vez el tabaco (34.7%) supera al de varones (30%).
- Este porcentaje es mayor, además, desde el primer momento. Ya en 6º de Primaria, las mujeres han probado el tabaco (10.3%) con mayor frecuencia que los varones (9.8%), diferencia que se amplía en 2º de ESO (28.2% vs. 35%) y 4º de ESO (55.2% vs. 63.3%) (figura 5).

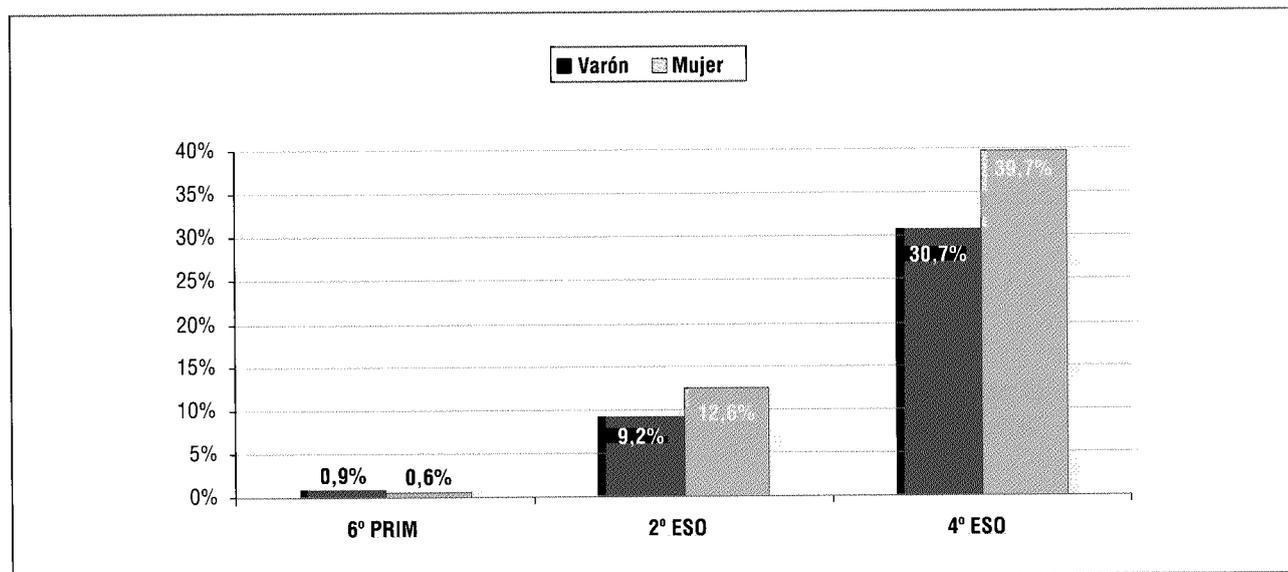
FIGURA 5. CONSUMO DE TABACO EN ALGUNA OCASIÓN. DISTRIBUCIÓN POR SEXO Y CURSO



- Las diferencias en cuanto al consumo habitual (al menos una vez por semana) en el total de la muestra no son apreciables en 6º de Primaria por el escaso número de sujetos que fuman semanalmente en este grupo de edad (<1% en ambos sexos). Sin embargo, aparecen ya en 2º de ESO (9.2% de varones vs. 12.6% de mujeres) y se observan claramente en 4º de ESO (30.7% vs. 39.7%) (figura 6).

- Por otra parte, parece que hay una mayor tendencia, entre las mujeres, a avanzar al consumo habitual una vez que se ha probado el tabaco. Así, al llegar a 4º de ESO, fuma habitualmente el 71.2% de las mujeres que ha probado alguna vez el tabaco, mientras que este porcentaje es sensiblemente menor para los varones (52.6%).

FIGURA 6. CONSUMO HABITUAL DE TABACO. DISTRIBUCIÓN POR SEXO Y CURSO



Zona de residencia, clase social y tipo de centro

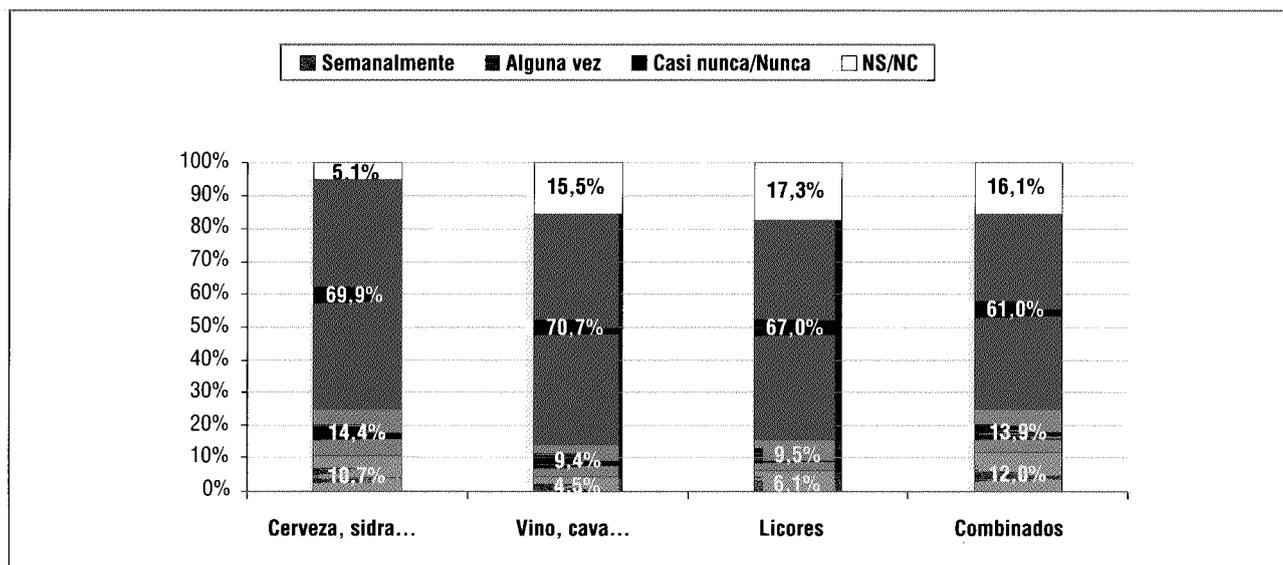
- Ni la zona de ubicación del centro ni la clase social parecen tener un efecto claro sobre el inicio en el consumo de tabaco o sobre el consumo habitual, salvo un descenso en el porcentaje de fumadores habituales en zonas rurales.
- Sin embargo, sí que hay diferencias según los alumnos pertenezcan a centros públicos o privados. El inicio en el consumo es más frecuente en centros públicos (34.6%) que en privados (25.3%), así como el consumo habitual (14.2% vs. 9.2%).

CONSUMO DE ALCOHOL

Las variables incluidas en cuanto al consumo de alcohol en el PROCRES-JOVEN pretenden perfilar el patrón de consumo de los jóvenes de estas edades a través de información sobre la frecuencia de consumo de distintas bebidas y la cantidad ingerida. Además, al igual que en el caso del tabaco, ofrece una información básica sobre la forma de acceso a este tipo de bebidas.

- El alcohol sigue siendo la droga más consumida por los jóvenes de la Región. Un 65% de la muestra ha probado bebidas alcohólicas en alguna ocasión.
- Las bebidas más consumidas son del tipo cerveza o sidra, seguidas de vino o cava y en último lugar se encuentran los combinados y las bebidas de alta graduación, por este orden (figura 7).
- Por otra parte, como en el caso del tabaco, los alumnos consiguen principalmente las bebidas en su casa (45.4%) y un 19.9% adicional menciona expresamente los acontecimientos familiares como momento de consumo, lo que significa que persiste el patrón típico de inicio en el consumo de alcohol a través de este tipo de fiestas. Por otra parte, un 26% afirma conseguir las bebidas comprándolas en un bar, lo que significa que tampoco se respeta la legislación a este respecto.
- Como dato resaltable, casi uno de cada cinco escolares murcianos (18.3%) de estas edades se ha emborrachado alguna vez. Entre los que se han emborrachado, aproximadamente un 12% lo ha hecho más de 10 veces. Estos porcentajes son muy importantes, sobre todo si tenemos en cuenta la edad media de la muestra utilizada.

FIGURA 7. FRECUENCIA DE CONSUMO DE DISTINTAS BEBIDAS ALCOHÓLICAS. SUJETOS QUE HAN BEBIDO EN ALGUNA OCASIÓN

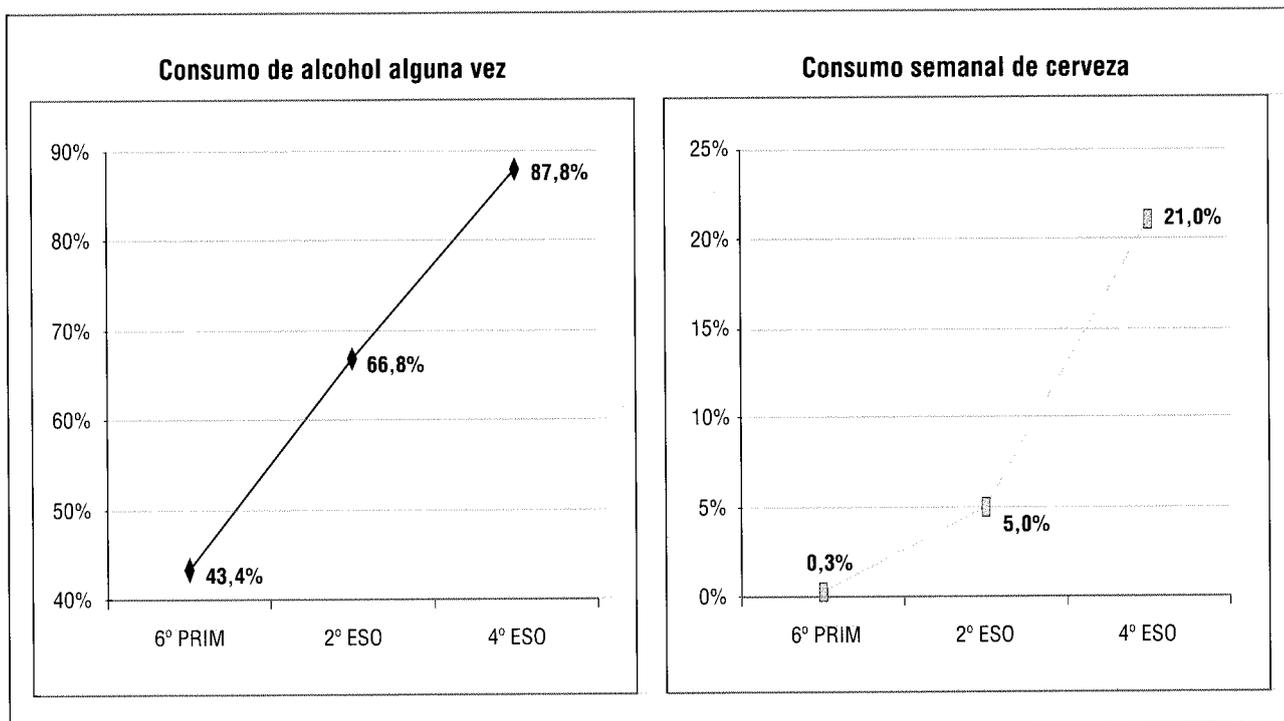


Relaciones con otras variables

Curso

- Los jóvenes que han probado el alcohol alguna vez son ya un 43.4% en 6º de Primaria, incrementándose después hasta un 66.8% en 2º y un 87.8% en 4º de ESO (figura 8).
- En 6º de Primaria el consumo actual es prácticamente nulo; menos de un 1% dicen consumir semanalmente vino o cerveza/sidra. En 2º de ESO, sin embargo, un 5% consumen cerveza/sidra semanalmente y este porcentaje se dispara hasta un 22% en 4º de ESO. Es decir, el salto al consumo continuado parece situarse alrededor de 2º y 3º de ESO (figura 8).

FIGURA 8. CONSUMO DE ALCOHOL. DISTRIBUCIÓN POR CURSO



- En 4º de ESO, además, el consumo semanal de vino o cava alcanza el 8.3%, el de licores el 11.3% y el de combinados el 18.5%.
- Por cursos, un 2.4% de los alumnos de 6º dicen haberse emborrachado alguna vez. Estos porcentajes alcanzan un 11.8% en 8º y un 44.7% en 4º de ESO.

Sexo

- En la muestra global, el porcentaje de mujeres y varones que dicen haber probado el alcohol no difiere prácticamente (65.5% varones vs. 66.4% mujeres).
- Esta similitud se mantiene, además, en los sujetos de menor edad, siendo el porcentaje casi igual tanto en 6º (44.6% varones vs. 44% mujeres) como en 2º de ESO (67.6% vs. 67.9%). Es decir, no se producen diferencias de sexo en cuanto a los primeros contactos con las bebidas alcohólicas.

- Sin embargo, en 4º de ESO la proporción de mujeres que han llegado a probar alcohol alguna vez (91.1%) ya es mayor que la de varones (86.5%). Esto significa que hay más mujeres que han experimentado con el alcohol, o menos abstemias totales, pero no que beban más que los varones.
- Por otra parte, no existen claras diferencias entre sexos en cuanto a frecuencia de intoxicaciones etílicas. En ambas ocasiones, el porcentaje es similar en todos los casos, si bien el porcentaje de mujeres supera al de varones en todas las categorías y grupos de edad.

Zona de residencia, clase social y tipo de centro

- Los alumnos de centros públicos han probado bebidas alcohólicas con mayor frecuencia que los de centros privados (67.6% vs. 60.3%, respectivamente). Sin embargo, el hecho de haber probado alcohol no parece estar influido por la clase social de la familia ni por la zona de ubicación del centro.
- Esta misma situación se produce con respecto al consumo actual de diferentes bebidas alcohólicas, que parece ser más común en centros públicos. En este caso, además, la zona de ubicación también parece tener cierto efecto, siendo los alumnos de zonas rurales quienes con menor frecuencia consumen bebidas alcohólicas en la actualidad, en comparación con sus coetáneos de zonas urbanas y periurbanas. Este hecho se debe, probablemente, debido a una mayor dificultad de acceso a este tipo de bebidas. Así, por ejemplo, sólo un 3.4% dice conseguir las bebidas en un bar, frente al 19.7% y 16.1% en zonas urbanas y periurbanas.
- La situación en relación a la frecuencia de intoxicaciones sigue un patrón similar. Si bien la clase social tampoco parece tener un efecto claro, de nuevo los alumnos de centros privados parecen tener menos problemas derivados del consumo de alcohol (el 7.2% se ha emborrachado más de una vez vs. el 12.1% en centros públicos). Además, la experiencia de haberse emborrachado es menos frecuente según nos vamos alejando de los centros urbanos. El 8.4% de los alumnos en el medio rural lo han hecho alguna vez, mientras que este porcentaje aumenta al 17.9% en zonas periurbanas y al 20% en urbanas.

AUTOVALORACIÓN DEL ESTADO DE SALUD Y CONSUMO DE MEDICAMENTOS

El bloque referido a autovaloración del estado de salud incluye información subjetiva sobre el grado de salud física y emocional y, como cuestión específica añadida en función de la creciente importancia de este problema, sobre la percepción de sobrepeso. Incluye, asimismo, información sobre la frecuencia de aparición de determinados problemas de salud y el consumo de medicamentos para tratar sintomatologías comunes.

- En general, los estudiantes de la Región consideran que están bastante sanos (55.9%) o muy sanos (35.3%).
- Por otro lado, el 41.7% dice ser muy feliz y el 50.3% encontrarse bien.
- Con respecto a la percepción de sobrepeso hay un porcentaje demasiado elevado (42.9%) que se percibe con problemas en este sentido y dice que quisiera estar más delgado/a y, de hecho, uno de cada cuatro alumnos de la muestra (24.5%) dice hacer algo para adelgazar.
- Entre los problemas relacionados con la salud que dicen padecer con mayor frecuencia los escolares encontramos aquellos que tienen que ver con el estado de ánimo. El 32% dice "estar nervioso" todas las semanas, el 25.3% "estar irritado" y el 11.6% estar decaído. Más de un 10% dicen, además, tener dificultades para dormir, dolor de espalda o dolor de cabeza semanalmente.
- En cuanto a consumo de medicamentos, el 44.2% de los escolares había tomado medicinas para el resfriado, un tercio para el dolor de cabeza (33.2%) y uno de cada cuatro para la tos (24.3%). Un 20.5% lo había hecho para el dolor de estómago. Por último, un 4.4% decía haber tomado medicinas para aliviar sus dificultades para dormir y un 8.5% contra el nerviosismo.

