



## I.A. RESUMEN DE RESULTADOS

## 1-DATOS GENERALES

A partir de las encuestas descargadas a través de la aplicación FORMA utilizada en esta edición 2022-2023, se han validado 1120 cuestionarios completos que han permitido realizar el análisis de datos.

Ajustando los resultados para ese grupo de población de Castilla y León, resulta que el 50,2% de los estudiantes son chicos y el 49,8% son chicas. El 80,2% estaban escolarizados en centros de medio urbano/semiurbano (en adelante: medio urbano) y el 19,8% en centros de medio rural.

La edad media fue de 15,9 años (DE: 0,56), siendo el mínimo de 14,23 y el máximo de 18,92 años. El 94,1% de los jóvenes tienen 15 o 16 años. No hay diferencias estadísticamente significativas en cuanto a media de edad por sexo, pero sí por ámbito, siendo superior la media de edad en el medio rural (16,02 (DE=0,68) frente a 15,85 (DE=0,51) en el medio urbano,  $p<0,001$ ).

El 92,8% de los estudiantes nacieron en España (94,5% chicos, 91% chicas;  $p=0,025$ ) al igual que el 86,4% de los padres y el 86% de las madres.

Son más los padres que trabajan, (90,4%, madres 80,1%) y las madres que se dedican a las tareas del hogar: el 12,7% (11% medio urbano-19,5% rural) de las madres se dedican a las tareas

del hogar frente al 0,5% (0,6% medio urbano-0,5% medio rural) de los padres. El 2,2% de los padres están desempleados y el 3% son pensionistas o están jubilados a diferencia de las madres con el 4,2% y el 1,4% respectivamente (Gráfico 1.1).

En cuanto a la formación universitaria es superior en las madres (50,5% frente al 37,3% de los padres) mientras que más padres tienen graduado escolar (23,4% frente al 15,6% de madres) (Gráfico 1.2). El nivel de estudios de los progenitores del medio urbano es superior al de aquéllos del medio rural: el 53,7% de madres y el 40,8% de padres tienen estudios universitarios, en comparación con el 36,4% de madres ( $p< 0,001$ ) y el 21,3% de padres del medio rural ( $p<0,001$ ) (Gráfico 1.3).

El número medio de personas con las que conviven los adolescentes es de 2,87 (DE= 0,95), siendo el rango de 1 a 8, sin diferencias significativas por sexo ni por ámbito. La mayoría conviven con su madre (94,5%), su padre (83,9%) o sus hermanos (68,2%). Además, el 7,2% de estudiantes conviven con otros familiares y el 3,9% con otras personas. El 79,8% convive con los dos progenitores (más chicos: 81,9%, chicas 77,9%  $p=0,006$ ), mientras que el 18,7% lo hace con uno solo, y un 1,4% no convive con ninguno de los dos. Hay más chicos que conviven con el padre (86,3% frente a 81,7% de chicas,  $p=0,035$ ) y más chicas que conviven con “otras personas” (5,6% frente al 2,3% de chicos,  $p=0,005$ ), sobre todo chicas de medio urbano (6%-3,7% rural).

El número de hermanos es de 0 a 6, sin diferencias estadísticamente significativas por sexo ni ámbito geográfico, siendo la media de un hermano en todas las categorías.

No hay diferencias significativas por sexo ni por ámbito geográfico en cuanto a la autopercepción de sus resultados académicos en comparación con los compañeros de clase: el 19% de los estudiantes se autoclasifica en el grupo que obtiene mejores notas y el 29,6% en el grupo medio-alto. El 32,8% se sitúa en el grupo medio, el 14,3% en el medio-bajo y el 4,4% en el grupo de peores notas. (Gráfico 1.4).

En cuanto al estado de salud autopercebido, son más los chicos que la consideran “muy buena” (41% en comparación con el 19,6% de las chicas) y más las chicas que la consideran “buena” (58,1%, chicos 49,9%) ( $p<0,001$ ) (Gráfico 1.5).

El 36,8% de los estudiantes refiere haber sido diagnosticado de alguna enfermedad, sin diferencias significativas por sexo ni ámbito geográfico. La enfermedad diagnosticada con mayor frecuencia es la alergia (22,2%), más frecuente en chicos que en chicas (25,3%-19,2%,  $p=0,014$ ), seguida de las jaquecas, migrañas o dolores de cabeza (9,7%) que, por el contrario, es más común en chicas (12,9%) que en chicos (6,4%) ( $p<0,001$ ) y lo mismo ocurre con el grupo de “otras enfermedades” (Chicas 12,7% - chicos 6,4%,  $p<0,001$ ) (Gráfico 1.6).

Los síntomas que han presentado en los últimos 6 meses son bajo ánimo (62%), nerviosismo (67,5%), irritabilidad (66,3%), dolor de espalda (47,5%), dolor de cabeza (41%), dificultad para dormir (37,2%), dolor de estómago (34,4%) y sensación de mareo (30,3%). En todos los casos fueron las chicas quienes padecieron esta sintomatología en mayor proporción y con mayor frecuencia ( $p<0,001$ ) (Gráfico 1.7), con muchos de estos síntomas presentes casi a diario (Gráfico 1.8).

En cuanto a la valoración del nivel en que se encuentran en ese momento de su vida con una puntuación de 0 a 10, (siendo 0 la peor situación posible y 10 la mejor), la media es de 7,13 ( $DE=1,68$ ) siendo más baja la de las chicas (chicos 7,47- chicas 6,79,  $p<0,001$ ), y la peor la de las chicas de medio rural (media: 6,70), aunque muy igualada con las de medio urbano (6,80). La mejor es la de los chicos de medio urbano (media: 7,50), seguida de la de los chicos de medio rural (7,35) ( $p<0,001$ ) (Gráfico 1.9).

## 2-ACTIVIDAD FÍSICA

El 76,9% de los jóvenes realiza alguna actividad física al menos 30 minutos al día durante su tiempo libre y fuera del horario escolar, principalmente los de ámbito urbano (78,2% frente al 71,6% en el ámbito rural,  $p=0,038$ ). El 0,2% no pueden realizarlo, bien por incapacidad o enfermedad.

