



I.A. RESUMEN DE RESULTADOS

1-DATOS GENERALES

A partir de las encuestas descargadas a través de la aplicación FORMA utilizada en esta edición 2024-2025, se han validado 1051 cuestionarios completos que han permitido realizar el análisis de datos.

Ajustando los resultados para ese grupo de población de Castilla y León, se observa una distribución equilibrada por sexo (50,2% chicos y 49,8% chicas) y la mayoría del alumnado estudia en centros de ámbito urbano o semiurbano (en adelante medio urbano) (80,3%), frente al 19,7% que lo hace en zonas rurales.

La edad media fue de 16,04 años (DE: 0,63), con un rango entre 15,23 y 18,96 años. El 89,6% de los jóvenes tienen 15 o 16 años. Aunque no se detectan diferencias significativas por ámbito geográfico, los chicos presentan una edad media ligeramente superior a la de las chicas (16,09 frente a 15,99 años; $p=0,015$).

El 88,8% de los estudiantes nacieron en España, al igual que el 81,2% de los padres y el 79,3% de las madres.

En relación a la situación laboral, trabajan más padres (89,2%) que madres (82,2%) mientras que las tareas del hogar siguen recayendo mayoritariamente en ellas: el 9,4% (9,2% medio urbano-10,3% rural) frente al 0,4% (0,4% medio urbano-0,5%

medio rural) de los padres. El 1,5% de los padres están desempleados y el 3,7% son pensionistas o están jubilados a diferencia de las madres con el 4,9% y el 0,7% respectivamente (Gráfico 1.1).

En cuanto al nivel educativo, las madres presentan una formación superior más elevada: el 47,4% cuenta con estudios universitarios, frente al 32,7% de los padres. Esta diferencia se acentúa en el medio urbano, donde el 50% de las madres y el 35,7% de los padres tienen estudios universitarios, frente al 36% y 19,4%, respectivamente, en el medio rural ($p<0,001$ en ambos casos) (Gráfico 1.2).

Respecto a la convivencia familiar, la mayoría vive en hogares con una media de tres personas, sin diferencias significativas por sexo ni por ámbito, y convive principalmente con su madre (93,4%), su padre (81,4%) y sus hermanos (70%). Además, el 8,7% conviven con otros familiares (más chicos que chicas: 10,8% frente al 6,7%, $p=0,018$) y el 2,8% con otras personas. Tres de cada cuatro estudiantes viven con ambos progenitores (77,4%) mientras que el 20% lo hace con uno solo, y un 2,6% no convive con ninguno de los dos. El número medio de hermanos es de 1,2 (aunque el rango va de 0 a 7) y no se observan diferencias relevantes por sexo ni por entorno.

En el ámbito académico existen diferencias significativas por sexo en la autopercepción del rendimiento escolar: del 20,1% de los estudiantes que se autoclasifica en el grupo que obtiene mejores notas son más las chicas, así como del 36,2% del grupo medio, y por el contrario, del 24,7% del grupo medio-alto y el 5,5% del grupo de peores notas es mayor el porcentaje de chicos ($p<0,001$) (Gráfico 1.3).

En relación con la salud, los chicos valoran con mayor frecuencia su estado como “muy bueno” (37,6% frente al 20,7% de las chicas), mientras que las chicas lo califican habitualmente como “bueno” (59,7%, chicos 50,5%) ($p<0,001$) (Gráfico 1.4).

Cuatro de cada diez estudiantes (39,3%) refieren haber sido diagnosticados de alguna enfermedad, principalmente las chicas (44,3% frente al 34,4% chicos, $p=0,001$), sin diferencias significativas por ámbito geográfico. La enfermedad más frecuente es la alergia (24,8%), seguida de “otras enfermedades” (10,4%) sin diferencias por sexos en ninguno de los dos casos. Sin embargo, las jaquecas, migrañas o dolores de cabeza (8,5%) son más frecuentes en chicas (13,5%) que en chicos (3,4%) ($p<0,001$) (Gráfico 1.5).

Durante los últimos seis meses, una proporción elevada de adolescentes ha presentado síntomas como bajo estado de ánimo (57,7%) irritabilidad (67,1%), nerviosismo (63,1%), dificultades

para dormir (42,2%), dolor de espalda (46,6%), de cabeza (44,9%), de estómago (38,4%) y sensación de mareo (30,9%). Estos síntomas son más frecuentes y más intensos en las chicas ($p<0,05$) (Gráfico 1.6), con muchos de ellos presentes casi a diario (Gráfico 1.7). Solo el bajo estado de ánimo muestra diferencias por entorno geográfico, siendo más común en el medio urbano (59,5%) que en medio rural (50,2%) ($p=0,016$).

Por último, al valorar su situación vital actual en una escala de 0 a 10, (siendo 0 la peor situación posible y 10 la mejor), la media es de 7,09 ($DE=1,77$). Las chicas puntúan su bienestar más bajo que los chicos, (chicos 7,34 - chicas 6,84, $p<0,001$), especialmente en el entorno urbano (media: 6,80), mientras que los chicos del medio rural son quienes muestran una valoración más positiva (media: 7,52 ($p<0,001$)) (Gráfico 1.8).