Relaciones con otras variables

Curso

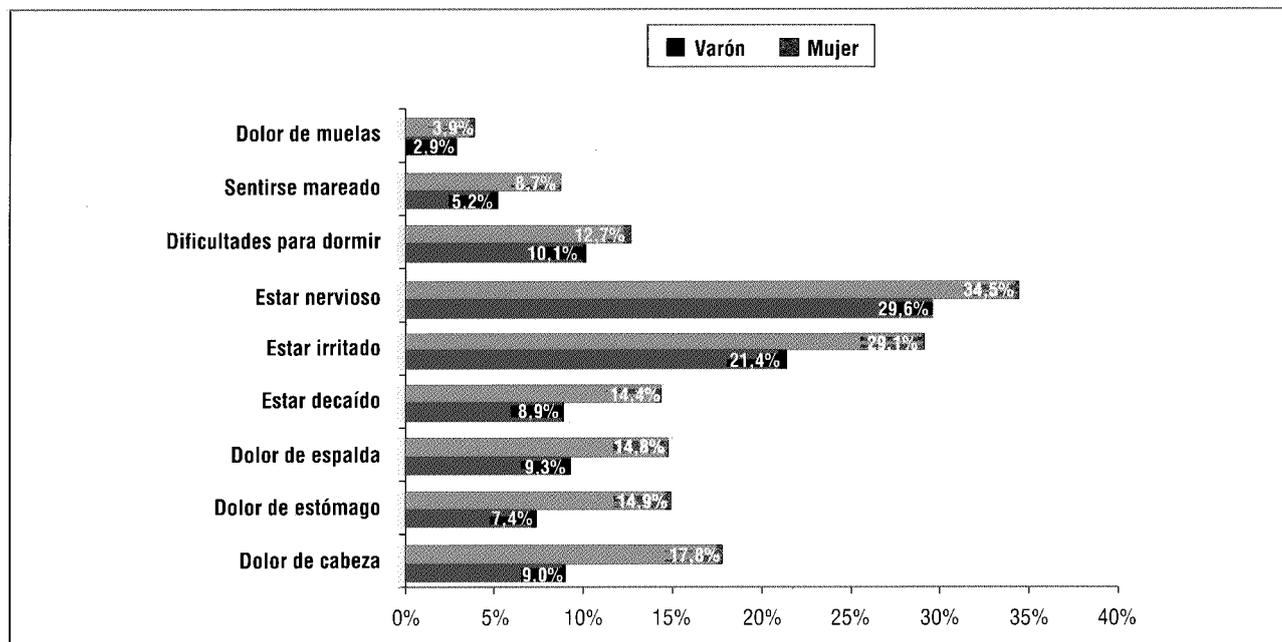
- La valoración del estado de salud es más positiva cuanto más jóvenes son los alumnos. Sólo un 4.7% considera que está "no muy sano" en 6º, porcentaje que se incrementa al 7.1% en 2º de ESO y al 14.3% en 4º de ESO. De la misma forma, mientras el 55.6% dice ser "muy feliz" en 6º, este porcentaje desciende al 39.5% y al 28.3% en 2º y 4º de ESO, respectivamente.
- La percepción de sobrepeso, sin embargo, no muestra variaciones especialmente significativas por edad, lo que indicaría que la visión problemática de la imagen corporal comienza de forma temprana y se mantiene estable con el tiempo.

Sexo

- La valoración del estado de salud parece ser más positiva en varones que en mujeres. Así, el 41.9% de los varones dicen sentirse "muy sanos", mientras que entre las mujeres este porcentaje es menor (29%). De la misma forma, un 11.3% de las mujeres dicen sentirse "no muy sanas", por un 5.5% de los varones. Esta diferencia, sin embargo, no aparece en cuanto a valoración de bienestar general.

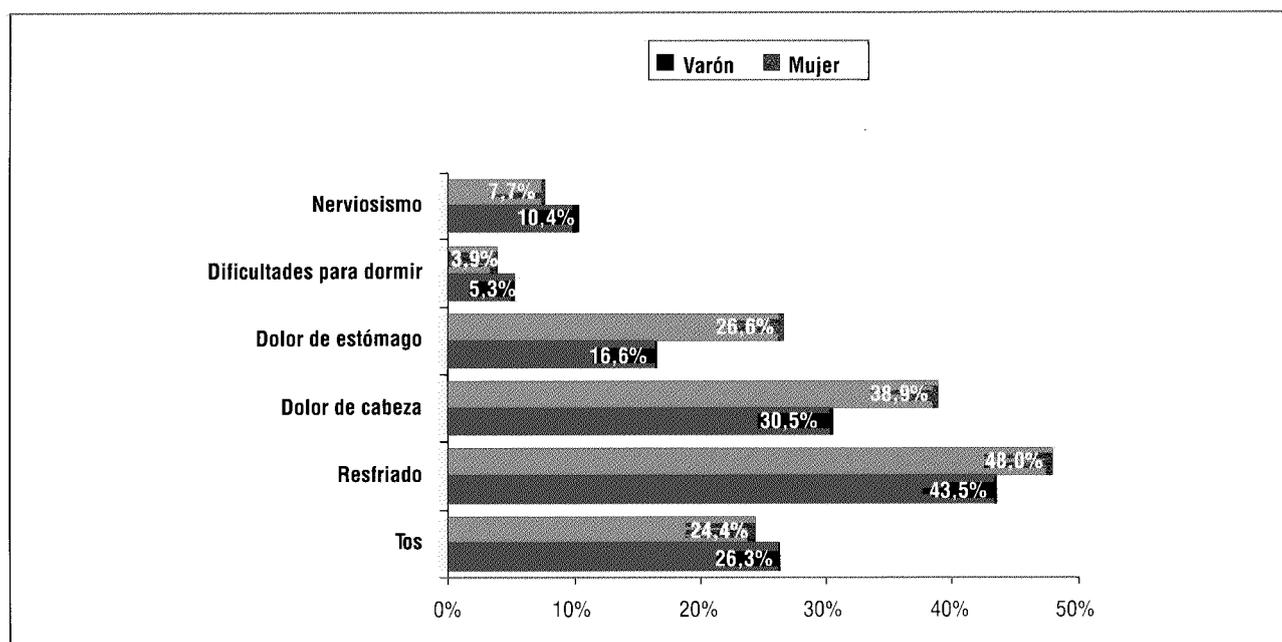
- Esta distinta percepción podría relacionarse con la frecuencia de aparición de problemas de salud. Como se ve en la figura 9, el porcentaje de mujeres que presenta ciertos problemas de salud todas las semanas supera, en todos los casos, al de varones.

FIGURA 9. PRESENTACIÓN SEMANAL DE DETERMINADOS PROBLEMAS RELACIONADOS CON LA SALUD. DISTRIBUCIÓN POR SEXO



- Algo parecido sucede en cuanto al consumo de medicamentos. El porcentaje de mujeres que han tomado medicinas para el resfriado, dolor de cabeza o de estómago es mayor (figura 10). Sin embargo, estas diferencias no existen para los problemas relacionados con estados de ánimo.

FIGURA 10. CONSUMO DE MEDICAMENTOS PARA DETERMINADOS PROBLEMAS DE SALUD. DISTRIBUCIÓN POR SEXO



- El sexo también influye en la percepción de sobrepeso. Más de la mitad de las mujeres no están contentas con su peso actual (51.7%), mientras que el porcentaje de varones en la misma situación es del 36.3%.

Zona de residencia, clase social y tipo de centro

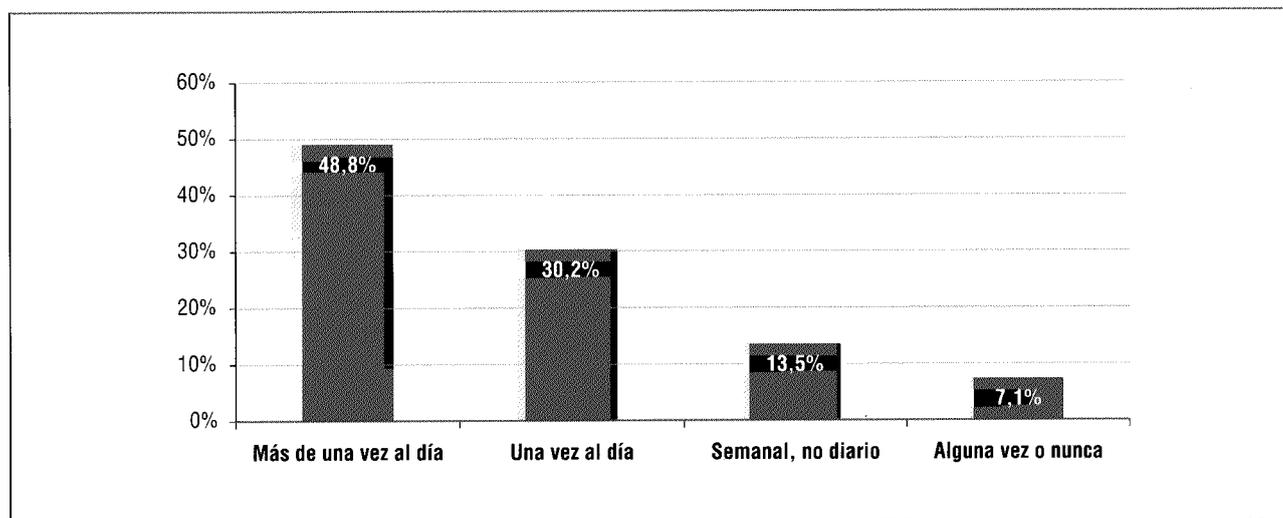
- En general, no parece haber grandes influencias de ninguno de estos factores sobre las variables recogidas. Sí que podría hablarse de ciertas tendencias a referir, en general, menos problemas de salud en zonas rurales, a sentirse más sanos los alumnos de centros públicos o a menor incidencia de determinados problemas en sujetos pertenecientes a familias de determinada clase social (p.e.: menor frecuencia de dolor de muelas en clase social I). Sin embargo, estas influencias son difusas y variadas dependiendo del problema concreto.

HIGIENE Y SALUD BUCODENTAL

El apartado relativo a higiene y salud bucodental contempla tres medidas de higiene básica (lavado de manos, de cabeza y frecuencia de ducha o baño) y cuestiones relativas a la frecuencia de cepillado de dientes y asistencia al dentista. Asimismo, se indaga sobre el motivo de esta asistencia con objeto de diferenciar entre quienes siguen la recomendación de realizarse una revisión periódica y aquellos que visitan al odontólogo cuando algún problema dental hace su aparición.

- El 67.9% dice lavarse las manos siempre antes de comer y un 10.7% dice hacerlo alguna vez o nunca. Un 11% del total se baña o ducha solamente una vez por semana o menos y el 17.8% se lava la cabeza una vez por semana o menos.
- Con respecto a la higiene dental, uno de cada cinco (20.6%) no se limpia los dientes ni siquiera una vez al día (figura 11). El 64.6% dice limpiarse los dientes siempre o casi siempre después de cenar. Después de comer este porcentaje desciende a un 57.3% y a un 44% después de desayunar.
- Este panorama de la salud bucodental se completa con el hecho de que un 17.2% no ha visitado aún al dentista. Además, de los que lo han hecho, la mayor parte han ido motivados por algún problema con su dentadura. Sólo un 37.3% menciona haber acudido para realizarse una revisión.

FIGURA 11. FRECUENCIA DE CEPILLADO DE DIENTES



Relaciones con otras variables

Curso

- El porcentaje de estudiantes que se lavan las manos siempre antes de comer desciende según se incrementa la edad (75.2% en 6º, 67.1% en 2º y 60.5% en 4º de ESO). Por el contrario, la frecuencia de ducha o baño y de lavado de cabeza se incrementa. Un 53.4% se baña o ducha más de tres veces por semana en 6º, un 62.7% en 2º y un 73.8% en 4º de ESO. Con respecto

al lavado de cabeza, un 70.8% lo hace al menos dos veces por semana en 6º, mientras que en 2º de ESO este porcentaje es de un 83.4% y en 4º del 91.6%.

- Con respecto a la higiene dental, no se observa apenas variación por curso en frecuencia global de cepillado ni en cepillado después de cenar, lo que sugiere que estos hábitos se adquieren con anterioridad y son resistentes al cambio.
- El porcentaje de sujetos que no ha ido nunca al dentista se mantiene estable en algo más de un 15%. Sin embargo, en principio, lo lógico sería que disminuyera con la edad, como sucedía en el estudio anterior.² Esta aparente contradicción se explicaría por una cada vez mayor conciencia de la necesidad de acudir al dentista, no sólo cuando se produce algún problema dental, sino como medida preventiva. Así, los porcentajes que han acudido al dentista para revisiones o “poner un aparato” son mayores en 6º y 2º de ESO, mientras que quienes han ido por problemas de caries son más en 4º de ESO.

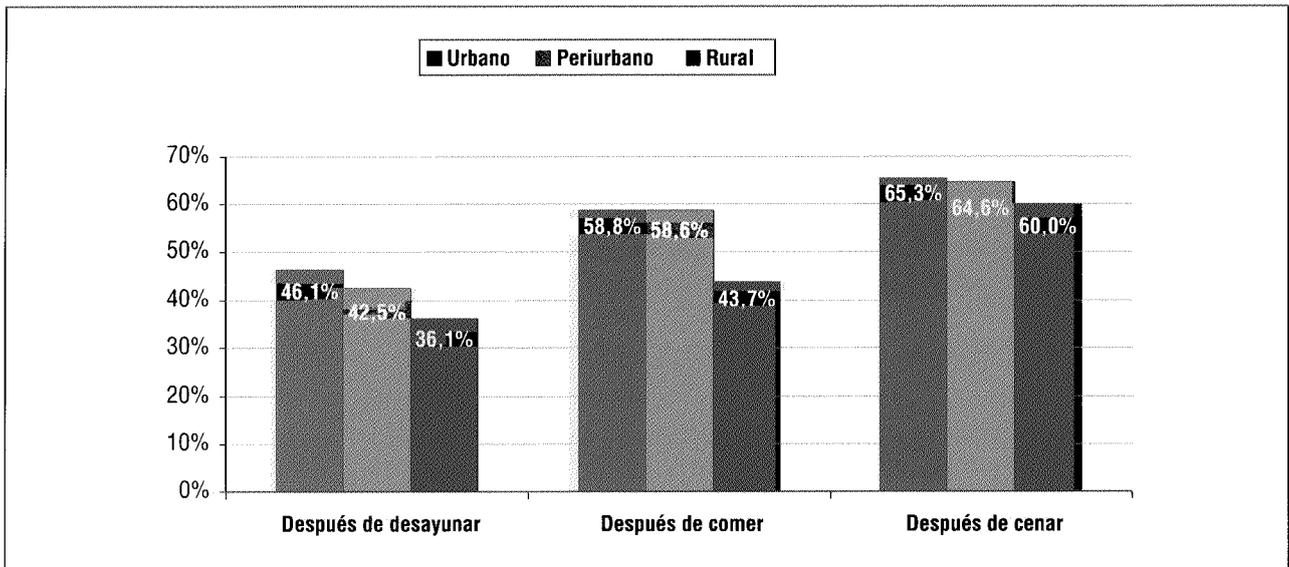
Sexo

- Existen diferencias por sexos, sobre todo en cuanto a la frecuencia de prácticas de higiene dental. El 59.4% de las chicas se lavan los dientes más de una vez al día por un 38.5% los varones. Estas diferencias, además, aparecen en todos los momentos (frecuencia de cepillado después de desayunar, comer y cenar).
- No hay diferencias claras, sin embargo, en cuanto a frecuencia de asistencia al dentista ni motivo de la misma.
- En cuanto a las prácticas de higiene corporal, la situación es diferente. No hay diferencias por sexos en cuanto al lavado de manos antes de comer ni en la frecuencia con que se duchan o bañan. En relación al lavado de cabeza, en ambos sexos, la proporción que lo hace menos de dos veces por semana es similar. Sin embargo, el porcentaje que se lava la cabeza todos los días es bastante mayor entre los varones (35.8% vs. 6.9% de mujeres), lo que indicaría un mejor conocimiento de las prácticas higiénicas adecuadas por parte de estas últimas.