Son más los chicos que realizan actividad física (87% frente al 66,6% de las chicas,  $p<0,001$ ), principalmente los de medio urbano (87,1%) mientras las chicas del medio rural son las que lo hacen en menor proporción (56%) ( $p<0,001$ ) (Gráfico 2.1).

Hay diferencias estadísticamente significativas por sexos en cuanto a la frecuencia, tanto semanal como diaria con que los adolescentes realizan actividad física, siendo los chicos los que lo hacen con mayor frecuencia: El 30,4% de los chicos que realizan algún tipo de actividad física lo hacen 5-6 días a la semana mientras que el porcentaje de chicas con esta frecuencia es del 19,1%. ( $p<0,001$ ) (Gráfico 2.2A) y también son más chicos que chicas los que realizan actividad física durante más de dos horas al día (25,2% y 15,9% respectivamente) y más chicas las que lo hacen 1-2 horas (69,9% de los chicos y 73,9% de las chicas) ( $p<0,001$ ) (Gráfico 2.2B)

Los días laborables son las chicas quienes pasan más tiempo frente a pantallas (televisión, consola, ordenador, tableta, móvil...): el 41,4% emplean más de 2 horas al día frente al 35,8% de los chicos, y un 23,5% de éstos pasa menos de una hora al día frente al 15,8% de las chicas ( $p=0,004$ ). En cambio, los fines de semana y festivos la proporción de chicos y de chicas que pasan más de dos horas frente a las pantallas está más igualada (72,1% y 74,2%, respectivamente) (Gráfico 2.3). En medio rural emplean

más tiempo delante de las pantallas en los días de diario (el 46,6% más de 2 horas en contraste con el 36,6% del medio urbano ( $p=0,018$ ). Sin embargo, los fines de semana o festivos esta relación se invierte, siendo algo mayor el porcentaje de jóvenes de medio urbano que pasan más de dos horas frente a pantallas (73,3% frente a 72,5% de los de medio rural), aunque sin ser significativa.

El 30% de jóvenes utilizan medio de transporte (coche, autobús, moto) para acudir al centro escolar. El 27,9% tardan menos de 15 minutos al día al centro escolar caminando o en bicicleta, el 31,4% 15-30 minutos y el 7,7% entre 30-60 minutos al día, con diferencias significativas tanto por sexo como por ámbito geográfico, con más chicas que emplean menos de 15 minutos diarios y más chicos que emplean más de una hora al día en desplazarse al centro escolar ( $p=0,001$ ). También se utiliza más el transporte para ir al centro escolar en medio rural (38%) que en medio urbano (28,1%) pero también es en medio rural donde hay un porcentaje mayor de jóvenes que tardan menos de 15 minutos diarios en desplazarse andando o en bicicleta al centro escolar (31,2% en medio rural, 27,2% en medio urbano), mientras que la proporción de los que invierten entre 15 y 30 minutos diarios en este desplazamiento es mayor en medio urbano (33,2% frente al 24,4% en medio rural) ( $p=0,002$ ) (Gráfico 2.4) .

### 3-ÍNDICE DE MASA CORPORAL Y ALIMENTACIÓN

La estatura y el peso medio autorreferido son significativamente mayores en los chicos: 174,64 cm (DE 7,15) y 64,37 Kg (DE 10,74) frente a 162,87 cm (DE 6,25) y 56,61 Kg (DE 9,13) en las chicas ( $p < 0,001$ ), sin diferencias estadísticamente significativas por ámbito geográfico, al contrario de lo que ocurre con el IMC: es significativamente mayor en el ámbito rural (21,45, DE=2,85) que en el urbano (21,03 DE 2,90) ( $p=0,032$ ), sin encontrarse diferencias estadísticamente significativas por sexo.

El valor más bajo de media de IMC corresponde a los chicos de medio urbano (20,93; DE 2,87) mientras que el IMC medio más alto se observa en los chicos de medio rural (21,55; DE 2,76) (Gráfico 3.1).

En cuanto a las categorías de nivel de peso según la International Obesity Task Force (IOTF)<sup>1</sup> el 75,8% de las chicas y el 78,8% de los chicos tienen un peso normal. Por otra parte, son más las chicas con infrapeso (10,7% en comparación con el 5,5% de los chicos), y con obesidad (2% frente al 1,4% de los chicos), siendo sin embargo los chicos los que presentan sobrepeso en

mayor porcentaje (14,2% frente al 11,5% de las chicas). Estas diferencias por sexos son significativas estadísticamente ( $p=0,008$ ).

Sin embargo, al clasificar el IMC según las categorías que establece la Organización Mundial de la Salud (OMS)<sup>2</sup>, el 1,5% de las chicas y el 1,8% de los chicos tienen infrapeso. El porcentaje de jóvenes con sobrepeso y obesidad aumenta levemente en ambos grupos respecto a la IOTF, siendo en los chicos de 15,3% y 2,1% respectivamente y en las chicas de 12,4% y 2,6% y sin que estas diferencias por sexos sean significativas. La clasificación de la OMS detecta más sobrepeso y obesidad mientras que la escala de la IOTF detecta más infrapeso. Sin embargo, el nivel de concordancia entre ambas es bueno, con un valor kappa de 0,744 ( $p < 0,001$ ).

El 71,9% de los chicos y el 72,2% de las chicas consideran que su peso es normal. El 12,6% de los chicos considera su peso inferior al normal, mientras que sólo el 6,6% de las chicas se autoclasifica en este grupo. Por otro lado, el 14,7% de los chicos y el 19,4% de las chicas consideran que su peso es algo mayor de lo normal y el 0,7% y el 1,8% respectivamente lo consideran bastan-

<sup>1</sup> Cole TJ, Lobstein T. Extended international (IOTF) body mass index cut-offs for thinness, overweight and obesity. *Pediatr Obes.* 2012 Aug;7(4):284-94. doi: 10.1111/j.2047-6310.2012.00064.x. Epub 2012 Jun 19. PMID: 22715120.