2-ACTIVIDAD FÍSICA

El 76,3% de los jóvenes declara realizar alguna actividad física durante al menos 30 minutos diarios en su tiempo libre y fuera del horario escolar. Esta práctica es ligeramente más frecuente en el ámbito urbano (76,9%) que en el ámbito rural (74%), si bien la diferencia no alcanza significación estadística. Un 0,6% de los jóvenes manifiesta no poder realizar actividad física debido a enfermedad o limitación funcional.

La práctica de actividad física muestra diferencias significativas según el sexo, siendo los chicos los que la realizan en mayor proporción (86,2%) que las chicas (66,4%), ($p<0,001$), y principalmente los de medio urbano (86,7%), mientras que la menor proporción corresponde a las chicas del medio rural (64%) ($p<0,001$) (Gráfico 2.1).

También hay una asociación significativa entre el sexo y la frecuencia semanal con la que los adolescentes realizan actividad física, que es mayor en los chicos: el 30% de los chicos que realizan actividad física lo hacen 5–6 días a la semana, frente al 21,6% de las chicas, ($p<0,001$) (Gráfico 2.2).

Respecto a la duración de la actividad física, el 72% de los estudiantes que la practican dedican entre 1 y 2 horas diarias, porcentaje que asciende al 76,1% en las chicas y se sitúa en el 68,9% en los chicos, que dedican a ello más de dos horas al día en mayor proporción (26,3%- chicas 15,2%), ($p<0,001$) (Gráfico 2.3). En función del ámbito geográfico, se observa que los adolescentes del medio urbano dedican, en general, más tiempo diario a la actividad física que los del medio rural ($p=0,022$).

En cuanto al tipo de actividad realizada, entre los chicos predomina el fútbol (50,3%), seguido de deportes de raqueta como tenis, pádel o tenis de mesa (14,9%) y el ciclismo (12,7%). En las chicas, la actividad más frecuente es la danza o el baile (17,6%), seguida del voleibol (12,1%) y de los deportes de raqueta (11,5%).

El tiempo que los adolescentes pasan frente a pantallas (televisión, consola, ordenador, tableta, teléfono móvil, etc.) es considerablemente mayor durante los fines de semana y festivos que en los días laborables. En los días de diario casi la mitad de las chicas (47,9%) pasa más de dos horas frente a pantallas, algo más que los chicos (40,2%). Por el contrario, un 18,8% de los chicos declara pasar menos de una hora diaria frente a pantallas, en comparación con el 14,7% de las chicas ($p=0,029$). Sin embargo, durante los fines de semana y festivos, la proporción de adolescentes que supera las dos horas diarias es muy similar en ambos sexos, alcanzando el 73,1% en los chicos y el 73,7% en las chicas (Gráfico 2.4). En relación al ámbito geográfico, no hay diferencias estadísticamente significativas en el tiempo dedicado a pantallas ni durante los días laborables ni durante los fines de semana y festivos.

El 34,4% de los jóvenes utiliza algún medio de transporte motorizado (coche, autobús o motocicleta) para acudir al centro escolar. Entre quienes realizan el desplazamiento a pie o en bicicleta, el 27,7% tarda menos de 15 minutos diarios, el 25,7% emplea entre 15 y 30 minutos, y el 8,7% dedica entre 30 y 60 minutos al día a los traslados al centro escolar.

Se observan diferencias estadísticamente significativas tanto por sexo como por ámbito geográfico. En relación con el sexo, ($p=0,045$) es mayor la proporción de chicas que emplean menos de 15 minutos diarios en desplazarse al centro escolar en mientras que más chicos emplean entre 15 y 30 minutos. Por ámbito geográfico, el uso de medios de transporte motorizados es significativamente más frecuente en el medio rural (46,6%) que en el medio urbano (31,4%) ($p<0,001$) (Gráfico 2.5).

3-ÍNDICE DE MASA CORPORAL Y ALIMENTACIÓN

La estatura media y el peso medio autorreferido fueron significativamente mayores en los chicos: 174,48 cm (DE 6,70) y 66,68 Kg (DE 12,10) frente a 161,91 cm (DE 6,46) y 54,66 Kg (DE 9,28) en las chicas ($p < 0,001$), sin encontrarse diferencias estadísticamente significativas por ámbito geográfico, al contrario

de lo que ocurre con el IMC: es significativamente mayor en el ámbito rural (21,79, DE 3,60) que en el urbano (21,23 DE 3,24) ($p=0,029$) y también mayor en chicos (21,86; DE 3,47) que en chicas (20,82; DE 3,07) ($p<0,001$).

El valor más bajo de media de IMC corresponde a las chicas de medio urbano (20,67; DE 2,87) mientras que el más alto se observa en los chicos de medio rural (22,15; DE 3,75) (Gráfico 3.1).

En cuanto a la clasificación del estado ponderal según la International Obesity Task Force (IOTF)¹, el 78,3% de las chicas y el 71,3% de los chicos presentan un peso normal. Son más las chicas con infrapeso (12,3% en comparación con el 6,5% de los chicos), y los chicos con sobrepeso y obesidad (17,1% y 5,1% respectivamente, frente al 7,7% y el 1,7% de las chicas). Estas diferencias por sexos son significativas ($p<0,001$).