Zona de residencia, clase social y tipo de centro

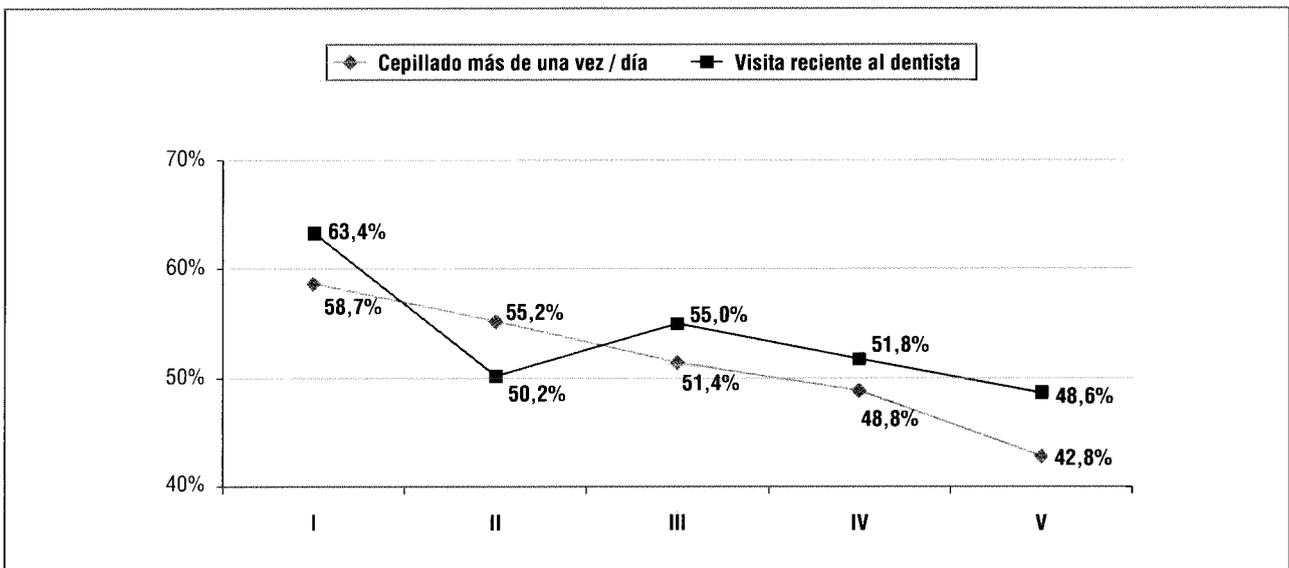
- Las tres variables tienen influencia sobre las prácticas de salud bucodental, probablemente por estar relacionadas entre sí. La frecuencia global de cepillado y las visitas al dentista, descendiendo paralelamente al nivel socioeconómico de la familia, son mayores en centros privados y en zonas urbanas.
- En general, los alumnos de centros privados se lavan los dientes con mayor frecuencia (53.8% más de una vez al día vs. 47.6% en centros públicos) y es más probable que hayan acudido al dentista (el 13.2% no ha ido nunca vs. 18.6% en los públicos).
- Por otra parte, según nos vamos alejando de los centros urbanos es más infrecuente que se laven los dientes más de una vez al día (figura 12). Las diferencias ya aparecen en cuanto a frecuencia de lavado después de desayunar, pero se maximizan a la hora de la comida para pasar a prácticamente desaparecer a la hora de la cena. Parece, por tanto, que la principal diferencia radica en el cepillado después de comer, que podría estar motivado por la ausencia de casa en este período del alumnado de centros rurales.

FIGURA 12. CEPILLADO HABITUAL DE DIENTES TRAS LAS COMIDAS. DISTRIBUCIÓN POR ZONA DE UBICACIÓN DEL CENTRO



- Por último, las prácticas de salud bucodental parecen descender paralelamente al nivel socio-económico de la familia. En la figura 13 se pueden observar estas relaciones entre la clase social y la salud bucodental. En ella se han tomado como referencias los porcentajes de sujetos que se cepillan más de una vez al día y los que han acudido al dentista hace menos de un año. Como se puede observar, existe una tendencia decreciente con un descenso de prácticas recomendadas sanitariamente en función de la clase social de la familia.

FIGURA 13. SALUD BUCODENTAL EN FUNCIÓN DE LA CLASE SOCIAL

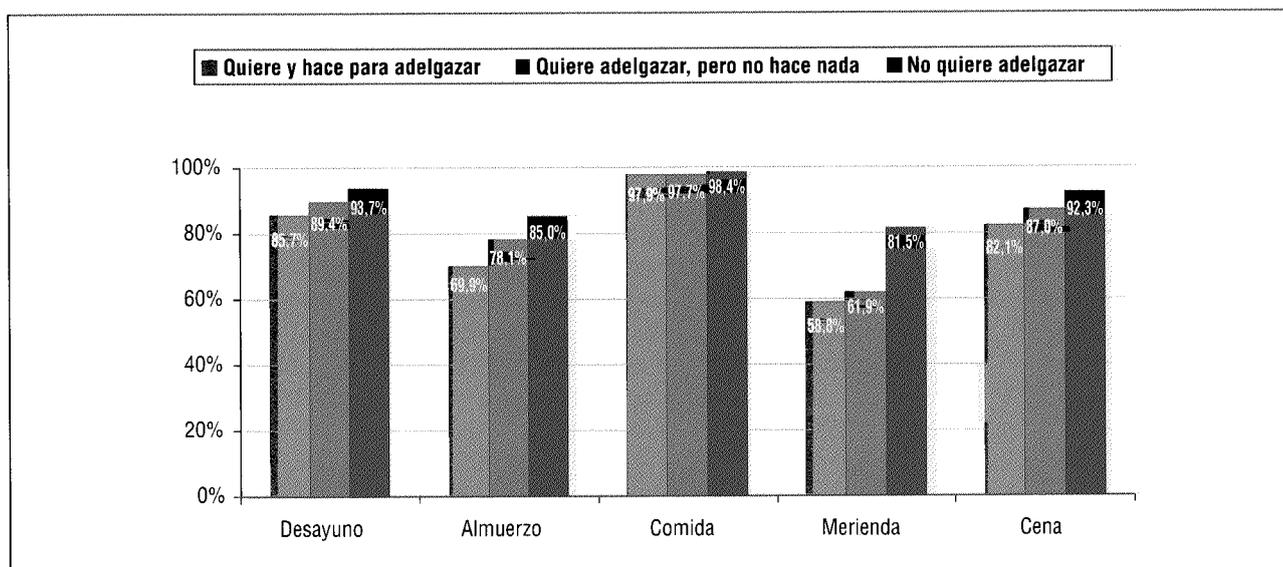


ALIMENTACIÓN

La obtención rigurosa de datos sobre la dieta de una población requiere una metodología compleja que va más allá de los objetivos y alcance de esta investigación. En este caso, lo que se pretende es simplemente obtener una aproximación global al tipo de alimentación de los adolescentes de la Región, para lo que se indaga sobre la frecuencia de consumo de los principales alimentos. Adicionalmente, se obtiene información sobre la distribución de las comidas a lo largo del día.

- Un 17.5% de la muestra no desayuna diariamente y un 11.3% no cena habitualmente, lo que supone un porcentaje elevado de población, especialmente en el caso del desayuno, que no sigue las recomendaciones indicadas para estas edades.
- La percepción de sobrepeso* afecta al número de comidas diario. Existe una tendencia a abandonar comidas cuando el sujeto cree que tiene más peso del que debiera (figura 14).

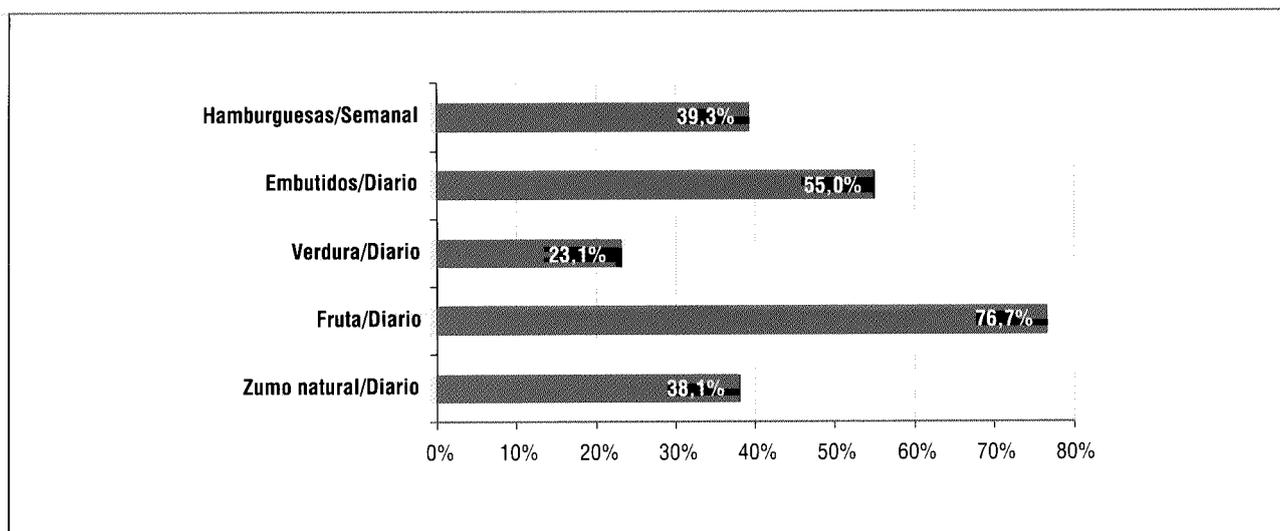
FIGURA 14. FRECUENCIA DE COMIDAS AL DÍA. DISTRIBUCIÓN POR PERCEPCIÓN DE SOBREPESO



- Con respecto a la frecuencia de consumo de alimentos específicos, la alimentación de los jóvenes murcianos presenta algunas tendencias que sería deseable corregir (figura 15). Sólo la leche es consumida más de una vez al día por más de la mitad de los estudiantes (64.4%). El consumo diario de zumos naturales no alcanza el 40%. Menos de la mitad toman fruta más de una vez al día (44.9%) y los que comen verduras y hortalizas a diario no llegan a la cuarta parte (23.1%).

* Los datos referidos a la prevalencia de percepción de sobrepeso se mencionan en el apartado "Autovaloración del estado de salud y consumo de medicamentos".

FIGURA 15. FRECUENCIA DE CONSUMO DE DETERMINADOS ALIMENTOS



- Semanalmente, más de tres cuartas partes consume alimentos como el arroz o pasta (91.5%), las legumbres (82.1%) o los huevos (81.9%). Otros, como el pescado, son consumidos por más de la mitad (70.9%).
- Por otra parte, el consumo de alimentos con alto contenido en grasas de origen animal es elevado: más de la mitad dice consumir embutido a diario (55.5%) y un 26%, carne de cerdo o ternera. El 10.3% dice comer todos los días hamburguesas o perritos.
- También es elevado el consumo de azúcares. Casi un 30% consume todos los días refrescos azucarados y/o dulces o golosinas.

Relaciones con otras variables

Curso

- La frecuencia de desayuno disminuye con la edad, hasta que en 4º de ESO encontramos que uno de cada cuatro alumnos no desayuna todos los días. Las frecuencias de comida del mediodía y cena no sufren variaciones tan importantes. Por otra parte, el porcentaje de alumnos que almuerza o merienda también disminuye con la edad.
- El consumo de alimentos específicos también presenta variaciones por curso. En general, en casi todos los casos, según se incrementa la edad desciende el porcentaje de sujetos que presentan valores extremos (consumir alimentos con elevada o muy escasa frecuencia). En alumnos de cursos más avanzados, por tanto, existe una mayor tendencia a la moderación y a una alimentación más variada.

Sexo

- En general, los varones tienden a ingerir alimentos con mayor frecuencia. Hacen más comidas diarias y con mayor asiduidad. Sin embargo, esto no se refleja claramente en el tipo de alimentos ingeridos. Las únicas diferencias claras se refieren a que hay mayor probabilidad de que los

varones tomen leche más de una vez al día (72.4% vs. 56.5% las mujeres) o consumo de zumos naturales a diario (42.3% vs. 44.4%). El resto de los alimentos tenidos en cuenta presentan una periodicidad de consumo muy similar entre varones y mujeres.

Zona de residencia, clase social y tipo de centro

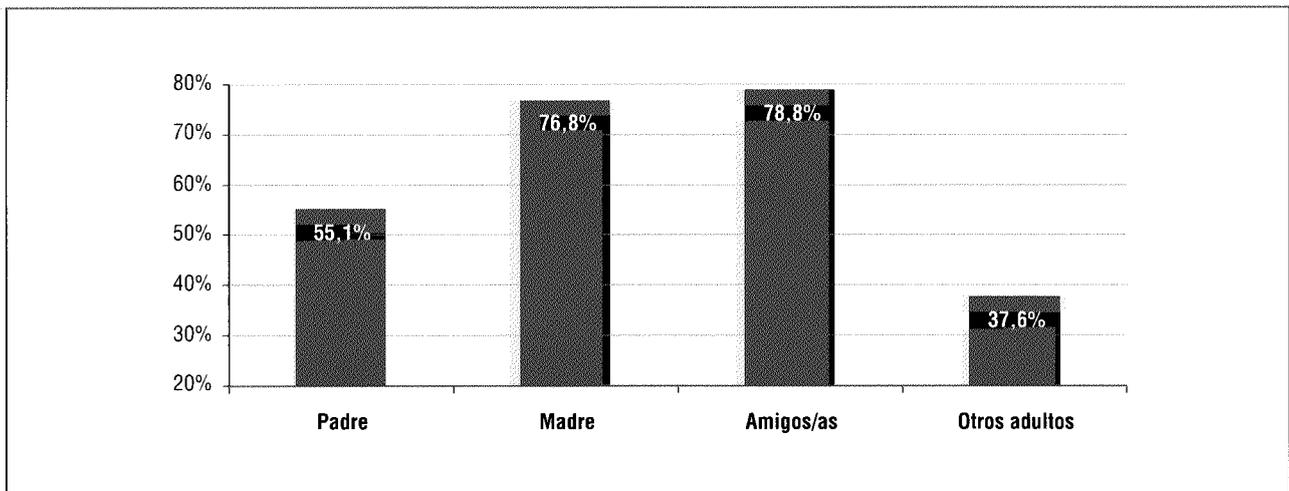
- Tampoco hay variaciones reseñables en cuanto al número de comidas diario o la asiduidad de las mismas en función de estas variables. Y tampoco aparecen diferencias claras que afecten a la frecuencia de consumo de los principales alimentos.

RELACIONES PERSONALES

Dentro de las variables relacionadas con la salud mental se han incluido cuestiones relativas a la fluidez de las relaciones socio-familiares y facilidad para relacionarse. Estas variables se relacionan también con las del siguiente apartado relativas a la utilización del tiempo libre.

- Lo más reseñable en cuanto a la fluidez de las relaciones socio-familiares es que un buen porcentaje de los alumnos encuestados presenta problemas de relación con sus padres (un 38% encuentra "difícil" o "muy difícil" hablar con su padre y un 20.2% con su madre) (figura 16).

FIGURA 16. FLUIDEZ DE RELACIONES SOCIO-FAMILIARES
Encuentran fácil hablar con las siguientes personas



- Por otra parte, un 5.9% del total de la muestra dice sentirse solo con "mucho" o "bastante" frecuencia.

Relaciones con otras variables

Curso

- Los problemas de relación con los padres se incrementan con la edad, lo que debe incitar a una reflexión seria sobre este tema. Así, el 13.8% y el 27.2% de los alumnos de 6º encuentran "difícil" o "muy difícil" hablar con su madre o su padre, respectivamente. Estos porcentajes, en los alumnos de 4º de ESO son del 27.6% en el caso de la madre y el 59.2% en el caso del padre.
- De la misma forma, el sentimiento de soledad parece incrementarse con la edad. El 58.2% de los alumnos de 6º no se ha sentido nunca solo, por un 53.6% en 2º y un 43.7% en 4º de ESO.

Sexo

- El sexo de los alumnos parece afectar a la fluidez de relaciones con el padre. Las alumnas perciben esta relación como "difícil" o "muy difícil" en un porcentaje (47.6%) mayor que los alum-

nos (28.3%). Esta diferencia se reduce en gran medida, pero mantiene la tendencia, en el caso de las relaciones con la madre (22.2% de las chicas vs. 18.2% de los chicos).

Zona de residencia, clase social y tipo de centro

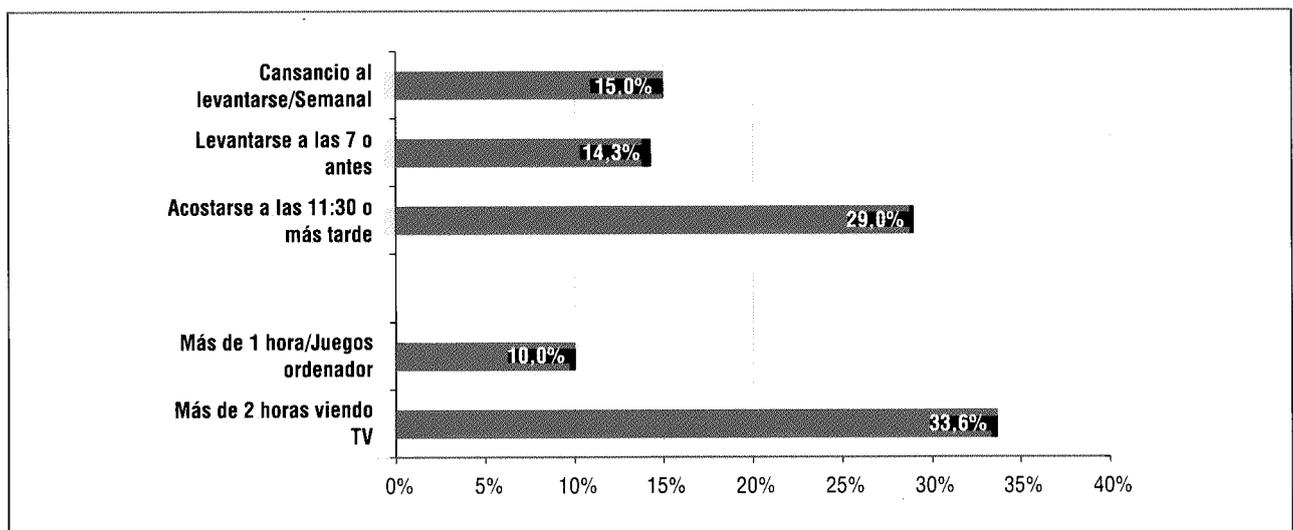
- No existen variaciones claramente reseñables por clase social ni tipo de centro respecto a ninguna de estas variables. Únicamente la zona de ubicación del centro parece presentar una tendencia en la dirección de un descenso en las dificultades de relación, tanto con su padre como con su madre, según nos vamos alejando de los centros urbanos.
- Por otra parte, en zonas rurales parece más difícil sentirse solo. Los alumnos de centros situados en estas zonas tienen menos probabilidad de enfrentarse a sentimiento de soledad (63.5% nunca se siente solos) comparados con sus coetáneos de zonas urbanas o periurbanas (52.0% y 50.7%, respectivamente).