<sup>2</sup><https://www.who.int/toolkits/growth-reference-data-for-5to19-years/indicators/bmi-for-age>

te mayor de lo normal ( $p < 0,001$ ) (Gráfico 3.2). La concordancia del IMC autopercibido con la clasificación de la IOTF es algo mayor que con la clasificación de la OMS (IOTF:  $\kappa = 0,395$ ;  $p < 0,001$ , OMS:  $\kappa = 0,363$ ;  $p < 0,001$ ) aunque en ambos casos se trata de una concordancia discreta.

Tanto los chicos como las chicas con normopeso son los que tienen una percepción de su peso más ajustada a la realidad (80,6% y 82,2%, respectivamente). Los adolescentes con infrapeso o sobrepeso/obesidad tienden a normalizar subjetivamente su peso (Gráfico 3.3).

La comida que más omiten los días laborables es la merienda (25,7% no merienda) y los fines de semana el almuerzo (59,5%). Hay diferencias estadísticamente significativas por sexo en cuanto a desayunar, merendar y cenar, tanto días de diario como festivos, así como almorzar los fines de semana, y en todos estos casos son más las chicas que no lo hacen (Gráfico 4.2).

Según el ámbito geográfico no hay diferencias estadísticamente significativas en cuanto a la realización o no de las principales comidas. El número medio de comidas al día es de 4,33 (DE 0,89) los días de diario, y de 3,97 (DE 0,99) los días del fin de semana, con diferencias estadísticamente significativas por sexo tanto los días de diario (media chicos= 4,43, DE 0,83, chicas

=4,22, DE 0,94,  $p < 0,001$ ) como los festivos: chicos 4,13 (DE 0,93), chicas 3,81 (DE 1,02). Por ámbito geográfico no las hay ni diario ni festivos.

El 77% de los jóvenes señalan que ven la televisión mientras comen y/o cenan, el 26,8% siempre y un 50,2% a veces, sin diferencias significativas por sexo ni ámbito.

Hay más chicos que consumen lácteos y más enteros, mientras que las chicas consumen más desnatados y semidesnatados. ( $p < 0,001$ ) (Gráfico 4.3). La mayoría de los jóvenes consumen snacks (57,4%), sobre todo las chicas (60,1% frente al 54,8% de los chicos,  $p = 0,014$ ) (Gráfico 4.4).

Los alimentos que más consumieron los últimos 7 días fueron la leche y otros lácteos (el 67,4% de jóvenes los consumieron 5 o más veces), seguido del pan y cereales (53,9%), la fruta fresca (36%) y la carne (27,4%). Entre los menos consumidos están las bebidas vegetales, los refrescos azucarados y la comida rápida, que no tomaron un 88,4%, 42,1% y 39,6% de los jóvenes en los últimos 7 días respectivamente. La mitad tan solo han tomado 1-2 veces en la última semana huevo (49,8%) y pescado (58,6%). La mitad de los jóvenes ha consumido dulces en 1 o 2 ocasiones en esos 7 días.

Las legumbres se incluyen en la dieta con poca frecuencia: la mayoría (61,7%) han consumido legumbres en 1 o 2 ocasiones en la última semana. En cuanto a las verduras, el 33,4% las consumieron en 1-2 ocasiones y el 38,8% en 3 o 4 durante ese periodo (Gráfico 4.5). También el 44,3% consumió pasta, arroz y patatas en 3 o 4 ocasiones.

Hay diferencias significativas por sexos en cuanto al consumo de verduras y hortalizas ( $p=0,049$ ) con más chicos que no las han consumido (8,9% frente al 6,6% chicas) y más chicas que las han tomado en 5 o más ocasiones en los últimos 7 días (22,8% frente al 17,4% chicos). Los que menos verduras y hortalizas han consumido son los chicos de medio rural (9,7% no las consumen nunca) y las que más las chicas urbanas (24,5% 5 veces o más). También es significativa la diferencia por sexos en cuanto a consumir refrescos azucarados ( $p<0,001$ ): el 47,2% de las chicas no los consumió en la última semana, frente al 36,9% de chicos. Sin embargo, son más los chicos que no han consumido dulces (16,9% frente al 7,9% de las chicas) y más las chicas que los consumieron 3-4 veces en los últimos 7 días (30,8% frente al 22,6% chicos) ( $p<0,001$ ).

También hay diferencias significativas respecto al consumo de carne ( $p=0,003$ ), con más chicas que no la han

consumido (1,1% frente al 0,5% de los chicos) y más chicos que la consumieron 5 o más veces en los últimos 7 días (31,5% frente al 23,3% de las chicas). Lo mismo ocurre con el consumo de pan/cereales ( $p<0,001$ ), pasta, arroz y patatas ( $p<0,001$ ), y leche y lácteos ( $p<0,001$ ), en todos los casos con más chicos que los han consumido 5 o más veces en la última semana, al igual que los huevos ( $p<0,001$ ), con más chicas que no los consumieron o sólo 1 o 2 veces en los últimos 7 días, y más chicos que lo hicieron entre 3 y 5 veces o más.

Por ámbito geográfico solo encontramos diferencias estadísticamente significativas respecto al consumo de fruta fresca ( $p=0,004$ ), con más jóvenes de medio rural que no la consumieron o solo en 1 o 2 ocasiones la última semana, y más jóvenes de medio urbano que lo hicieron 5 veces o más.

El 58,7% de los estudiantes suelen consumir 1-2 piezas de fruta al día; tan sólo el 5% toma 5 o más piezas, y el 18,3% no toma fruta habitualmente. No hay diferencias significativas entre ambos sexos, pero sí por ámbito ( $p=0,001$ ), con más jóvenes de medio rural que no toman fruta habitualmente (26,25 frente al 16,4% de medio urbano) y más de medio urbano que toman de 3 a 5 o más piezas (25% frente a 15,4% rural).

El 73% de los jóvenes no ha seguido ninguna dieta especial en los últimos 12 meses, mientras que el 10,7% lo han hecho con intención de adelgazar y el 5,0% para engordar. Es mayor el porcentaje de chicos que no han modificado su dieta (75,4%) en comparación con las chicas (70,6%) y los que lo hicieron fue por motivos diferentes: el 14,7% de las chicas han seguido una dieta para adelgazar, frente al 6,8% de los chicos, mientras que el 8% de éstos lo hizo para engordar, frente al 2% de las chicas, y el 4,7% de éstas hizo dieta por motivos de salud, frente al 1,4% de los chicos ( $p < 0,001$ ) (Gráfico 4.6). No hay diferencias estadísticamente significativas por ámbito.

#### 4-ASOCIACIÓN ENTRE ALIMENTACIÓN, ACTIVIDAD FÍSICA Y TIEMPO DE PANTALLA

Los jóvenes que no realizan actividad física se saltan más el desayuno (22,8%,  $p=0,006$ ) y el almuerzo (27,8%  $p=0,010$ ) los días de diario, sin diferencias estadísticamente significativas respecto a las demás comidas ni tampoco en fines de semana/festivos (Gráfico 7.6). También se observa una asociación estadísticamente significativa con otros hábitos poco saludables como un mayor consumo de snacks ( $p=0,022$ ), dulces/bollería ( $p=0,009$ ), y comida rápida ( $p=0,049$ ). En cambio, los jóvenes que sí practican ejercicio consumen más fruta fresca ( $p<0,001$ ),

verduras y hortalizas ( $p=0,038$ ), huevos ( $p=0,001$ ), pescado ( $p<0,001$ ), legumbres  $p=0,002$ ), leche y lácteos ( $p=0,039$ ), así como un mayor número de piezas de fruta diarias  $p<0,001$  (Gráfico 7.7).

Los adolescentes que emplean más tiempo frente a las pantallas (TV, consola, ordenador, tabletas, móvil...) los días de diario son los que más se saltan el desayuno ( $p=0,001$ ) y la cena ( $p=0,002$ ), siendo estos porcentajes mayores a medida que este tiempo frente a pantallas también aumenta (Gráfico 7.8). Lo mismo ocurre con estas dos comidas los fines de semana/festivos, y además el mayor tiempo frente a pantallas también afecta al almuerzo ( $p<0,001$ ).

Con relación al tiempo de desplazamiento al centro escolar realizan más el desayuno, la merienda y la cena aquellos que utilizan transporte o emplean menos de 15 minutos en desplazarse al centro escolar. Hay diferencias significativas en cuanto al consumo de comida rápida y dulces, mayor en aquellos que utilizan transporte o tardan menos de 15 min y además consumen menos piezas de fruta y menos carne que aquellos que emplean más de una hora al día en desplazarse al centro escolar andando o en bicicleta.

## 5-DESCANSO

La media de horas de sueño es de 7,82 (DE 1,20). El 36,4% de los jóvenes refiere dormir 8 horas al día, y el 76,6% entre 7 y 9 horas. Las chicas duermen de media algo menos que los chicos (7,75 y 7,90 respectivamente,  $p=0,040$ ), y los jóvenes de medio urbano algo menos que los de medio rural (7,78 horas los de medio urbano y 8,01 los de medio rural,  $p=0,009$ ). El 50,5% de los jóvenes no se levantan con sensación de haber descansado, siendo únicamente el 37,9% de las chicas y el 60,9% de los chicos los que tienen sensación de descanso nocturno ( $p < 0,001$ ). Las chicas del medio urbano son las que en menor proporción (37%) descansan tras haber dormido, mientras que la mayoría de los chicos del medio rural (65,5%) se levantan con sensación de haber descansado ( $p < 0,001$ ) (Gráfico 6.1).

Los estudiantes que no tienen sensación de descanso nocturno duermen de media 7,57 horas al día, mientras que aquéllos que sí se levantan con sensación de haber descansado duermen una media de 8,07 horas al día ( $p < 0,001$ ), (el 70,7% 7 u 8 horas, el 7,4% 5 o 6 horas y el 22,1% entre 9 y 12 horas) (Gráfico 6.2).

Hay una relación entre hábitos de descanso y alimentación: los jóvenes que han descansado se saltan con

menor frecuencia el desayuno y la merienda tanto los días de diario ( $p<0,001$  y  $p=0,042$ , respectivamente) como los de fin de semana o festivos ( $p=0,013$  y  $p=0,005$ ). También descansan menos los jóvenes que siguen alguna dieta especial o han realizado modificaciones en su dieta habitual (principalmente para adelgazar el 44,5% no tiene sensación de descanso frente al 51,2% de los que la no han modificado ( $p = 0,006$ ) (Gráfico 7.12).

Son más los jóvenes que se levantan sin sensación de haber descansado por la noche entre los que no realizan actividad física que entre los que sí hacen ejercicio: 59,7% y 47,9% respectivamente ( $p=0,001$ ).

También se observa que el estar más tiempo frente a pantallas los días de diario y fines de semana o festivo está asociado con un peor descanso nocturno: en días de diario se levanta descansado el 58,2% de los que pasan menos de 1 hora frente a pantallas, el 53,4% de los que están de 1 a 2 horas y sólo el 40,6% de los que emplean más de 2 horas ( $p<0,001$ ). Los fines de semana/festivos también hay diferencias significativas: descansa el 58,1% de los que emplean menos de 1 hora, el 57,3% de los que están 1 a 2 horas y el 46,5% de los que emplean más de dos horas ( $p=0,005$ ). (Gráfico 7.15).

## 6-CONSUMO DE SUSTANCIAS TÓXICAS

### A-TABACO

El 94,9% de los adolescentes no tienen permiso de sus padres para fumar, sin diferencias estadísticamente significativas por sexo, aunque sí por ámbito, siendo en medio urbano donde hay más progenitores que no permiten fumar (95,8% frente a 91,4%, p=0,009).

El 82,7% de los jóvenes refiere no haber fumado nunca, mientras que el 4,3% dice hacerlo a diario y el 3,1% lo hace sólo fines de semana. Son más los chicos que no han fumado nunca (84,7%) que las chicas (80,6%), aunque esta diferencia no es estadísticamente significativa, pero sí lo es por ámbito, con más jóvenes de medio urbano que no han fumado nunca (84,5% frente a 75,2% en medio rural, p=0,001) (Gráfico 8.1.1).