TIEMPO LIBRE Y DESCANSO

Como ampliación de los datos del bloque anterior y en el marco del estudio de la relación de los alumnos de la muestra con su entorno, se desarrolla un bloque de preguntas sobre tiempo dedicado al descanso y utilización del tiempo libre. Incluye variables como el tiempo dedicado a tareas extra-escolares, a estar con amigos o a actividades sedentarias como juegos informáticos o ver la TV.

- Un 29% del alumnado se acuesta habitualmente sobre las 11:30 o más tarde y un 15% dice sentirse cansado, por lo menos una vez a la semana, al levantarse.
- Fuera del centro educativo, la mitad (49.9%) dedica más de una hora diaria a trabajos relacionados con sus estudios y el 18.2% menos de media hora. La mayoría (77%) está con sus amigos después de clase al menos dos días por semana.
- Los alumnos pasan buena parte de su tiempo libre delante de una pantalla. El 33.6% de los estudiantes ven la TV más de dos horas diarias (figura 17) y el 10% dedica más de una hora al día a los juegos informáticos.

FIGURA 17. USO DEL TIEMPO LIBRE Y DESCANSO



Relaciones con otras variables

Curso

- Como cabía esperar, los alumnos mayores se acuestan más tarde y se levantan antes a diario. Esto explica, probablemente, que mencionen con más frecuencia sentirse cansados cuando se levantan (24.6% todas las semanas en 4º de ESO y 6.2% en 6º de Primaria).
- La edad también afecta a cómo los alumnos pasan su tiempo fuera del centro educativo. Según se van haciendo mayores pasan más tiempo trabajando extraescolarmente, están con amigos menos días a la semana y dedican menos horas a juegos de ordenador. Por contra, los alumnos de 6º son quienes menos tiempo dedican a ver la televisión.

Sexo

- El sexo de los alumnos afecta de forma importante a las actividades de ocio. Las mujeres dedican más tiempo al trabajo extra-escolar (57% más de una hora diaria vs. 43.8% de varones), están menos días con amigos después de clase (36% cuatro o cinco días semanales vs. 52.3% de varones) y pasan menos tiempo con juegos informáticos (66.6% no juegan vs. 43.1% de los varones).
- No aparecen, sin embargo, claras diferencias en cuanto a las horas de acostarse y levantarse o la sensación de cansancio matinal.

Zona de residencia, clase social y tipo de centro

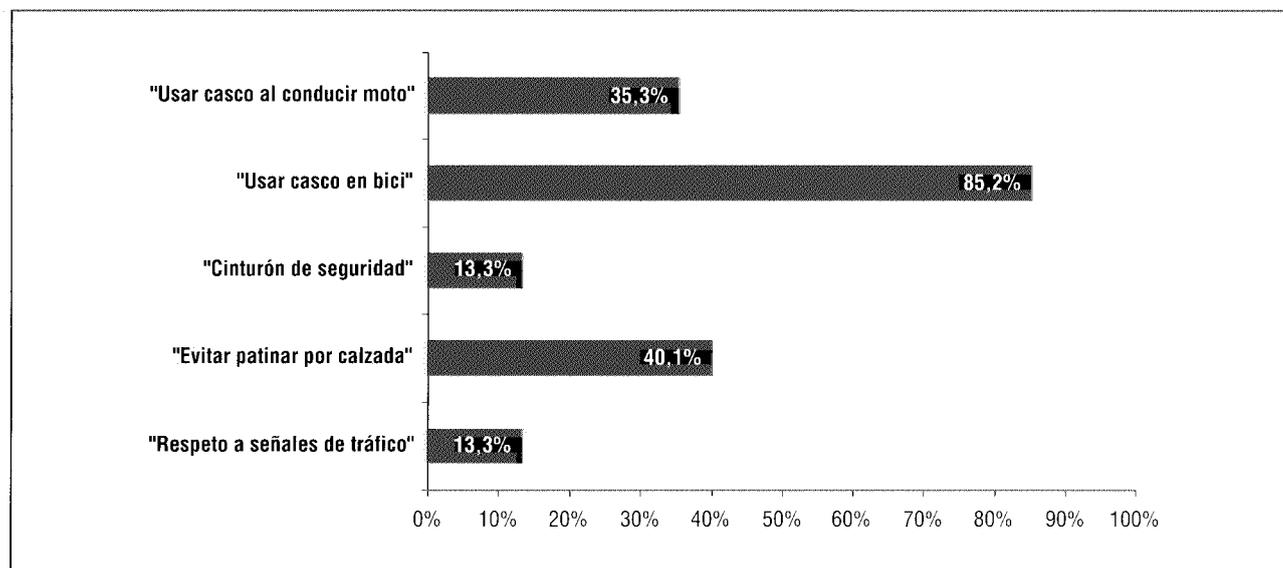
- Existen también otras variables influyentes. El alumnado de centros privados está menos días con amigos después de clase y ve menos horas diarias la TV.
- Por su parte, el alumnado de centros situados en zonas rurales dedica más tiempo al trabajo extra-escolar, se acuesta antes, se levanta más tarde y, consecuentemente, sienten cansancio matinal con menor frecuencia.
- Por último, la clase social no parece afectar claramente a las actividades de tiempo libre y descanso de los alumnos.

CONDUCTAS RELACIONADAS CON LOS ACCIDENTES

Los accidentes son una de las principales fuentes de morbi-mortalidad, especialmente, en jóvenes de estas edades. En este apartado se recoge información sobre la frecuencia con que ocurren accidentes que requieren asistencia médica, el tipo de accidente y el lugar donde ocurrió. También incluye datos sobre la práctica de actividades de riesgo en relación a los accidentes de circulación.

- Aproximadamente, uno de cada cuatro estudiantes de estas edades (27%) ha tenido, durante el último año, algún accidente que le ha causado lesiones por las que ha tenido que ir al médico.
- El tipo de accidente más común ha sido el producido practicando deporte (54.6%), seguido de accidentes "montando en bici" (21.1%), y el lugar más común en que tuvo lugar el accidente es la calle (43.1%), seguido del colegio o instituto (25.7%) y centros deportivos (20.8%).
- Para prevenir los accidentes, el 85.9% dicen respetar las señales de tráfico "siempre" o "casi siempre" cuando van en bici o moto y el 79.2% cuando van andando. El 85.8% usa el cinturón de seguridad en los coches con elevada frecuencia.
- La promoción del uso del casco es una de las medidas preventivas en las que más se ha incidido durante los últimos años. Sin embargo, el casco es utilizado con regularidad solamente por el 61% de quienes conducen motocicletas y el 47.2% de los que dicen ir de pasajero en moto (figura 18).

FIGURA 18. SUJETOS QUE DICEN **NO** PRACTICAR HABITUALMENTE DETERMINADAS CONDUCTAS PREVENTIVAS



- Además, menos de la mitad (43.3%) de quienes conducen moto dicen atarse el casco siempre.
- Por otro lado, a pesar de que el segundo accidente más común se produce montando en bicicleta, el uso de casco en esta actividad está aún muy poco arraigado, siendo menos de un 30% quienes lo han usado por lo menos una vez.

Relaciones con otras variables

Curso

- No hay grandes variaciones por edad respecto a los porcentajes de sujetos que han sufrido accidentes (6º: 26.5%; 2º ESO: 30.6%; 4º ESO: 23.1%).
- Sin embargo, sí que aparecen cuando se observa el tipo de accidente y el lugar donde se produce. Los accidentes "conduciendo una moto", lógicamente, se incrementan con la edad y los producidos "montando en bici" descienden también con la edad.
- El alumnado de 4º de ESO, también presenta una mayor frecuencia de accidentes haciendo deporte, lo que probablemente es el resultado de una práctica más intensa y/o de deportes más arriesgados.
- Con respecto al lugar, los alumnos más jóvenes tienen accidentes en el centro educativo con mayor frecuencia. En 6º, el 26.8% de los alumnos accidentados lo fueron en el colegio y en 2º ESO el 30.6%, pero en 4º desciende hasta el 16.1%. Por otro lado, como era de esperar teniendo en cuenta los datos anteriores, los accidentes en centros deportivos también se incrementan con la edad.
- Los alumnos más jóvenes presentan, en general, conductas menos arriesgadas. Respetan más las señales de tráfico, usan el casco en bicicleta y cuando van de pasajeros en moto más frecuentemente y tienen más precauciones cuando usan patines o monopatín.
- Por contra, los alumnos más jóvenes que han conducido alguna vez una moto han utilizado casco con menos frecuencia, aunque cuando lo usan es más probable que se lo aten correctamente. Esto es debido, probablemente, a que la utilización de motos en este grupo de edad es un hecho esporádico.

Sexo

- Con respecto al sexo, los varones refieren haber tenido accidentes con mayor frecuencia (32.9%) que las mujeres (21.3%). Esta diferencia se debe fundamentalmente a los accidentes de tráfico. Los varones parecen tener más accidentes montando en bicicleta, conduciendo motos, atropellos...
- Otra diferencia por sexos se presenta respecto al lugar del accidente. Las mujeres se accidentan más comúnmente en casa (12.7% vs. 7.1% en varones) y en el centro educativo (36.9% vs. 18.8% en varones) y los varones en centros deportivos (25.9% vs. 13.6% en mujeres) y en la calle (48.5% vs. 36.2% en mujeres).

Zona de residencia, clase social y tipo de centro

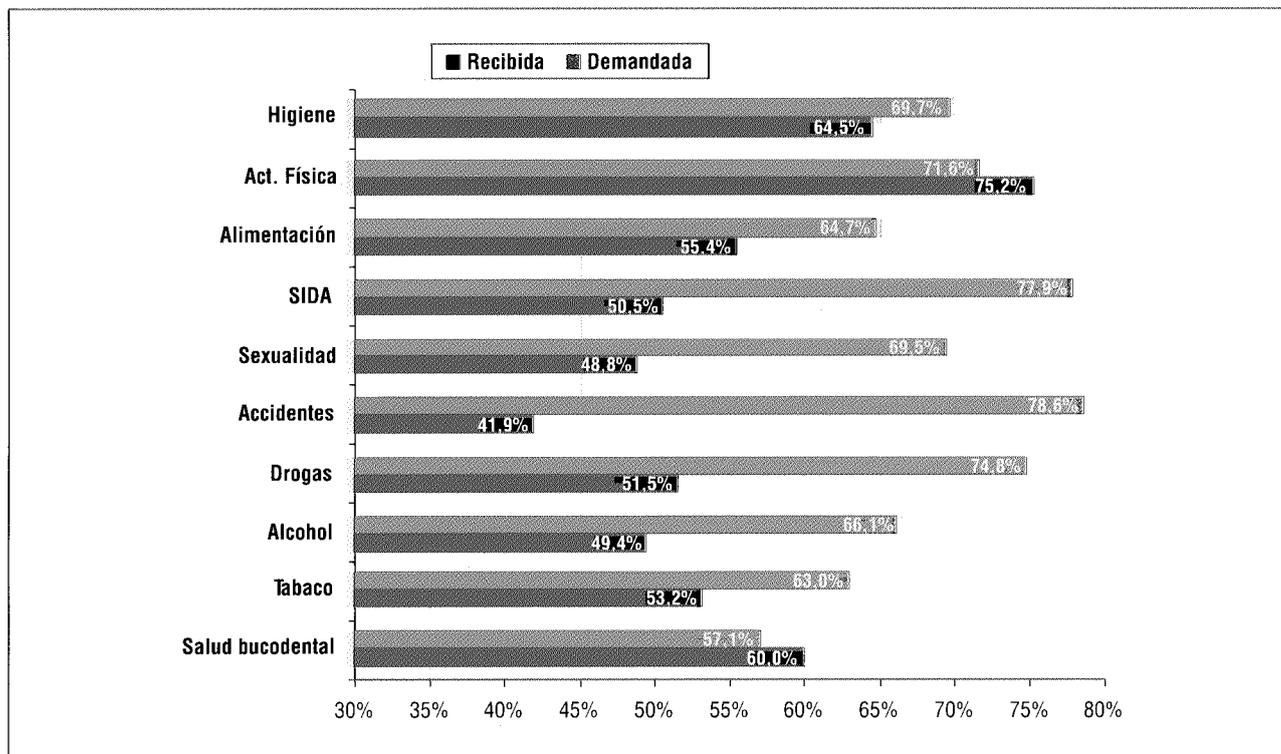
- No hay, por otro lado, diferencias remarcables de las otras variables demográficas, salvo una menor frecuencia de accidentes en la calle junto con un incremento de los accidentes en casa y en el colegio de los alumnos cuyo centro está ubicado en zona rural.

INFORMACIÓN SOBRE SALUD

Una de las cuestiones de mayor interés para la valoración de los programas de promoción de salud en nuestra Región es el alcance de las intervenciones y la cantidad de información recibida por los jóvenes sobre cómo preservar o mejorar su salud. Por este motivo, se incluye un bloque de preguntas sobre información recibida y deseada por el alumnado de estas edades, haciendo hincapié en los temas clásicos de educación para la salud.

- Un porcentaje importante del global de la muestra no ha recibido información ni en el centro educativo ni de sus padres sobre temas tan importantes como el tabaco (17.3%), el alcohol (18.3%), los accidentes (31.2%) o la sexualidad (30.8%).
- Dejando a un lado el ejercicio físico, que cuenta con una asignatura independiente, sólo en dos casos (higiene y salud bucodental) se supera el 60% de alumnos con los que se ha realizado algún tipo de intervención en el colegio o instituto. En el resto de los temas de salud, el porcentaje que ha recibido información en el instituto o colegio es de alrededor de la mitad.
- Los padres tampoco hablan suficientemente con sus hijos de temas de salud. Salvo en alimentación e higiene, un número elevado de alumnos dice no haber recibido información de sus padres. Esto es más notorio cuanto más conflictivo resulta el tema (sólo un 35.8% dicen haber hablado con sus padres sobre sexualidad).

FIGURA 19. INFORMACIÓN RECIBIDA Y DEMANDADA EN EL CENTRO EDUCATIVO SOBRE DISTINTOS TEMAS DE SALUD



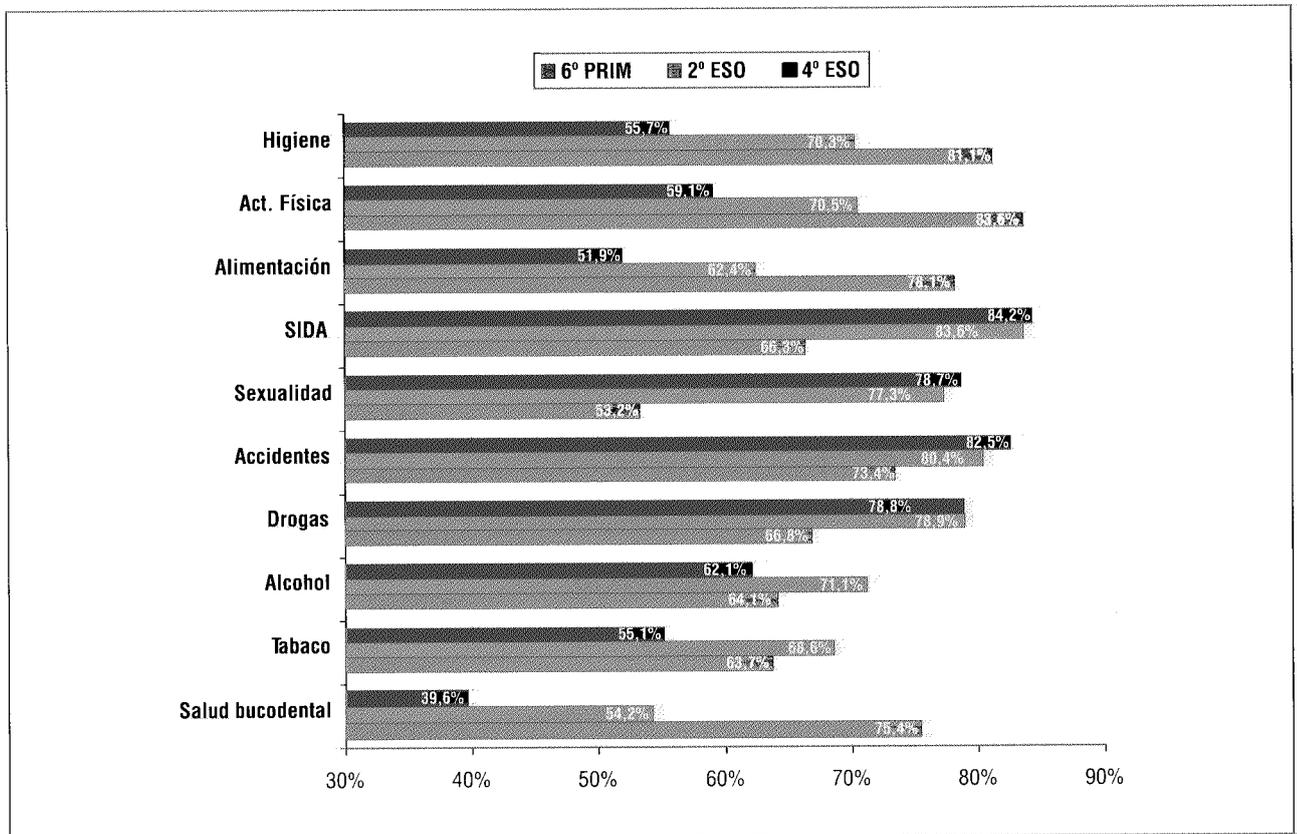
- En la figura 19 se puede observar también el porcentaje de alumnos que desean recibir información en el centro educativo en relación a los distintos temas. Como se puede observar, prácticamente en todos los casos supera el 60%.