La mitad (50,8%) de los fumadores actuales consume entre 2 y 5 cigarrillos/día (53,1% chicos-48,1% chicas), y el 28,1% un cigarrillo o caladas sueltas (24,5% chicos- 30,4% chicas). El 10,2% de los chicos fuman de 6 a 10 cigarrillos en comparación con el 19% de las chicas, y el 8,2% de los chicos y 1,3% de las chicas fuman 11 o más cigarrillos. Hay más jóvenes de medio rural que

fuman entre 6 y 20 cigarrillos, aunque ninguno consume más de un paquete, a diferencia del medio urbano en que lo hace un 3,4% de los fumadores. Los que más fuman son los chicos de ámbito rural, con un 35,7% que consume 6 o más cigarrillos diarios, frente al 16,8% de los chicos urbanos y el 33,4% y 14,9% de chicas rurales y urbanas respectivamente, aunque estas diferencias no son estadísticamente significativas (Gráfico 8.1.2). También los adolescentes de zona rural son los que en mayor proporción han fumado más de 100 cigarrillos a lo largo de su vida (66,7% de zona rural frente al 48,2% de zona urbana, p=0,021).

La edad media de inicio del consumo de tabaco es de 13,89 años (mínima 10 años y máxima 17), sin diferencias estadísticamente significativas por sexo ni ámbito geográfico, aunque es algo inferior en las chicas (chicos 13,98, chicas 13,81) y en el medio urbano (13,87, rural 13,92).

El 30% de los jóvenes consume o ha consumido productos de tabaco no convencionales (vapeadores, cigarrillo electrónico, pipa de agua...). De éstos, el 19,6% lo ha dejado, el 4,7% sólo los consume el fin de semana, el 4,9% lo hace alguna vez a la semana y el 0,9% a diario (Gráfico 8.1.3).

Un 31,7% de los jóvenes convive con fumadores, sin diferencias por sexo ni ámbito geográfico, aunque la mayoría de los padres y madres no han fumado nunca o son exfumadores (76,6% de los padres y 78,1% de las madres); sin embargo, el 19,7% de los padres y el 17,8% de las madres fuman de forma habitual.

El 12,6% de los jóvenes están expuestos al tabaquismo pasivo en casa y el 11,2% fuera de casa los días de diario. Los fines de semana los adolescentes sufren una mayor exposición al tabaquismo pasivo, principalmente fuera de casa (32,2%, 16,6% en casa), sin diferencias significativas por sexo ni ámbito en ninguno de los casos (Gráficos 8.1.4 y 8.1.5).

#### B- ALCOHOL

Hay diferencias significativas por sexo ( $p=0,006$ ) y por ámbito ( $p=0,001$ ) en el patrón de consumo de alcohol: el 45% de los jóvenes no consume alcohol (48,1% de los chicos, 41,7% chicas) y el 30,4% rara vez (31,8% chicos, 29% chicas). Un 22,4% sólo consume los fines de semana (18,2% chicos, 26,8% chicas) y el 2,1% alguna vez entre semana (1,8% chicos, 2,5% chicas). Un 0,1% declara consumir alcohol a diario. Hay más jóvenes que no consumen alcohol en medio urbano (48,8%, frente al 29,3% rural) (Gráfico 8.2.1).

Algo menos de la mitad de los jóvenes (42,8%) consumieron alcohol el último mes, principalmente las chicas (46,1% frente al 39,6% de los chicos,  $p=0,027$ ) y en medio rural (57% frente al 39,3% urbano,  $p<0,001$ ). Las chicas de medio rural son las que más consumieron alcohol los últimos 30 días (60,6%) y los chicos de medio urbano los que menos lo hicieron (36,1%).

La media de edad a la que comienzan a consumir bebidas con alcohol al menos una vez a la semana es de 14,21 años, siendo la edad mínima a los 10 años. No hay diferencias estadísticamente significativas por sexo ni por ámbito, aunque es menor en las chicas (14,15; 14,27 en chicos) y en medio urbano (14,19; 14,24 en medio rural).

Los adolescentes que declaran consumir alcohol los días de diario (10,1% de los que beben alcohol), prefieren los combinados (49,2%), la cerveza (38,1%) y el vino (19,6%). No hay diferencias estadísticamente significativas por sexos en el consumo de estas bebidas, pero sí por ámbito geográfico en el consumo de cerveza, mayor en medio rural (58,8% frente al 29,4% urbano,  $p=0,047$ ). Las bebidas más consumidas los fines de semana son los combinados (74,5%), vino o calimocho (36,2%) y la cerveza (33,6%), con diferencias estadísticamente significativas por sexo en estos dos últimos, siendo más los chicos que

consumen cerveza (chicos 40,8%, chicas 27,8%,  $p=0,001$ ) y las chicas que consumen vino o calimacho los fines de semana (chicos 29,4%, chicas 41,8%,  $p= 0,003$ ). También son más los chicos que consumen vermut (3,7% frente al 0,7% en chicas,  $p=0,027$ ). La cerveza se consume más en medio rural que urbano los fines de semana (urbano 30,8%, rural 41,5%,  $p=0,019$ ).

El 34,9% de los adolescentes que consumen alcohol ha consumido en alguna ocasión 6 o más unidades de alcohol en el mismo día durante el último mes, incluso el 12,2% lo ha hecho en más de una ocasión. Este hecho es más común entre los jóvenes del medio rural que el urbano (32,5% de medio urbano frente al 41% de medio rural) y el 9,2% y el 20,5% respectivamente, lo han hecho en más una ocasión ( $p < 0,001$ ). Las que más abusan del alcohol son las chicas de medio rural, de las que el 22% han consumido al menos 6 unidades de alcohol en el mismo día más de una vez en el último mes ( $p = 0,021$ ) (Gráfico 8.2.2).

Entre los jóvenes que consumen bebidas alcohólicas, el 18,3% se ha emborrachado al menos una vez en el último mes, siendo las chicas de zona urbana las que lo han hecho en mayor proporción (22,3%) y los chicos de medio urbano los que menos

(14,3%) aunque estas diferencias no son significativas. (Gráfico 8.2.3). El 0,7% de los adolescentes que consumen bebidas con alcohol necesitó asistencia sanitaria en el último mes por haber bebido en exceso, sin encontrarse diferencias estadísticamente significativas por sexo ni ámbito geográfico.

### C-OTRAS SUSTANCIAS

El 4,6% de los jóvenes dicen haber probado en los últimos 30 días algún tipo de drogas distintas del alcohol y tabaco, principalmente en medio rural (6,8% frente al 4% en medio urbano) sin que esta diferencia sea significativa, y tampoco por sexos (Gráfico 8.3.1). La sustancia más consumida es el hachís (98,4%), seguido del speed/anfetaminas (6,8%). Respecto a este último, el consumo es mayor en el medio rural y entre las chicas que entre los chicos (chica rural 16,7%, chico rural 11,1%), y lo mismo ocurre con los tranquilizantes/somníferos sin receta, que consumen exclusivamente las chicas, principalmente las de medio rural (16,7% frente al 5,3% de las chicas de medio urbano). Las diferencias no son estadísticamente significativas probablemente debido al bajo número de casos en algunas categorías.

## 7-RELACIONES SEXUALES COMPLETAS (RSC)

El 21,6% de los adolescentes refieren haber tenido alguna vez RSC, en mayor proporción los de ámbito rural (27,5%) que urbano (20,3%) ( $p=0,020$ ), sin diferencias significativas por sexo. La edad media de la primera RSC es de 14,9 años (mediana 15 años), sin diferencias significativas por sexo ni ámbito.

La mayor parte de los jóvenes que han mantenido RSC refiere haber tenido una pareja en los últimos 30 días (51,8% de los chicos y 66,7% de las chicas) y un 12,5% de los chicos y el 3,9% de las chicas tuvieron dos o más parejas en ese periodo, mientras que en los chicos es más frecuente no haber tenido ninguna pareja en los últimos 30 días (35,7%, frente al 29,5% en chicas). (Gráfico 9.1.)

El 85,4% de los jóvenes refiere haber utilizado preservativo en su última RSC, con diferencias significativas por sexo (chicos 92%, chicas 79,8%,  $p=0,008$ ), pero no por ámbito, aunque es mayor su utilización en medio urbano (87,4%, rural 80%). Sin embargo, sólo el 68,7% de aquéllos que en algún momento han mantenido RSC dice utilizar algún método anticonceptivo; el método más utilizado es el preservativo (66,4% de los que han mantenido RSC), seguido de los anticonceptivos orales (6,1%) y el coitus interruptus o marcha atrás (2,4%) (Gráfico 9.2).

El 22,2% de los adolescentes (los jóvenes encuestados o su pareja) que han mantenido RSC refieren haber empleado alguna vez la píldora del día después (PDD), sin diferencias por sexo o por ámbito. Entre los que han utilizado la PDD, el 18,9% la han utilizado dos o más veces, en mayor proporción las chicas (22,6%, chicos 13,6%) y los jóvenes de medio rural (36,4%) que del urbano (14,3%), sin ser estas diferencias estadísticamente significativas probablemente debido al pequeño porcentaje de jóvenes que han empleado la PDD ( $n = 54$ ) (Gráfico 9.3).

## 8-ACCIDENTABILIDAD

La accidentabilidad no tráfico en los últimos 12 meses fue del 22,5%, siendo los chicos de zona urbana los que los han sufrido en mayor proporción (26,2%) y las chicas de zona rural las que menos (16,7%). Estos accidentes y lesiones ocurrieron principalmente en centros deportivos (45%), sobre todo en los chicos (52,1% de los accidentes no tráfico), seguidos de los accidentes en la calle (17,9%, 22,1% chicos, 12,6% chicas) (Gráfico 10.1). Estas diferencias por sexos en cuanto al lugar en que se produjo el accidente son estadísticamente significativas ( $p<0,001$ ).

Respecto a los accidentes de tráfico que precisaron tratamiento médico, el 1,9% de los jóvenes han sufrido alguno en

los últimos 12 meses, sin encontrarse diferencias estadísticamente significativas por sexo ni ámbito geográfico. Sí hay diferencias por sexos en cuanto al medio en que ocurrió el accidente, ya que todas las chicas lo sufrieron yendo en coche, mientras que sólo un 7,1% de los chicos que sufrieron accidentes de tráfico iba en automóvil, siendo más frecuentes en ellos los accidentes como peatón (andando, corriendo), en bici y en patinete eléctrico (Gráfico 10.2).

Un 92,2% utilizan siempre el cinturón cuando van en el asiento del copiloto y el 81% en el asiento trasero, en ambos casos más las chicas, pero las diferencias solo son estadísticamente significativas en cuanto al uso del cinturón trasero, con un 84,2% de chicas que lo usan siempre y un 12% la mayoría de las veces, frente al 77,8% y el 13,3% de los chicos respectivamente ( $p=0,001$ ) (Gráfico 10.3). El 27,2% de los jóvenes monta en moto, siendo en medio rural donde más se utiliza (34,7% frente al 25,4% de medio urbano,  $p=0,005$ ) y sobre todo los chicos (38,1%). El 85,1% de los que usan moto indica que utilizan el casco siempre, el 7,2% la mayoría de las veces, el 3,4% algunas veces y el 4,3% nunca, sin hallarse diferencias estadísticamente significativas por sexo o ámbito geográfico. Sin embargo, hay más adolescentes que usan la bicicleta: el 77,9% la utilizan, principalmente los chicos (86,7%, chicas 68,9%,  $p<0,001$ ), sin diferencias significativas por ámbito.