Relaciones con otras variables

Curso

- En algunos casos, cuando el grado de información es elevado, el porcentaje de alumnos que ha recibido información, independientemente de la fuente, es estable en los distintos cursos (salud bucodental, alimentación, ejercicio físico e higiene). En el resto, lógicamente, el porcentaje de alumnos que ha recibido información es mayor según se incrementa la edad.
- Los temas más demandados por el alumnado de mayor edad son SIDA (84.2%), accidentes (82.5%) y sexualidad (78.7%). En cambio, los más jóvenes solicitan con más frecuencia información sobre temas como el ejercicio físico (83.6%), la higiene (81.1%) o la alimentación (78.1%) (figura 20).

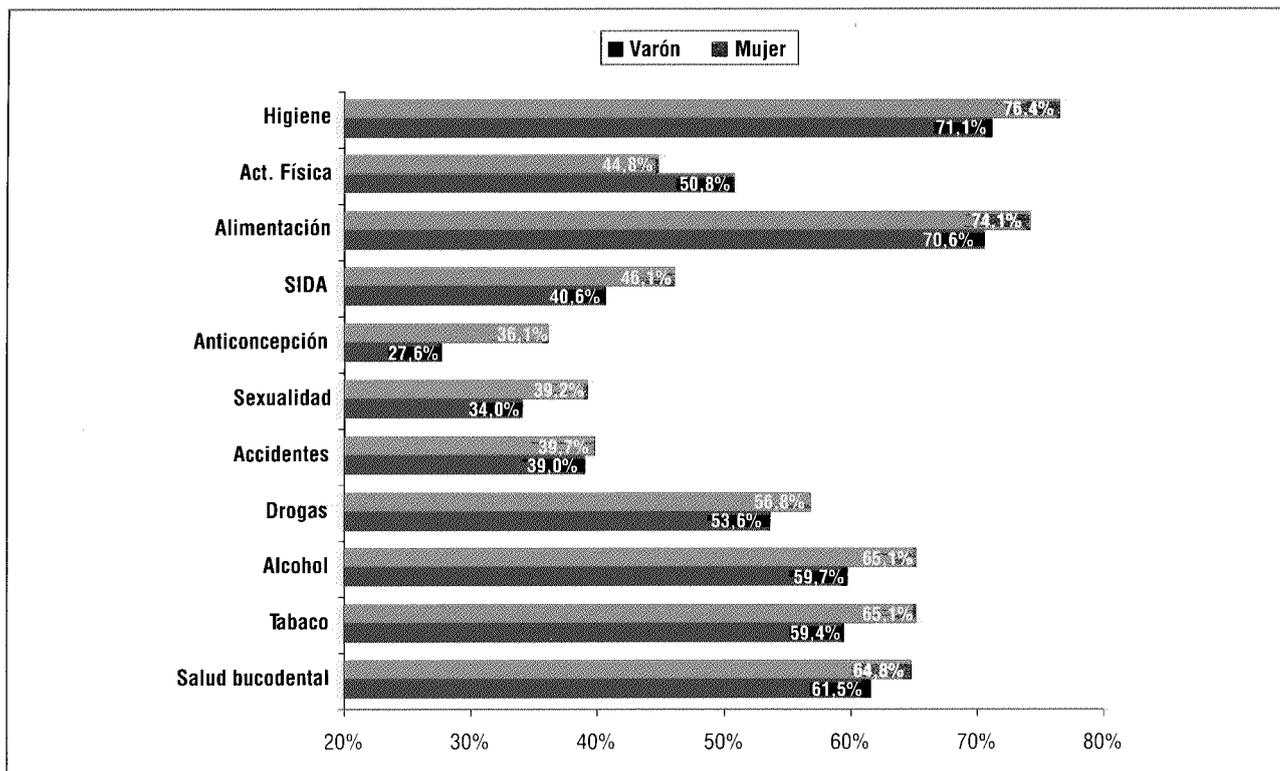
FIGURA 20. INFORMACIÓN DEMANDADA POR CURSO



Sexo

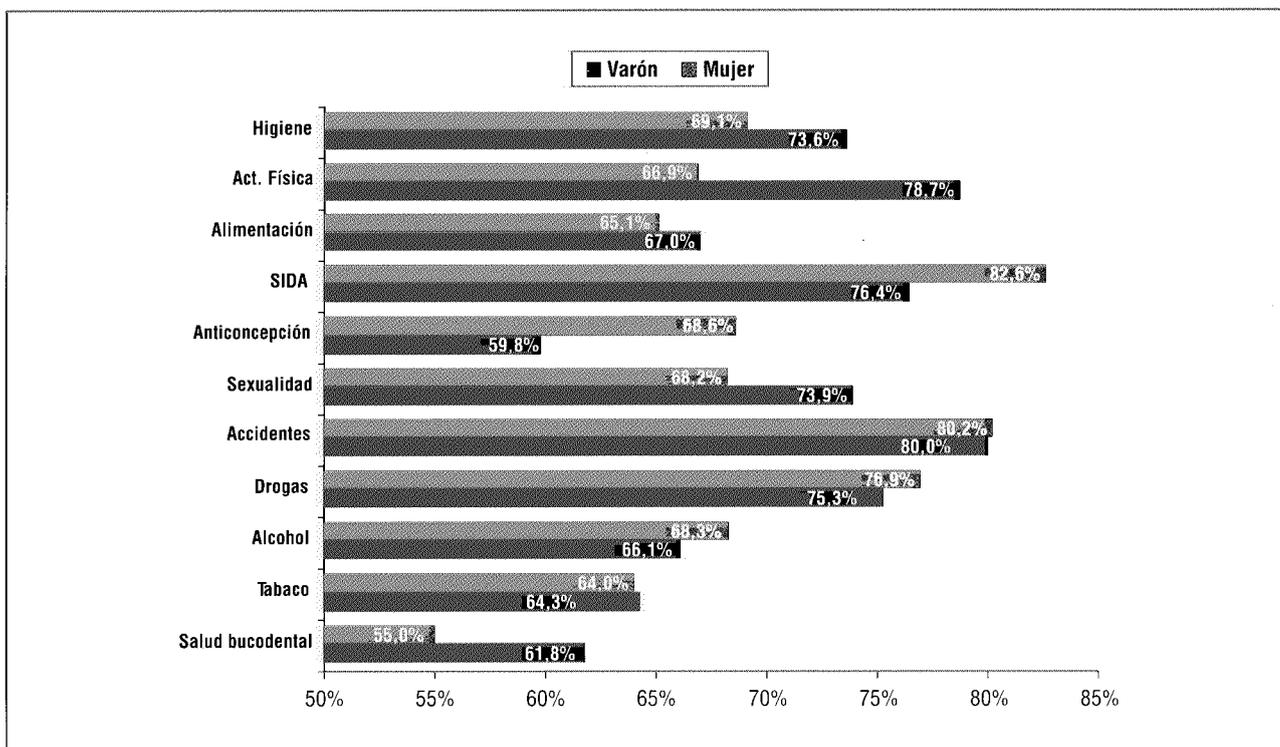
- El sexo del alumno afecta a la información sobre salud recibida de sus padres. Lógicamente, no hay diferencias en cuanto a información recibida en el colegio. Como se observa en la figura 21, los padres parecen ofrecer más información sobre salud, en general, a las mujeres que a los varones. Los varones únicamente han hablado con sus padres con más frecuencia en relación al ejercicio físico. Estas diferencias se observan más claramente, por lo general, en temas más actuales y de mayor repercusión social, como la anticoncepción, la sexualidad, el SIDA, el tabaco o el alcohol.

FIGURA 21. INFORMACIÓN SOBRE SALUD RECIBIDA DE LOS PADRES. DISTRIBUCIÓN POR SEXO



- También se pueden observar algunas diferencias en cuanto a la información deseada (figura 22). En general, las diferencias se vuelcan a favor de las mujeres en temas como la anticoncepción o el SIDA y a favor de los varones en ejercicio físico o sexualidad.

FIGURA 22. INFORMACIÓN DESEADA. DISTRIBUCIÓN POR SEXO



Zona de residencia, clase social y tipo de centro

En la tabla se puede observar el porcentaje de alumnos que han recibido información de sus padres o en el colegio o instituto, en función de la titularidad del centro. En ella se observan algunas cuestiones que merece la pena destacar:

- Hay determinados temas que los padres tocan con más frecuencia que el centro (alimentación, higiene, tabaco y alcohol), pero, como ya se ha mencionado antes, hay otros en los que los padres se inhiben, como la anticoncepción, la sexualidad o el SIDA.
- Hay diferencias en cuanto a los temas tratados. Los centros privados tratan con más frecuencia cuestiones como el tabaco, el alcohol y las drogas ilegales, además de la higiene, pero los públicos intervienen más frecuentemente en áreas como la sexualidad y la anticoncepción.
- Los padres de alumnos de centros públicos o privados no difieren, por lo general. Únicamente cabe mencionar la mayor proporción que ha tratado la salud bucodental, el ejercicio físico y los accidentes en centros privados.

TABLA: PORCENTAJE DE COLEGIOS Y PADRES QUE HAN TRATADO CON EL ALUMNADO SOBRE DISTINTOS TEMAS DE SALUD. DISTRIBUCIÓN POR TIPO DE CENTRO

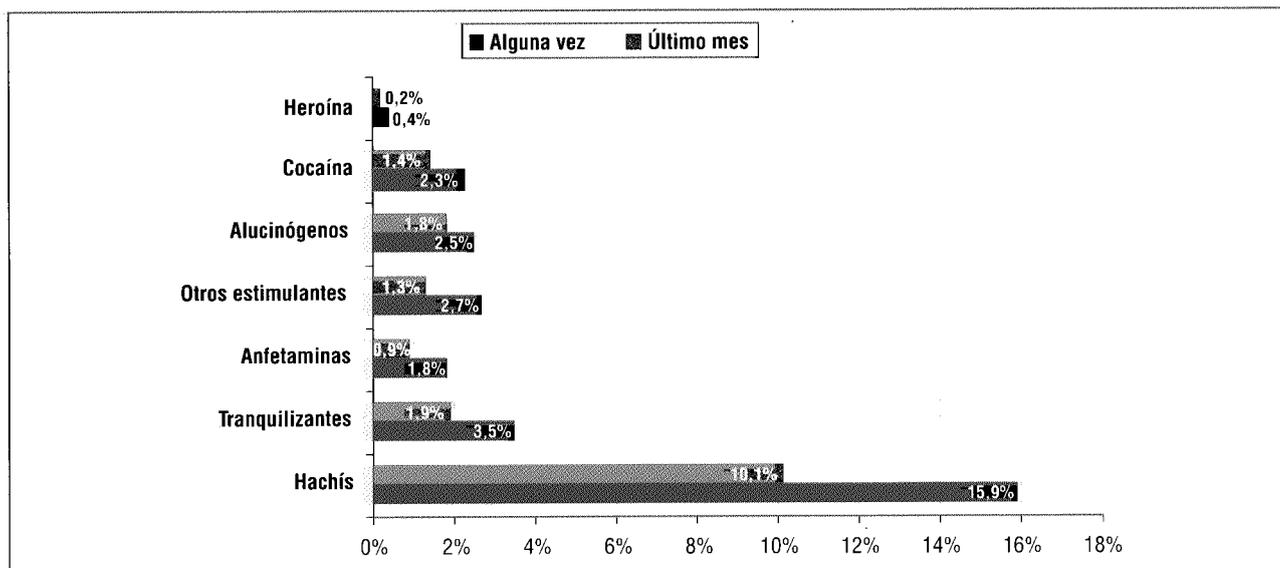
	Público		Privado	
	Colegio	Padres	Colegio	Padres
SBD	60.4	60.8	60.4	71.1
Tabaco	51.4	61.8	61.5	63.6
Alcohol	48.1	62.7	56.7	61.8
Drogas	50.4	55.3	58.0	54.7
Accidentes	42.8	37.7	42.8	45.0
Sexualidad	51.7	36.6	44.2	36.5
Anticoncepción	45.0	32.5	32.7	30.1
SIDA	51.5	43.0	51.1	44.8
Alimentación	54.7	71.3	60.4	76.0
Ejercicio físico	75.7	45.1	77.0	56.1
Higiene	63.3	73.0	71.0	76.2

CONSUMO DE DROGAS ILEGALES

El consumo de drogas ilegales es uno de los temas que mayor preocupación suscita, si bien ésta no se corresponde con la frecuencia de utilización en estas edades. Las preguntas sobre consumo de drogas ilegales fueron realizadas solamente a los alumnos de 2º y 4º de ESO (N=1437). Se obtuvo información sobre el consumo de diversas sustancias en alguna ocasión y durante el último mes.

- En la figura 23 se observa que la droga ilegal más consumida en este grupo de edad es el hachís. El 15.9% del alumnado lo había probado en alguna ocasión y el 10.1% en el último mes. Incluso un pequeño porcentaje decía consumirlo a diario (1.2%).
- El contacto en alguna ocasión con el resto de las sustancias mencionadas aquí no superaba el 5% en ningún caso. El más elevado era el de tranquilizantes (sin prescripción médica), con un 3.5%, seguido de estimulantes como el éxtasis o el 'speed' (2.7%), alucinógenos (2.5%) o cocaína (2.3%).
- El consumo durante los últimos 30 días arrojaba un patrón similar, aunque con porcentajes más bajos.

FIGURA 23. CONSUMO DE DROGAS EN ALGUNA OCASIÓN Y EN EL ÚLTIMO MES. ALUMNADO DE 2º Y 4º DE ESO



Relaciones con otras variables

Curso

- Como era de esperar, los porcentajes de consumidores se incrementan con la edad. En 2º de ESO, un 6.1% había consumido hachís alguna vez y este porcentaje alcanzaba un 28.2% en 4º de ESO. Los últimos 30 días, estas figuras son del 4.3% y 17.5%, respectivamente.
- Los porcentajes de consumo de otras sustancias eran mayores también entre alumnos de 4º de ESO, pero en ningún caso el contacto en alguna ocasión superaba el 7%. El consumo durante los últimos 30 días presenta un patrón similar aunque con porcentajes más bajos.

Sexo

- En general, aunque los varones parecen mostrar una tendencia a consumir drogas ilegales con mayor frecuencia, no existen diferencias claramente significativas en cuanto a este consumo relacionadas con el género del alumnado.

Zona de residencia, clase social y tipo de centro

Las relaciones entre estas variables y el consumo de drogas ilegales no muestran conexiones claras, principalmente por los bajos porcentajes de consumo, que dificultan la realización de análisis en mayor profundidad. Los únicos aspectos reseñables son:

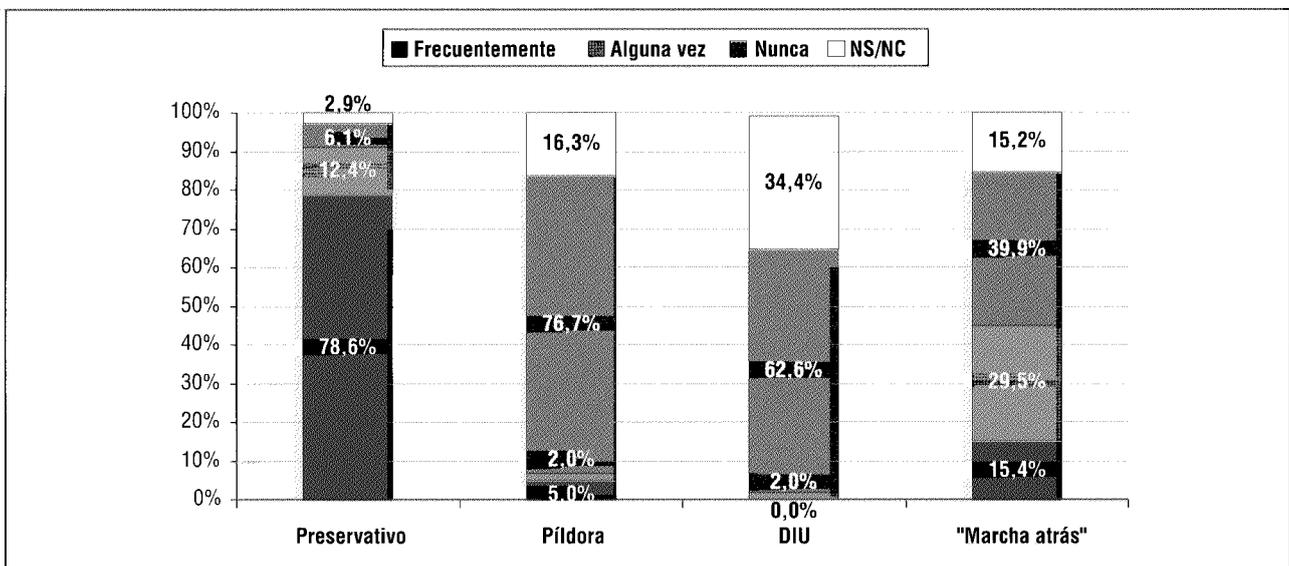
- Menor probabilidad de haber probado hachís en alguna ocasión en zonas rurales. Sólo el 8.8% de los alumnos de zonas rurales han consumido hachís alguna vez, mientras que estos porcentajes se duplican en zonas urbanas y periurbanas (17.3% y 15.3%, respectivamente). A esto se añade un menor consumo durante los últimos 30 días. Más de un 14% habían fumado todas las semanas durante el último mes en zonas urbanas y periurbanas, pero nadie lo había hecho en zonas rurales.
- Mayor probabilidad de consumo semanal de hachís durante los últimos 30 días en centros públicos (15.2%) que en privados (7.5%).