Los jóvenes utilizan el casco con menor frecuencia al ir en bicicleta que en moto: el 21,8% de los chicos que usan bici utilizan el casco siempre, frente al 16,4% de las chicas, y el 20,8% de los adolescentes del medio urbano en contraste con el 14,1% de los de zona rural. Hay que destacar que el 38% de los adolescentes indican que no utilizan el casco nunca cuando montan en bici, con diferencias estadísticamente significativas por ámbito ( $p=0,002$ ) (no lo usa el 64,5% de medio rural, frente al 51,8% de medio urbano) (Gráfico 10.4).

El 10,6% de los adolescentes viajó los últimos 30 días en un vehículo sabiendo que el conductor había consumido bebidas alcohólicas, con mayor porcentaje de chicos que lo ha hecho (12,5% frente al 8,8% de chicas,  $p= 0,046$ ). También es estadísticamente significativa la diferencia por ámbito, con mayor número de jóvenes de medio rural que contesta afirmativamente (14,4% frente al 9,7% urbano) ( $p=0,041$ ).

## 9-HIGIENE BUCODENTAL

El 84,5% de los adolescentes se lava los dientes más de una vez al día, pero el 2,9% no se los lava nunca o menos de una vez al día. El 4% no se los lava por la noche antes de acostarse y el 17,4% solo lo hace algunas veces. Las chicas son las que tienen una mayor higiene dental, con una frecuencia de cepillado mayor a

una vez al día superior a los chicos ( $p<0,001$ ) y mayor porcentaje de lavado de dientes siempre antes de acostarse ( $p=0,024$ ), principalmente aquéllas de medio rural, aunque las diferencias por ámbito no son significativas (Gráficos 11.1 y 11.2).

En cuanto a las visitas al dentista en los últimos 12 meses (excluidas las visitas de seguimiento o revisión de aparato dental), el 32,3% no realizó ninguna en ese período, mientras que el 14,9% lo hicieron más de 5 veces. El 21% y el 16,9% fueron 1 y 2 veces respectivamente. No se encontraron diferencias estadísticamente significativas por sexo ni ámbito geográfico, aunque hay más chicos que no fueron al dentista en el último año o lo hicieron solo una vez, y más chicas que fueron en más de 5 ocasiones (Gráfico 11.3).

## 10-RELACIONES CON LA FAMILIA

Al comparar la relación de los jóvenes con sus padres, madres y las parejas de ambos (en el caso de que los progenitores estén separados), la persona con la que les resulta más sencillo hablar es con su madre (al 69,8% le resulta fácil/muy fácil), seguido del padre (48% fácil/muy fácil). Los chicos tienen mayor facilidad para comunicarse con sus progenitores, aunque esta diferencia solo es significativa en el caso del padre ( $p=0,001$ ) (Gráfico 12.1). Sin embargo, a más de la mitad de los adolescentes

les resulta difícil o muy difícil hablar tanto con la pareja del padre como con la de la madre (54,9% y 51,9% respectivamente) (Gráfico 12.2).

El 85,3% de los jóvenes están totalmente o muy de acuerdo en que su familia realmente intenta ayudarles, el 73,2% en que reciben de ella el apoyo emocional que necesitan, el 84,9% en que está dispuesta a ayudarles a tomar decisiones, y el 65% en que pueden hablar de sus problemas con su familia. En todos estos casos hay diferencias significativas por sexo, con más chicos que chicas totalmente o muy de acuerdo (Gráfico 12.3).

## 11-RELACIONES SOCIALES

El 85,8% de los adolescentes afirma que sale con otras personas para distraerse. El 79% está totalmente o muy de acuerdo en que sus amigos realmente tratan de ayudarles, mientras que el 5,2% de los chicos y el 7,7% de las chicas están totalmente o muy en desacuerdo.

De igual manera, la mayoría de los jóvenes (77,7%) están totalmente o muy de acuerdo en que pueden contar con sus amigos cuando las cosas les van mal, el 84,4% en que tiene amigos con los que compartir emociones, y el 79,2% en que pueden hablar de sus problemas con ellos (Gráfico 13.1).

En todos los casos es mayor el porcentaje de chicos que está de acuerdo con estas opiniones ( $p=0,009$ ,  $p=0,007$  y  $p=0,043$  respectivamente).

## 12-USO DE INTERNET Y TELÉFONO MÓVIL

El 96,6% de los adolescentes disponen de smartphone, sin diferencias significativas por sexo. Sí las hay sin embargo en la frecuencia de uso de internet en este dispositivo en base al ámbito geográfico ( $p=0,004$ ): el 43,1% de los jóvenes se conecta casi constantemente, sobre todo en medio rural (51,6% frente 40,9% urbano), mientras que del 51,1% de jóvenes que se conecta varias veces al día, es mayor el porcentaje en medio urbano que rural (53% frente a 43,3%,  $p=0,011$ ) (Gráfico 14.1).

El 39,5% apaga siempre el móvil en lugares no permitidos, mientras que es más común que no lo apaguen nunca al dormir (54,2%) y en clase (43,8%) (Gráfico 14.2). Hay diferencias estadísticamente significativas por sexo en cuanto a apagado del móvil al estudiar y al dormir ( $p<0,001$  y  $p<0,004$  respectivamente), con más chicos que lo apagan siempre, mientras que en clase estas diferencias son significativas por ámbito, con más jóvenes de medio urbano que lo apagan siempre (30,6% frente al 22% rural) ( $p=0,006$ ). En los 30 días antes de la encuesta, casi todos los jóvenes (98%) utilizaron las redes sociales (Whatsapp, Facebook...), y el 83,3% el e-mail. El 95,2% escuchó o descargó

contenidos de la red (música, series, películas, etc..), el 49,7% participó en juegos de realidad virtual, el 48% en juegos de habilidad y el 30,7% visitó páginas para adultos. En todos los casos hay diferencias significativas por sexo ( $p\leq0,001$ ), siendo las chicas los que más utilizan las redes sociales y escuchan/descargan contenidos, mientras que los chicos las superan en cuanto a uso del correo electrónico, participación en juegos de realidad virtual y de habilidad, y también son ellos los que más visitan páginas para adultos (Gráfico 14.3). No se han encontrado diferencias por ámbito geográfico.

En cuanto a la interacción con desconocidos los dos últimos meses a través de internet, el 42,9% de los adolescentes intercambió mensajes (el 11,4% varias veces a la semana, el 24,3% en 1 o 2 ocasiones) y el 52,4% de los jóvenes recibió llamadas de desconocidos (el 13,1% varias veces a la semana y el 24,8% en 1 o 2 ocasiones). Estas dos situaciones se dieron más en chicos ( $p=0,044$  y  $p=0,010$  respectivamente). El 17,3% de los jóvenes recibieron mensajes o imágenes de contenido sexual (el 13,5% los han recibido 1 ó 2 veces y el 1,6% varias veces a la semana), sin diferencias por sexos, al igual que en el envío a desconocidos de imágenes propias en postura sexy o provocativa durante ese período, lo que hizo el 3,6% la mayoría solo en 1 o 2 ocasiones (Gráfico 14.4).

El 52,1% de los padres o tutores ayudan a los jóvenes si algo les molesta en internet y el 51,3% sugieren modos de uso seguro. En ambos casos hay diferencias por sexos, con mayor participación de los padres en el caso de las chicas ( $p<0,001$  en ambos casos). También el 28,6% de los padres establecen normas y limitaciones en el uso de la red y algunos utilizan programas de control parental: el 9,5% para bloquear o filtrar contenidos, el 8,5% para conocer en qué páginas navegan y las aplicaciones que utilizan y el 17,8% para conocer la ubicación del adolescente (Gráficos 14.5 y 14.6). En este último caso hay diferencias estadísticamente significativas por sexo (es más frecuente en chicas: 21,3% frente al 14,2% de los chicos,  $p=0,002$ ) y por ámbito (19,5% urbano frente al 10,4% rural,  $p=0,006$ ).

### 13-ACOSO ESCOLAR

El 5,4% de los adolescentes sufrió maltrato escolar en los dos meses previos a la realización de la encuesta (el 0,2% varias veces a la semana) y el 8,3% de los jóvenes participó en algún episodio de maltrato a otro/a compañero en ese período (Gráfico 15.1), sin diferencias significativas por sexo o ámbito geográfico en ninguno de los dos casos, pero sí las hay respecto al tipo de maltrato recibido: son las chicas las que más frecuentemente sufren aislamiento (10,9% chicos, 24,1% chicas,  $p<0,001$ ), así como mentiras o cotilleos inventados (21,7%-36,3%,  $p<0,001$ )

mientras que los chicos reciben más maltrato físico (5,3% frente al 1,8% de las chicas,  $p<0,001$ ).

Respecto al ámbito geográfico solo se han encontrado diferencias estadísticamente significativas con relación a las bromas de contenido sexual, más frecuentes en el ámbito rural (16,3%, frente al 10,9% en el ámbito urbano,  $p=0,027$ ).

En cuanto al maltrato a otros compañeros, son más los chicos que participaron en él (10% frente al 6,6% de las chicas,  $p=0,044$ ), sin diferencias significativas por ámbito geográfico (Gráfico 15.2).

Del total de jóvenes que declara haber sufrido maltrato, el 29,3% ha participado en maltrato a otros compañeros, y el 18,8% de los jóvenes que han participado en acoso a otros compañeros ha sido víctima del mismo.

Ninguno de los adolescentes encuestados refiere haber sufrido todos los tipos de acoso descritos en el cuestionario en alguna ocasión durante los últimos dos meses, pero el 24,4% ha sufrido al menos uno de éstos durante ese período, aunque sólo el 5,4% del total lo ha percibido como maltrato. Por ello, los datos presentados sobre cada tipo de maltrato hacen referencia al total de jóvenes, no al total de los que se autoperciben como maltratados.

## 14-VIDEOJUEGOS

El 29,1% de los adolescentes jugaron a juegos de rol, el 46,4% a los de deportes, el 39,6% a videojuegos de violencia, drogas y/o sexo y el 63,3% a otro tipo de videojuegos siendo los chicos los que más los utilizan ( $p<0,001$  en todos los casos) (Gráfico 16.1). No hay diferencias por ámbito geográfico.

## 15- JUEGO CON DINERO

También se ha preguntado acerca del juego/apuestas con dinero, tanto en internet (webs o aplicaciones de apuestas, etc..) como de forma presencial en locales especializados o terminales de apuestas de establecimientos hosteleros. El 91,9% no ha jugado nunca con dinero en internet, y el 87,5% no lo ha hecho nunca de forma presencial. Sin embargo, el 3,8% dice haber jugado con dinero en internet en los 30 días anteriores a la realización de la encuesta, y el 7,3% de forma presencial en este mismo período. Un 1,8% lo había hecho en ambas modalidades el último mes. Tanto online como presencial y de ambas formas son más los chicos que jugaron ( $p<0,001$ ). (Gráfico 17.1)

Más de la cuarta parte de los que alguna vez han jugado dinero en internet comenzó antes de los 13 años, (27,8%, 2,2% del total de encuestados), así como el 21,7% de los que lo hicieron de forma presencial. Son más las chicas que los chicos que empezaron a jugar antes de los 13 años en internet (47,6% frente al 21,7%;  $p=0,020$ ) así como de forma presencial (25% frente al 20,8%), sin diferencias por ámbito. Las más precoz en comenzar a jugar por internet fueron las chicas de medio urbano (el 56,3% antes de los 13 años) (Gráfico 17.2).

Un 0,98% de los participantes (5,8% de los jugadores) contestó afirmativamente a las dos preguntas del cuestionario Lie Bet para valorar el juego patológico. Un 17,3% de los jóvenes que han jugado alguna vez ha necesitado apostar más y más dinero, y un 8,3% ha mentido a gente importante para él respecto a cuánto juega (Gráficos 17.3 y 17.4). Aunque las respuestas afirmativas en todos estos casos son más numerosas en los chicos, no hay diferencias significativas por sexo más que en el hecho de necesitar apostar más y más dinero (chicos 22,5%, chicas 3,8%,  $p=0,002$ ).