SEXUALIDAD Y USO DE ANTICONCEPTIVOS

La sexualidad y el uso de anticonceptivos, especialmente el preservativo, son otro de los temas de relevancia especial en ESO: tanto para los padres y los centros educativos como para el alumnado es un área de interés, pero conflictiva. Desde la irrupción del SIDA, además, se ha convertido en un tema prioritario por el temor a una posible infección. En este apartado se recoge información sobre frecuencia de conducta sexual, número de parejas y uso de anticonceptivos, haciendo un especial énfasis en el preservativo. Estas cuestiones solamente se administraron al grupo de alumnos de 4º de ESO (N=671).

- En total, el 15.5% de los alumnos había experimentado, al menos en alguna ocasión, relaciones sexuales "con penetración". Entre éstos, el 91% había tenido relaciones durante el último año. Es decir, el 14.3% del conjunto de los alumnos de 4º de ESO.
- Con respecto al número de parejas sexuales, entre los que tuvieron relaciones el último año, la mayoría habían tenido una sola pareja (70.6%), un 20.5% de dos a cuatro parejas, y el 8% más de cuatro parejas.
- Con respecto a los métodos anticonceptivos, el más utilizado era el preservativo, seguido de la "marcha atrás". El 91% había utilizado condón y el 44.9%, "marcha atrás", al menos, alguna vez. El siguiente método más utilizado era la píldora, muy lejos ya, con un 7%, mientras que el resto no superaba el 5% (figura 24).
- Los tres métodos mencionados eran los más conocidos, mientras alrededor del 20% desconocían la existencia o el funcionamiento del diafragma o del DIU.
- De los usuarios de preservativo, la mayoría decían haberlo usado "siempre" o "casi siempre" (78.6%). Y un 75.4% de los sujetos experimentados había utilizado preservativo en su última relación sexual.
- Alrededor de la mitad dicen que bien ellos/as (54.1%) o su pareja (49.3%) tenían un preservativo "a mano" en su última relación. Y un porcentaje algo mayor (57.6%) dicen haber hablado con su pareja sobre el uso de esta medida preventiva.

FIGURA 24. FRECUENCIA DE USO DE ANTICONCEPTIVOS ENTRE SUJETOS CON RELACIONES EN EL ÚLTIMO AÑO. ALUMNADO DE 4º DE ESO



Relaciones con otras variables

Sexo

- Las principales diferencias encontradas en relación a la conducta sexual se deben al sexo de los alumnos. Los varones dicen haber tenido relaciones sexuales “con penetración” durante el último año con mayor frecuencia que las mujeres (16.3% y 12.1%, respectivamente). Asimismo, dicen haber tenido relaciones sexuales durante el último año con mayor número de parejas (el 42.3% de varones dicen haber tenido relaciones con más de dos parejas, por un 8.3% de mujeres).
- Sin embargo, no hay diferencias claras y significativas en cuanto a la frecuencia de uso de métodos anticonceptivos, probablemente debido al bajo número de sujetos en determinadas categorías. Solamente aparece una cierta tendencia femenina a una mayor utilización de determinados métodos anticonceptivos. Así, el 83.4% de mujeres dice haber usado preservativo con frecuencia alta durante el último año vs. el 73.0% de varones, o un 24.3% dice utilizar “marcha atrás” siempre o casi siempre, por un 9.6% de los varones. Por otra parte, ninguna chica dice haber utilizado píldoras o DIU, pero sí hay varones que dicen que sus parejas los usaban. A pesar de estas tendencias, no hay diferencias en cuanto a uso de preservativo en la última relación. En ambos sexos, tres de cada cuatro jóvenes usaron condón en la última ocasión.
- Lo que sí sigue constituyendo una clara diferencia es la imagen del condón como método que debe ser aportado por el varón. Sólo el 25% de las mujeres tenía un preservativo en la última relación sexual. En el 75% de los casos lo aportaba su pareja.

Zona de residencia, clase social y tipo de centro

- Existen pocas diferencias en conducta sexual y uso de anticonceptivos con respecto a estas variables. Únicamente podría destacarse que el porcentaje de alumnos y alumnas que ha tenido relaciones sexuales con penetración, durante el último año, es mayor en centros privados (23.4% vs. 12.1% en los públicos), o que los alumnos de zonas rurales no han tenido relaciones durante el último año. No hay, por lo demás, diferencias significativas en cuanto al número de parejas, uso de preservativo o de otros anticonceptivos.

CONCLUSIONES

Los objetivos y actividades de los programas de Promoción de Salud y Educación para la Salud dirigidos a jóvenes, en la Región de Murcia, se benefician en gran medida de los datos arrojados por este estudio. De éstos, y de su comparación con trabajos anteriores, pueden extraerse una serie de conclusiones de gran importancia en lo que se refiere a las conductas relacionadas con la salud de los jóvenes escolarizados y la evolución de las mismas. A continuación, se muestran las principales conclusiones alcanzadas, junto con una aproximación preliminar a los cambios temporales que se hayan podido producir, evolución que será objeto de análisis más exhaustivos en futuras publicaciones.

Actividad física

- Los jóvenes murcianos practican actividades deportivas con una frecuencia que aún muestra espacio para la mejora. Un 36% practica deporte o gimnasia a diario en la Región, mientras que este porcentaje era del 27.6% cuatro años atrás. Solamente un 7.2% dice no practicar nunca deporte.
- La frecuencia de ejercicio físico intenso también podría incrementarse. Aproximadamente, la mitad dicen practicarlos dos o más veces por semana, frecuencia que se ha mantenido estable en los últimos años
- La disponibilidad de instalaciones deportivas parece estar mejorando lentamente en la Región. Uno de cada cuatro jóvenes no tenía acceso a estos servicios en el curso 93/94 y ahora esta dificultad es percibida por uno de cada cinco. Este incremento, además, se ha producido en instalaciones tanto de titularidad privada como pública. Sin embargo, aún es preocupante que el 19.6% de los jóvenes digan tener dificultades para acceder a instalaciones donde hacer deporte, máxime si tenemos en cuenta la importancia de la práctica de ejercicio físico, no sólo en la promoción de la salud de los alumnos, sino en la prevención de conductas no saludables.

Consumo de tabaco

- El porcentaje de jóvenes que ha probado el tabaco alguna vez en su vida puede considerarse elevado (32.1%) y prácticamente igual que el de hace cuatro años (33.5%). Estas similitudes se mantienen al observar el consumo actual de tabaco (16.3% en 97/98 y 17.3% en 93/94) y el porcentaje de fumadores habituales (13.0% en 97/98 y 13.6% en 93/94).
- Pero la aparente estabilidad global no significa que no se haya producido una evolución. En realidad, el porcentaje de varones fumadores ha descendido, mientras que el de mujeres se ha incrementado, superando a los primeros en todos los cursos y todos los parámetros
- El primer contacto con el tabaco parece darse al comienzo de la ESO, mientras que el salto hacia el consumo habitual parece situarse alrededor de 3º de ESO, lo que tiene importantes implicaciones en cuanto al momento de realizar actividades preventivas en el marco escolar. Estos datos apoyan la idea de que los programas de prevención del tabaquismo se lleven a cabo antes del inicio en el consumo, en los primeros cursos de la Educación Secundaria.

- Finalmente, es de resaltar que los jóvenes no parecen tener ninguna dificultad para acceder al consumo de tabaco. Casi la mitad de quienes han fumado dicen conseguir tabaco en estancos o bares, lo que implica un incumplimiento de la Ley vigente por parte de estos establecimientos.

Consumo de alcohol

- El alcohol sigue siendo la droga que con mayor frecuencia es consumida por los jóvenes. Un 65% ha probado bebidas alcohólicas en algún momento (69.6% en 93/94), lo que a todas luces representa un porcentaje demasiado elevado.
- Por otra parte, los alumnos consiguen con mucha facilidad las bebidas en su casa (45.4%) o en acontecimientos familiares (8.3%), lo que indica que persiste un patrón de inicio en el consumo de alcohol a través de fiestas y en presencia de la familia. Por otra parte, un 26% afirma conseguir las bebidas comprándolas en un bar, lo que indicaría que tampoco se respeta la legislación a este respecto.
- En el caso del alcohol, las mujeres también terminan superando la proporción de varones que han bebido alguna vez.
- Por último, como dato resaltable, el porcentaje de estudiantes de estas edades que se ha emborrachado alguna vez sigue siendo el mismo. Alrededor de uno de cada cinco jóvenes se ha intoxicado en alguna ocasión (18.3% en 97/98 y 21.9% en 93/94). Este porcentaje es muy importante, sobre todo si tenemos en cuenta que la edad media de la muestra utilizada es de alrededor de 13.5 años.

Autovaloración del estado de salud y consumo de medicamentos

- La autovaloración del estado de salud no ha variado con el tiempo. Alrededor de un tercio se considera "muy sano" (35.3%) y algo más de la mitad, "bastante sano" (52.9%).
- Por otra parte, se detecta una importante influencia de las imágenes sociales en torno al sobrepeso en esta población. Casi la mitad de los jóvenes encuestados dice querer estar más delgado y uno de cada cuatro está haciendo algo para adelgazar. Estos porcentajes son muy altos, especialmente en mujeres, y reflejan una preocupación que no debería corresponder a jóvenes de estas edades.
- No se observa variación entre el 93/94 y el 97/98 en cuanto a la frecuencia de aparición de determinados problemas de salud (dolor de cabeza, dificultades para dormir, dolor de muelas...) ni en cuanto a consumo de medicamentos.

Higiene y salud bucodental

- Los hábitos higiénicos de los escolares murcianos parecen ir mejorando, aunque todavía tienen margen para hacerlo, especialmente entre los más jóvenes. Por ejemplo, el porcentaje que se ducha o baña una sola vez por semana o menos ha descendido desde un 18.2% en el 93/94 hasta un 11.8% en el 97/98, pero sigue siendo alto. En particular, en 6º de Primaria, donde alcanza el 18.1%.

- Por otra parte, casi un 20.6% no se limpia los dientes ni siquiera una vez al día y más del 30% no se cepillan habitualmente después de cenar. Aunque la evolución ha sido positiva (estos porcentajes eran del 29.5% y 38.5%, respectivamente, en el curso 93/94), los hábitos de cepillado deben aún incrementarse.
- Este panorama de la salud bucodental se completa con el hecho de que casi uno de cada cinco no ha visitado aún al dentista y de los que lo han hecho, la mayor parte han ido motivados por algún problema con su dentadura.

Alimentación

- El número de comidas diarias que realizan los jóvenes no ha variado de forma importante en estos cuatro años.
- La alimentación de los jóvenes murcianos sigue presentando algunas tendencias que sería deseable corregir, sobre todo si tenemos en cuenta que la Región es una zona con gran tradición en la producción de alimentos típicos de la dieta mediterránea. Por ejemplo, un 22.8% no consume fruta todos los días, sólo un 38.1% toma a diario zumos naturales o sólo el 23.1% consume a diario verduras u hortalizas.
- Sin embargo, el consumo de algunos alimentos con alto contenido en grasas de origen animal es elevado, en particular el consumo diario de embutidos, que alcanza un 55.5% de la muestra. Un 26% come a diario carne de cerdo, ternera... y un 10.3%, hamburguesas o perritos calientes.
- También es elevado el consumo de azúcares. Casi un 30% consume todos los días refrescos azucarados y casi un 40%, dulces o golosinas.

Relaciones personales

- Las relaciones familiares de los escolares murcianos no han variado tampoco de forma importante, por lo que continúan presentando un panorama que debe incitar a la reflexión. Casi un 40% de los estudiantes dicen tener problemas para hablar con su padre y más de un 20%, con su madre.

Tiempo libre y descanso

- El número de horas que se destinan a ver la TV y el que pasan los estudiantes con juegos de ordenador se mantiene estable. Es decir, sigue siendo elevado. Uno de cada tres dedica más de dos horas al día a ver la TV.

Accidentes

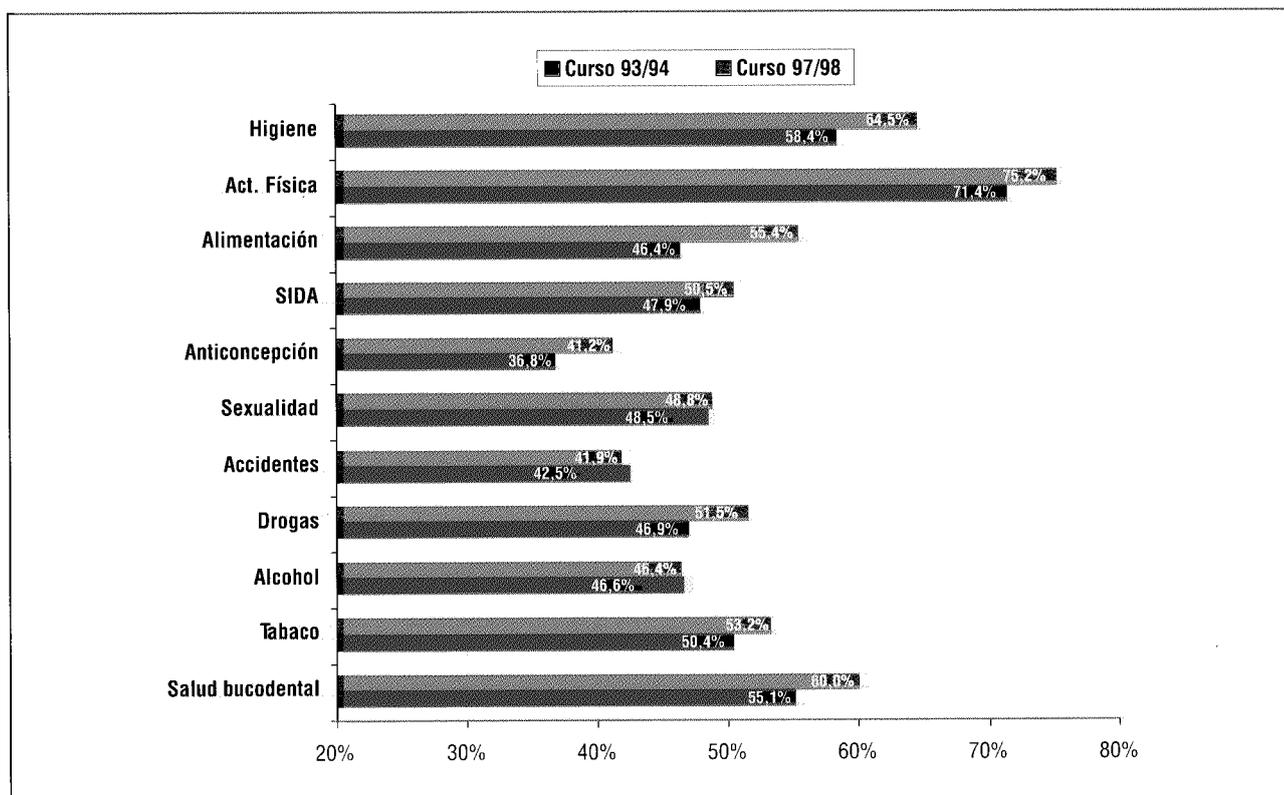
- Uno de cada cuatro alumnos dice haber tenido algún accidente, por el que ha necesitado atención médica, durante los últimos 12 meses, siendo el tipo de accidente más común el producido practicando deporte o montando en bici. Los tipos y lugares más comunes de los accidentes no han experimentado evolución en los últimos cuatro años.

- Con respecto a conductas preventivas, no existen cambios entre los dos cursos o, como mucho, se han experimentado ligeras mejoras en los últimos años. El uso habitual del casco al conducir moto se mantiene en alrededor de un 60%. Además, casi la mitad dicen no atárselo nunca. Por su parte, el uso del casco al ir en bici ha pasado de un 11.6% en el 93/94 a un 19.7% en el 97/98, aunque sigue estando poco extendido.

Información sobre salud

- Los padres deben involucrarse más en la educación de sus hijos e hijas en lo que respecta a su salud. En la mayoría de los temas analizados, alrededor de la mitad de los padres no han hablado con sus hijos a este respecto y este porcentaje es menor aún a la hora de hablar de temas tan importantes como sexualidad, anticoncepción o SIDA.
- La Educación para la Salud necesita aún incrementar su grado de implantación en los centros educativos de nuestra Comunidad. Como se observa en la figura 25, el porcentaje del total de alumnos que ha recibido información en el centro educativo no se ha incrementado más que de forma testimonial durante estos últimos cuatro años. Además, muchos de los temas no son tratados suficientemente en los centros. Alrededor de la mitad de los alumnos no han recibido información en el colegio o instituto sobre la mayoría de ellos.

FIGURA 25. EVOLUCIÓN DE LAS INTERVENCIONES DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN LOS CENTROS EDUCATIVOS



Consumo de drogas ilegales

- Con respecto al consumo de drogas ilegales, como cabía esperar, sigue siendo relativamente bajo. Sin embargo, el consumo de hachís parece haberse incrementado. El 15.9% ha probado esta droga alguna vez (10.5% en 93/94) y el 10.1%, durante los últimos 30 días (7.4% en 93/94). Para todas las demás drogas mencionadas, los porcentajes de consumo son bajos, aunque esto no significa que puedan ser despreciados. El consumo de drogas ilegales se incrementa con la edad, por lo que resulta importante establecer estrategias educativas antes de que dé comienzo.

Conducta sexual y uso de anticonceptivos

- El porcentaje de alumnos que ha mantenido alguna vez relaciones sexuales “completas” no ha variado en los últimos años (alrededor del 15%). Lo que es una nueva prueba de que los esfuerzos de información y preventivos de problemas relacionados con la sexualidad (embarazos no deseados, ETS o SIDA) no implican un adelanto en el momento de la primera relación sexual.
- Lo que sí se ha incrementado es la proporción que ha mantenido relaciones con una sola pareja (70.0% vs. 64.4%). Es decir, quienes tienen relaciones sexuales parecen elegir pareja estable con más frecuencia.
- También se ha incrementado el uso de preservativo. Entre quienes han tenido relaciones durante el último año, un 78.6% dice usarlos con frecuencia alta (67.3% en el 93/94). En la última relación sexual, las proporciones correspondientes son (75.4% vs. 65.4%).
- Paralelamente, ha aumentado la proporción de sujetos que tenían “un condón a mano” en la última relación, si bien las mujeres aún se inhiben, dejando a su pareja la responsabilidad de aportarlo.
- La frecuencia de uso de otros anticonceptivos, sin embargo, no ha variado. La “marcha atrás” sigue siendo utilizada por algo menos de la mitad de los jóvenes y la utilización del resto de los métodos continúa siendo testimonial.

REFERENCIAS

- 1 Ordoñana, JR.; Gutiérrez, JJ. (1991). **SIDA y Adolescencia**. Consejería de Sanidad. Murcia.
- 2 Ordoñana, JR; Gutiérrez, JJ; Orenes, C; López, C; Martínez, PA; Miranda, P; Ramos, FB; Pérez, D; Ballester, J (1997). **Estudio sobre conductas relacionadas con la salud en población escolarizada de la Región de Murcia. Curso 1993/94**. Consejería de Sanidad y Política Social, Murcia.
- 3 Mendoza, R; Sagrera, MR; Batista, JM (1994). **Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud (1986-1990)**. CSIC, Madrid.
- 4 Domingo, A.; Marcos, J. (1989). Propuesta de un indicador de la "clase social" basado en la ocupación. **Gaceta Sanitaria**, 10(3): 320-326.

Tablas

CARACTERIZACIÓN DE LA MUESTRA. DATOS DEMOGRÁFICOS

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
--	------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------

TIPO DE CENTRO

Público	76,5	72,4	75,7	82,2
Privado	23,5	27,6	24,3	17,8

ZONA DE UBICACIÓN

Urbano	57,5	53,8	56,1	63,5
Periurbano	32,8	32,0	31,3	35,5
Rural	9,7	14,2	12,6	1,0

SEXO

Chico	49,6	49,3	49,1	50,5
Chica	50,4	50,7	50,7	49,5
NS/NC	0,0	0,0	0,1	0,0

EDAD

9	0,0	0,1		
10	4,9	14,3		
11	26,8	78,7		
12	5,8	3,5	12,6	
13	26,6	0,3	72,6	
14	6,3		11,1	7,4
15	16,5		1,9	53,9
16	6,4		0,1	21,5
17	3,2			10,8
18	0,9			3,1
19	0,3			1,0
20	0,2			0,7
21	0,0			0,1
NS/NC	2,0	3,1	1,4	1,4

PROFESIÓN DEL PADRE

Grupo I	6,3	7,0	6,8	4,7
Grupo II	11,3	8,9	10,7	14,8
Grupo III	23,5	23,1	21,9	25,8
Grupo IV.A.	2,6	3,6	1,7	2,6
Grupo IV.B.	5,6	6,9	3,5	6,6
Grupo V	40,0	42,1	44,6	31,9
Grupo VI	8,7	6,7	8,3	11,7
NS/NC	2,0	1,6	2,5	1,9

Nota:

Grupo I: 6º Primaria.

Grupo II: 2º de ESO.

Grupo III: 4º de ESO, 2º BUP y 2º FP-I.

CARACTERIZACIÓN DE LA MUESTRA. DATOS DEMOGRÁFICOS

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
PROFESIÓN DE LA MADRE				
Grupo I	2,3	3,1	2,2	1,4
Grupo II	2,4	2,2	2,5	2,7
Grupo III	16,7	15,1	18,9	16,1
Grupo IV.A.	0,7	0,4	0,6	1,1
Grupo IV.B.	1,3	2,0	0,8	1,1
Grupo V	75,2	75,5	74,0	76,6
Grupo VI	0,8	0,8	0,6	0,9
NS/NC	0,6	0,8	0,4	0,4

ACTIVIDAD FÍSICA

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE PRÁCTICA DE DEPORTES O GIMNASIA				
Todos los días	36,0	42,7	38,6	25,0
Cada semana	26,9	23,2	29,2	28,2
Alguna vez	29,3	30,2	26,4	31,9
Nunca	7,2	2,8	5,5	14,5
NS/NC	0,6	1,1	0,2	0,4

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA				
Todos los días	40,8	51,1	42,2	27,2
Cada semana	23,1	17,6	24,8	27,3
Alguna vez	33,0	30,4	30,3	39,5
Nunca	2,5	0,6	1,9	5,5
NS/NC	0,5	0,6	0,8	0,4

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA MENSUAL DE EJERCICIO FÍSICO INTENSO				
Todos los días	8,6	12,4	7,3	5,9
De 4 a 6 veces por semana	16,1	19,0	14,9	14,3
De 2 a 3 veces por semana	31,8	35,4	34,8	24,0
Una vez por semana	18,2	15,5	20,8	18,1
Una vez al mes	8,8	7,3	7,9	11,5
Menos de una vez al mes	7,4	6,1	5,7	10,9
Nunca	8,4	3,5	7,9	14,6
NS/NC	0,7	0,8	0,7	0,4

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
HORAS SEMANALES DE EJERCICIO FÍSICO INTENSO				
Más de 7 horas	6,6	5,4	7,2	7,1
Alrededor de 4-6 horas	10,5	7,7	12,1	11,9
Alrededor de 2-3 horas	27,1	26,1	29,6	25,1
Alrededor de una hora	26,5	29,6	27,1	22,2
Alrededor de media hora	16,0	22,6	13,4	11,5
Ninguna	12,7	7,3	10,4	21,9
NS/NC	0,6	1,1	0,2	0,4

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
LUGAR DE PRÁCTICA DEPORTIVA				
En la calle	49,9	58,5	51,7	37,7
En el colegio/Instituto	33,2	32,1	36,4	30,4
En instalaciones privadas	21,8	19,5	21,0	25,6
En instalaciones públicas	33,2	27,9	34,3	37,8
En el campo, playa, etc.	30,7	34,7	28,0	29,4
NS/NC	2,7	1,4	2,1	4,9

Posibilidad de más de una respuesta. Los porcentajes suman más de 100.

ACTIVIDAD FÍSICA

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
ACCESO A INSTALACIONES DEPORTIVAS				
Sí	78,5	73,3	79,1	83,7
<i>Cerca de casa</i>	43,8	38,8	44,7	48,6
<i>Lejos de casa</i>	34,6	34,5	34,4	35,1
No	19,6	23,2	20,4	14,4
<i>Hay cerca, pero no puedo usarlas</i>	5,8	5,3	6,9	5,1
<i>Están muy lejos</i>	11,1	13,6	10,8	8,3
<i>No conozco instalaciones deportivas</i>	2,7	4,3	2,7	1,0
NS/NC	1,9	3,4	0,5	1,9

PERCEPCIÓN DEL ESTADO DE FORMA

Muy buena	21,2	33,5	19,3	9,4
Buena	49,2	50,9	52,2	43,5
Moderada	25,8	13,0	25,9	40,6
Mala	2,9	0,7	2,3	6,4
NS/NC	0,8	1,9	0,4	0,1

CONSUMO DE TABACO

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
--	------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------

CONSUMO DE TABACO. ALGUNA VEZ

Sí	32,1	9,9	31,2	58,8
No	66,7	88,6	67,3	40,6
NS/NC	1,2	1,5	1,5	0,6

FRECUENCIA DE CONSUMO DE TABACO ACTUALMENTE

Fumadores actuales	16,3	0,6	12,4	39,6
<i>Fumadores habituales</i>	<i>13,0</i>	<i>0,3</i>	<i>7,8</i>	<i>34,3</i>
<i>Fumadores esporádicos</i>	<i>3,3</i>	<i>0,3</i>	<i>4,6</i>	<i>5,3</i>
No fumadores (<1 cigarro al mes)	79,9	96,4	83,8	55,8
NS/NC	3,8	3,1	3,8	4,7

	TOTAL (N=689) Porcentaje	Grupo 1 (N=64) Porcentaje	Grupo 2 (N=232) Porcentaje	Grupo 3 (N=393) Porcentaje
--	-----------------------------	------------------------------	-------------------------------	-------------------------------

FRECUENCIA DE CONSUMO DE TABACO ACTUALMENTE. SUJETOS QUE HAN FUMADO

Todos los días más de 5 cigarrillos	19,1	0,0	9,1	29,4
Todos los días menos de 5 cigarrillos	14,2	0,0	9,1	20,3
De 1 a 7 veces por semana	7,3	2,8	6,6	8,5
De 1 a 4 veces al mes	10,4	2,8	14,5	9,1
Una vez al mes o menos	41,0	78,9	52,7	25,8
NS/NC	7,9	15,5	7,5	6,9

	TOTAL (N=290) Porcentaje	Grupo 1 (N=2) Porcentaje	Grupo 2 (N=58) Porcentaje	Grupo 3 (N=230) Porcentaje
--	-----------------------------	-----------------------------	------------------------------	-------------------------------

TIEMPO DE CONSUMO DE TABACO. FUMADORES HABITUALES

Más de un año	67,5	50,0	58,3	69,8
Entre 6 meses y un año	12,4	0,0	13,3	12,3
Entre 1 y 6 meses	14,9	0,0	18,3	14,2
Menos de un mes	3,3	50,0	66,7	1,9
NS/NC	1,8	0,0	3,3	1,4

CONSUMO DE TABACO

	TOTAL (N=689) Porcentaje	Grupo 1 (N=64) Porcentaje	Grupo 2 (N=232) Porcentaje	Grupo 3 (N=393) Porcentaje
MEDIO DE CONSECUICIÓN DE TABACO. SUJETOS QUE HAN FUMADO				
Me lo da mi padre/madre	9,5	14,1	8,7	9,3
Me lo dan otras personas mayores	14,4	16,9	15,8	12,9
Me lo dan mis hermanos/as	10,6	5,6	9,5	12,1
Me lo dan mis amigos/as	65,1	35,2	67,2	69,5
Lo compro en un estanco	43,8	11,3	30,3	59,1
Lo compro en un bar	43,1	8,4	29,9	58,5
Otras formas				
<i>Familia</i>	3,6	18,3	4,6	0,3
<i>Lo coge</i>	1,6	0,0	2,1	1,6
<i>Recreativos</i>	11,2	4,2	3,7	2,7
<i>Varios</i>	1,4	0,0	1,6	1,6

Items de preguntas diferentes agrupados en la tabla. Los porcentajes suman más de 100.

CONSUMO DE ALCOHOL

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
CONSUMO DE ALCOHOL. ALGUNA VEZ				
Sí	65,0	43,4	66,8	87,8
No	29,2	47,6	27,5	9,8
No lo sé	4,4	7,0	4,3	1,5
NS/NC	1,4	1,9	1,4	0,9

	TOTAL (N=1374) Porcentaje	Grupo 1 (N=283) Porcentaje	Grupo 2 (N=505) Porcentaje	Grupo 3 (N=586) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE CERVEZA, SIDRA... CONSUMIDORES DE ALCOHOL				
Cada día	0,5	0,0	0,2	1,0
Cada semana	10,2	0,3	4,8	21,0
Alguna vez/Mes	14,4	8,0	13,2	19,2
Casi nunca	57,0	77,4	63,5	39,0
Nunca	12,9	6,3	13,3	16,3
NS/NC	5,1	7,9	5,0	3,6

	TOTAL (N=1374) Porcentaje	Grupo 1 (N=283) Porcentaje	Grupo 2 (N=505) Porcentaje	Grupo 3 (N=586) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE VINO, CHAMPAN... CONSUMIDORES DE ALCOHOL				
Cada día	0,5	0,0	0,5	0,7
Cada semana	4,0	1,0	2,1	7,6
Alguna vez/Mes	9,4	5,4	7,3	13,6
Casi nunca	30,4	22,2	32,8	32,8
Nunca	40,3	40,7	41,7	38,6
NS/NC	15,5	30,6	15,5	6,8

	TOTAL (N=1374) Porcentaje	Grupo 1 (N=283) Porcentaje	Grupo 2 (N=505) Porcentaje	Grupo 3 (N=586) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE LICORES. CONSUMIDORES DE ALCOHOL				
Cada día	0,1	0,0	0,4	0,0
Cada semana	6,0	0,0	3,9	11,3
Alguna vez/Mes	9,5	0,0	3,7	20,6
Casi nunca	16,2	8,4	16,0	21,0
Nunca	50,8	55,4	59,5	40,0
NS/NC	17,3	36,2	16,5	7,1

CONSUMO DE ALCOHOL

	TOTAL (N=1374) Porcentaje	Grupo 1 (N=283) Porcentaje	Grupo 2 (N=505) Porcentaje	Grupo 3 (N=586) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE COMBINADOS. CONSUMIDORES DE ALCOHOL				
Cada día	0,3	0,0	0,5	0,3
Cada semana	8,7	0,0	4,0	18,2
Alguna vez/Mes	13,9	1,0	7,6	27,1
Casi nunca	14,5	3,3	14,5	21,0
Nunca	46,5	58,9	58,2	28,4
NS/NC	16,1	36,9	15,2	4,9

	TOTAL (N=1374) Porcentaje	Grupo 1 (N=283) Porcentaje	Grupo 2 (N=505) Porcentaje	Grupo 3 (N=586) Porcentaje
MEDIO DE CONSECUICIÓN DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS. CONSUMIDORES DE ALCOHOL				
En mi casa	45,4	64,1	53,4	27,1
Las compro en un bar	26,0	1,3	10,9	54,5
Las compro en mercados o tiendas	21,7	7,1	14,2	37,2
Me las dan mis hermanos o adultos	20,9	30,8	25,6	10,7
Me las dan mis amigos	25,4	1,9	22,1	42,0
Otras formas				
<i>Acontecimientos familiares</i>	8,3	19,9	8,3	1,8
<i>Fiestas</i>	2,8	2,9	3,1	2,6
<i>Varios</i>	0,5	0,0	0,8	0,7

Items de preguntas diferentes agrupados en la tabla. Los porcentajes suman más de 100.

	TOTAL (N=1374) Porcentaje	Grupo 1 (N=283) Porcentaje	Grupo 2 (N=505) Porcentaje	Grupo 3 (N=586) Porcentaje
FRECUENCIA DE INTOXICACIONES. CONSUMIDORES DE ALCOHOL				
Sí	28,1	5,3	17,7	50,8
<i>Más de 10 veces</i>	3,5	0,6	2,3	6,3
<i>De 4 a 10 veces</i>	3,4	0,0	1,4	7,2
<i>2 o 3 veces</i>	9,9	1,2	5,0	19,5
<i>1 vez</i>	11,2	3,5	8,9	17,9
Nunca	70,0	88,8	81,4	48,7
NS/NC	1,8	5,8	1,0	0,7

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE INTOXICACIONES. TOTAL DE LA MUESTRA				
Sí	18,3	2,4	11,8	44,7
No	79,1	93,3	86,1	53,8
NC	2,6	4,4	2,1	1,6

AUTOVALORACIÓN DEL ESTADO DE SALUD Y CONSUMO DE MEDICAMENTOS

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
AUTOVALORACIÓN DEL ESTADO DE SALUD. I.				
Muy sano	35,3	45,1	35,0	24,5
Bastante sano	55,9	49,7	57,8	60,8
No muy sano	8,4	4,7	7,1	14,3
NS/NC	0,3	0,5	0,1	0,4

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
AUTOVALORACIÓN DEL ESTADO DE SALUD. II.				
Soy muy feliz	41,7	55,6	39,5	28,3
Estoy bien	50,3	36,7	52,3	63,4
No soy muy feliz	5,1	2,4	5,5	7,7
No soy nada feliz	0,1	0,0	0,1	0,3
NS/NC	2,8	5,3	2,5	0,3

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
PERCEPCIÓN DE SOBREPESO				
Sí. Quisiera estar más delgado/a	42,9	40,3	44,2	44,7
<i>Hago algo (comer menos, ejercicio...)</i>	24,5	24,2	26,0	23,0
<i>No hago nada para adelgazar</i>	18,5	16,1	18,2	21,7
No. Me encuentro bien así	54,3	54,9	53,4	54,8
NS/NC	2,7	4,9	2,3	0,6

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE PROBLEMAS DE SALUD ESPECÍFICOS. DOLOR DE CABEZA				
Casi todos los días	4,9	4,6	4,2	6,2
Más de una vez semana	8,5	6,8	8,7	10,2
Casi todas las semanas	9,3	5,1	10,3	13,0
Casi todos los meses	18,9	16,3	20,5	20,1
Casi nunca o nunca	56,7	64,2	55,3	49,8
NS/NC	1,6	3,0	1,0	0,8

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE PROBLEMAS DE SALUD ESPECÍFICOS. DOLOR DE ESTOMAGO				
Casi todos los días	4,8	6,6	4,3	3,4
Más de una vez semana	6,3	6,9	6,1	5,9
Casi todas las semanas	8,8	9,3	7,4	9,8
Casi todos los meses	30,4	19,4	35,8	36,3
Casi nunca o nunca	47,7	54,6	45,0	43,1
NS/NC	2,0	3,2	1,3	1,5

AUTOVALORACIÓN DEL ESTADO DE SALUD Y CONSUMO DE MEDICAMENTOS

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE PROBLEMAS DE SALUD ESPECÍFICOS. DOLOR DE ESPALDA				
Casi todos los días	5,7	4,7	5,8	6,9
Más de una vez semana	6,3	4,4	7,1	7,5
Casi todas las semanas	7,5	3,6	7,4	12,1
Casi todos los meses	14,1	8,5	16,3	18,0
Casi nunca o nunca	64,0	75,1	62,1	53,4
NS/NC	2,3	3,6	1,3	2,1

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE PROBLEMAS DE SALUD ESPECÍFICOS. ESTAR DECAÍDO				
Casi todos los días	4,5	4,6	4,6	4,4
Más de una vez semana	7,1	4,1	6,8	11,0
Casi todas las semanas	8,7	4,8	8,7	13,3
Casi todos los meses	17,3	11,7	17,7	23,4
Casi nunca o nunca	59,6	70,3	60,0	46,9
NS/NC	2,7	4,6	2,2	1,1

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE PROBLEMAS DE SALUD ESPECÍFICOS. ESTAR IRRITADO				
Casi todos los días	10,4	11,4	10,0	9,8
Más de una vez semana	14,9	13,4	15,5	15,8
Casi todas las semanas	17,2	15,9	16,4	19,6
Casi todos los meses	23,5	19,5	26,1	24,8
Casi nunca o nunca	32,4	36,6	31,1	29,3
NS/NC	1,6	3,2	1,0	0,7

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE PROBLEMAS DE SALUD ESPECÍFICOS. ESTAR NERVIOSO				
Casi todos los días	15,7	14,6	15,9	16,8
Más de una vez semana	16,3	13,8	17,8	17,4
Casi todas las semanas	16,6	12,8	16,5	21,1
Casi todos los meses	17,3	14,0	18,2	19,9
Casi nunca o nunca	32,0	41,0	30,4	23,7
NS/NC	2,1	3,8	1,2	1,2

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE PROBLEMAS DE SALUD ESPECÍFICOS. DIFICULTADES PARA DORMIR				
Casi todos los días	6,3	4,6	6,9	7,6
Más de una vez semana	5,0	4,1	4,8	6,4
Casi todas las semanas	4,7	3,4	5,2	5,6
Casi todos los meses	7,9	5,5	8,2	10,5
Casi nunca o nunca	74,2	78,7	74,0	69,2
NS/NC	1,8	3,8	1,0	0,7

AUTOVALORACIÓN DEL ESTADO DE SALUD Y CONSUMO DE MEDICAMENTOS

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE PROBLEMAS DE SALUD ESPECÍFICOS. SENTIRSE MAREADO				
Casi todos los días	3,3	3,5	3,3	3,0
Más de una vez semana	3,6	1,8	3,9	5,4
Casi todas las semanas	6,1	4,1	5,9	8,7
Casi todos los meses	11,6	8,7	13,1	13,0
Casi nunca o nunca	73,7	78,5	72,8	69,2
NS/NC	1,7	3,3	1,0	0,7

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE PROBLEMAS DE SALUD ESPECÍFICOS. DOLOR DE MUELAS				
Casi todos los días	1,3	1,4	1,3	1,2
Más de una vez semana	2,1	2,5	1,8	1,8
Casi todas las semanas	1,6	1,1	1,7	2,1
Casi todos los meses	6,8	7,0	7,2	6,0
Casi nunca o nunca	86,3	83,6	87,4	88,2
NS/NC	1,9	4,3	0,6	0,7

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
CONSUMO DE MEDICAMENTOS. PROBLEMAS ESPECÍFICOS				
Tos	24,3	28,1	21,9	22,7
Resfriado	44,2	45,4	40,0	48,1
Dolor de cabeza	33,2	26,2	34,2	40,0
Dolor de estómago	20,5	18,0	22,0	21,6
Dificultades para dormir	4,4	6,5	3,7	2,6
Nerviosismo	8,5	10,7	9,0	5,4
Otras causas	13,6	13,4	13,2	14,3

Items de preguntas diferentes agrupados en la tabla. Los porcentajes suman más de 100.

HIGIENE Y SALUD BUCODENTAL

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
LAVADO DE MANOS				
Siempre	67,9	75,2	67,1	60,5
Casi siempre	21,0	17,9	23,2	22,0
A veces	9,8	6,5	8,4	15,4
Nunca	0,9	0,1	0,8	2,0
NS/NC	0,3	0,3	0,5	0,1

LAVADO DE CABEZA				
Todos los días	21,2	20,3	22,9	20,1
2 ó más veces/semana, no diario	60,3	50,5	60,5	71,5
Todas las semanas, una vez	15,0	24,6	12,9	6,6
2 ó 3 veces al mes	1,7	2,5	1,6	0,9
Una vez al mes	0,6	1,1	0,4	0,3
Nunca o casi nunca	0,5	0,6	0,6	0,1
NS/NC	0,7	0,4	1,2	0,4

DUCHA O BAÑO				
Todos los días	36,2	34,4	35,9	38,8
Más de 3 veces/semana, no diario	26,5	19,0	26,8	35,0
2 ó 3 veces por semana	24,9	27,7	25,2	21,4
Todas las semanas, una vez	9,0	14,6	8,2	3,5
2 ó 3 veces al mes	1,3	1,7	1,1	1,0
Una vez al mes	0,7	0,9	1,0	0,1
Nunca o casi nunca	0,8	0,9	1,3	0,1
NS/NC	0,5	0,8	0,6	0,0

FRECUENCIA DE CEPILLADO				
Más de una vez al día	48,8	51,5	46,1	49,2
Una vez al día	30,2	31,7	30,6	28,0
Al menos una vez a la semana, no diario	13,5	9,5	16,0	14,9
Alguna vez o nunca	7,1	6,7	7,4	7,2
NS/NC	0,4	0,6	0,0	0,7

FRECUENCIA DE CEPILLADO DESPUÉS DE DESAYUNAR				
Siempre	30,2	28,0	28,5	34,7
Casi siempre	13,8	16,3	12,9	12,1
Alguna vez	24,2	25,8	26,1	19,8
Nunca	25,9	22,0	26,7	29,3
NS/NC	6,0	7,8	5,7	4,1

HIGIENE Y SALUD BUCODENTAL

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CEPILLADO DESPUÉS DE COMER				
Siempre	38,4	39,6	36,8	39,2
Casi siempre	18,9	18,3	18,6	19,8
Alguna vez	25,2	22,3	26,2	27,2
Nunca	12,7	13,2	14,3	10,1
NS/NC	4,8	6,5	4,1	3,7

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CEPILLADO DESPUÉS DE CENAR				
Siempre	45,3	49,4	44,4	41,7
Casi siempre	19,3	20,2	19,7	17,8
Alguna vez	24,3	19,1	26,2	27,9
Nunca	8,1	7,1	7,2	10,6
NS/NC	3,0	4,3	2,5	2,1

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FECHA DE ÚLTIMA VISITA AL DENTISTA				
Hace menos de un año	51,5	58,6	51,2	43,6
Hace más de un año	30,8	22,9	31,2	39,2
No he ido nunca	17,2	17,5	17,3	16,9
NS/NC	0,5	1,0	0,2	0,3

	TOTAL (N=1726) Porcentaje	Grupo 1 (N=539) Porcentaje	Grupo 2 (N=633) Porcentaje	Grupo 3 (N=554) Porcentaje
MOTIVO DE ÚLTIMA VISITA AL DENTISTA. SUJETOS QUE HAN IDO AL DENTISTA				
Para revisarme los dientes	37,3	39,2	37,1	35,2
Por tener un diente o muela picados	31,0	28,8	28,5	36,3
Por flemón o dolor de muelas	5,4	4,6	4,7	7,0
Por poner o revisar un aparato	16,4	16,4	18,9	13,5
Por otra razón	8,1	7,8	9,1	7,2
<i>Sacar dientes</i>	3,9	3,8	4,7	3,1
<i>Traumatismos</i>	0,4	0,2	0,6	0,4
<i>Razones diversas</i>	3,8	3,8	3,8	3,7
NS/NC	1,8	3,1	1,6	0,8

ALIMENTACIÓN

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE DESAYUNO				
Todos los días	81,4	87,4	80,6	75,5
Casi todos los días	8,5	5,9	8,0	12,2
Alguna vez	3,5	2,1	4,7	3,8
Casi nunca	3,2	2,0	2,8	5,2
Nunca	2,3	0,9	3,1	3,0
NS/NC	1,0	1,7	0,8	0,4

FRECUENCIA DE ALMUERZO				
Todos los días	57,3	63,6	55,0	52,9
Casi todos los días	21,5	19,7	20,5	24,8
Alguna vez	9,6	6,8	11,5	10,5
Casi nunca	5,8	4,4	7,2	5,6
Nunca	4,3	3,2	4,7	5,0
NS/NC	1,5	2,3	1,1	1,2

FRECUENCIA DE COMIDA				
Todos los días	94,3	95,0	93,0	95,2
Casi todos los días	2,8	2,0	3,5	3,0
Alguna vez	1,3	1,4	1,8	0,4
Casi nunca	0,6	0,4	0,5	0,8
Nunca	0,1	0,0	0,2	0,0
NS/NC	0,9	1,3	0,9	0,6

FRECUENCIA DE MERIENDA				
Todos los días	47,2	59,6	46,0	34,3
Casi todos los días	24,0	22,7	25,0	24,3
Alguna vez	14,8	9,3	15,1	20,6
Casi nunca	7,0	3,3	7,6	10,6
Nunca	5,7	3,1	5,1	9,3
NS/NC	1,3	1,9	1,1	1,0

FRECUENCIA DE CENA				
Todos los días	76,1	77,6	76,2	74,1
Casi todos los días	11,5	9,4	11,8	13,4
Alguna vez	6,0	6,0	5,8	6,4
Casi nunca	3,0	2,7	3,0	3,2
Nunca	2,3	2,7	2,1	2,2
NS/NC	1,2	1,7	1,1	0,7

ALIMENTACIÓN

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS. LECHE				
Más de una vez al día	64,4	73,2	64,6	53,8
Una vez al día	25,4	17,7	26,1	33,5
Todas las semanas	4,0	4,8	3,6	3,5
Casi nunca	3,5	2,6	3,1	5,1
Nunca	2,2	1,3	2,1	3,5
NS/NC	0,5	0,4	0,5	0,6

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS. CAFÉ O TÉ				
Más de una vez al día	2,7	1,7	1,9	4,8
Una vez al día	6,4	3,5	5,5	11,0
Todas las semanas	8,0	2,1	5,3	18,1
Casi nunca	26,5	16,9	30,5	32,5
Nunca	52,6	70,9	53,1	30,8
NS/NC	3,8	5,0	3,6	2,7

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS. ZUMOS NATURALES				
Más de una vez al día	17,7	19,2	18,2	15,5
Una vez al día	20,4	24,1	19,4	17,3
Todas las semanas	20,7	16,2	22,3	24,0
Casi nunca	31,3	30,5	29,3	34,8
Nunca	7,0	6,2	7,9	6,9
NS/NC	2,8	3,8	2,9	1,6

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS. BEBIDAS GASEOSAS				
Más de una vez al día	14,5	10,4	15,9	17,7
Una vez al día	15,2	15,6	17,1	12,3
Todas las semanas	31,1	22,6	31,6	40,3
Casi nunca	30,2	38,3	28,3	23,0
Nunca	7,3	10,3	5,5	5,9
NS/NC	1,8	2,7	1,6	0,8

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS. FRUTA				
Más de una vez al día	44,9	51,0	47,4	34,5
Una vez al día	31,8	30,5	31,3	33,8
Todas las semanas	11,2	8,9	11,2	14,1
Casi nunca	9,8	7,0	8,4	14,7
Nunca	1,8	1,5	1,6	2,3
NS/NC	0,6	1,0	0,1	0,6

ALIMENTACIÓN

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS. YOGUR				
Más de una vez al día	21,6	28,1	20,2	15,7
Una vez al día	29,7	30,1	31,8	26,6
Todas las semanas	22,3	17,9	23,7	25,7
Casi nunca	20,7	18,6	19,0	25,4
Nunca	4,8	3,9	4,7	6,1
NS/NC	0,9	1,4	0,6	0,6

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS. QUESO				
Más de una vez al día	22,1	25,1	20,4	20,7
Una vez al día	27,5	27,2	29,5	25,3
Todas las semanas	23,6	17,6	24,7	29,2
Casi nunca	15,3	17,9	13,4	14,7
Nunca	9,4	8,9	10,1	9,1
NS/NC	2,1	3,2	2,0	1,0

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS. MANTEQUILLA O MARGARINA				
Más de una vez al día	4,8	5,6	5,2	3,3
Una vez al día	12,4	13,9	12,4	10,6
Todas las semanas	23,9	18,5	23,6	30,5
Casi nunca	40,7	40,7	41,2	40,0
Nunca	16,0	17,6	16,3	14,0
NS/NC	2,2	3,7	1,3	1,6

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS. FRUTOS SECOS				
Más de una vez al día	7,9	8,0	9,6	5,5
Una vez al día	10,2	11,5	9,5	9,6
Todas las semanas	25,5	18,2	27,0	32,1
Casi nunca	45,8	49,3	43,9	44,2
Nunca	8,7	10,4	8,1	7,5
NS/NC	2,0	2,7	1,9	1,1

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS. DULCES Y GOLOSINAS				
Más de una vez al día	18,1	18,3	21,1	14,2
Una vez al día	20,0	21,0	21,6	16,7
Todas las semanas	28,6	21,4	28,2	37,4
Casi nunca	27,9	33,2	25,8	24,5
Nunca	4,1	4,2	2,2	6,3
NS/NC	1,3	1,8	1,1	1,0

ALIMENTACIÓN

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS. CARNE DE CERDO, TERNERA...				
Más de una vez al día	5,3	6,9	5,7	3,0
Una vez al día	20,7	21,0	21,1	19,8
Todas las semanas	60,1	52,5	60,0	69,0
Casi nunca	11,0	15,6	10,7	6,1
Nunca	2,1	2,6	2,0	1,6
NS/NC	0,8	1,4	0,5	0,6

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS. CARNE DE AVE				
Más de una vez al día	2,8	3,5	2,5	2,4
Una vez al día	12,2	11,0	14,0	11,3
Todas las semanas	58,6	47,3	59,9	70,2
Casi nunca	17,7	27,3	14,8	10,4
Nunca	7,2	9,2	7,3	4,9
NS/NC	1,4	1,7	1,5	0,8

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS. HAMBURGUESAS O PERRITOS				
Más de una vez al día	3,6	4,8	3,9	1,7
Una vez al día	6,7	7,3	8,6	3,7
Todas las semanas	29,0	23,4	28,4	36,1
Casi nunca	49,4	49,9	50,0	48,3
Nunca	9,8	12,3	8,2	8,8
NS/NC	1,5	2,3	0,8	1,4

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS. EMBUTIDOS				
Más de una vez al día	20,1	21,3	21,5	16,8
Una vez al día	35,4	32,4	37,5	36,3
Todas las semanas	26,1	22,9	26,2	29,8
Casi nunca	13,6	16,8	11,0	13,3
Nunca	3,8	5,2	3,1	3,1
NS/NC	0,9	1,3	0,7	1,7

	TOTAL (N=2098) Porcentaje	Grupo 1 (N=661) Porcentaje	Grupo 2 (N=766) Porcentaje	Grupo 3 (N=671) Porcentaje
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS. HUEVOS				
Más de una vez al día	3,6	3,9	4,2	2,6
Una vez al día	16,7	17,5	17,0	15,4
Todas las semanas	61,6	54,5	60,6	71,2
Casi nunca	14,6	19,3	14,7	8,9
Nunca	2,2	3,1	2,3	1,2
NS/NC	1,2	1,6	1,2	0,7