Sin embargo, al utilizar la clasificación de la Organización Mundial de la Salud (OMS)², se detecta una mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad: chicos 20,2% y 6,5% respectivamente y chicas de 8,7% y 1,9% ($p<0,001$), mientras que solo clasifica como infrapeso al 2,9% tanto de las chicas como de los chicos.

¹ 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.

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

Respecto a la autopercepción de la imagen corporal, el 62% de los chicos y el 74,6% de las chicas consideran que su peso es normal. Cabe destacar que el 18,4% de los chicos percibe su peso como inferior al normal, mientras que sólo el 6,7% de las chicas se autoclasifica en este grupo. Por otro lado, el 17,1% de los chicos y el 16,2% de las chicas consideran que su peso es algo mayor de lo normal y el 2,5% de ambos sexos lo percibe como bastante mayor de lo normal ($p < 0,001$) (Gráfico 3.2).

La comparación entre las clasificaciones de la IOTF y la OMS muestra que la OMS detecta más sobrepeso y obesidad mientras que la IOTF detecta más casos de infrapeso. Sin embargo, el nivel de concordancia entre ambas es bueno, con un índice kappa de 0,741 ($p < 0,001$). Para analizar la concordancia entre IMC autopercebido y las clasificaciones objetivas (IOTF y OMS), se equipararon las categorías de la siguiente manera: infrapeso con peso “menor de lo normal”, normopeso con peso “normal”, sobrepeso con peso “algo mayor de lo normal” y obesidad con peso “bastante mayor de lo normal”. Los resultados muestran una concordancia discreta en ambos casos, ligeramente superior con la clasificación de la IOTF (kappa = 0,317; $p < 0,001$) respecto a la de la OMS (kappa = 0,298; $p < 0,001$).

Tomando como referencia la clasificación de la IOTF, los adolescentes con normopeso, tanto chicos como chicas, son los que muestran una percepción más ajustada de su peso real (71,5% y 81,8%, respectivamente). Por el contrario, los jóvenes

con infrapeso o sobrepeso/obesidad presentan una percepción más distorsionada de su imagen corporal, tendiendo a normalizar subjetivamente su peso. Las chicas muestran con mayor frecuencia una sobreestimación de su peso, siendo especialmente relevante el caso de las chicas con infrapeso, de las cuales el 73,1% consideran que su peso es superior al real. No obstante, en el grupo con obesidad, el 66,7% de las chicas percibe su peso como inferior al real, frente al 73,9% de los chicos. En las demás categorías de IMC son ellos los que presentan en mayor medida una infravaloración de su peso (Gráfico 3.3)

El 2,4% de los jóvenes realizaron más de 5 comidas los días de diario y este porcentaje se duplica los festivos (4,9%). El resto realizó una media de 4,14 (DE 0,92) comidas los días de diario y 3,90 (DE 0,96) los del fin de semana, con diferencias estadísticamente significativas por sexo tanto los días de diario (media chicos= 4,28, DE=0,85, chicas =4,01, DE=0,96, $p < 0,001$) como los festivos: chicos 4,06 (DE 0,92), chicas 3,76 (DE= 0,97), ($p < 0,001$). Por ámbito geográfico no las hay ni diario ni festivos.

La comida que más omiten los días laborables es la merienda (29,3%) y los fines de semana el almuerzo (56,2%). Se observan diferencias estadísticamente significativas por sexo, aunque no por ámbito, tanto en días de diario como en festivos, siendo las chicas quienes con mayor frecuencia omiten el desayuno, la merienda, la cena y, en fines de semana, también el almuerzo y la comida (Gráfico 4.2).

Destaca el elevado porcentaje de adolescentes que ven la televisión mientras comen o cenan (78,7%), ya sea siempre (25,7%) o de forma ocasional (53%)., sin diferencias significativas por sexo ni ámbito.

Un 4,2% de los estudiantes no toman lácteos, y los más consumidos son los enteros (44,7%), seguidos de los semidesnatados (27,7%). El 16,6% alternan entre enteros/semidesnatados /desnatados (Gráfico 4.3). No hay diferencias estadísticamente significativas por sexo ni ámbito geográfico

Más de la mitad de los adolescentes (56,8%) consume snacks, sobre todo las chicas: el 64,6% los consume algunos días y el 3,4% la mayoría de los días, frente al 49,1% y el 5,3% respectivamente de los chicos ($p < 0,001$). No se observan diferencias estadísticamente significativas según el ámbito geográfico.

Los alimentos más consumidos los últimos 7 días fueron: leche y otros lácteos (consumidos 5 o más veces por el 61,4% de los jóvenes), pan y cereales (46,6%), carne (33,4%) y fruta fresca (32,8%).

Entre los alimentos menos consumidos destacan: bebidas vegetales³(84,3% no las consumió), cereales integrales (42,5%), refrescos azucarados (37,7%) y comida rápida (34,5%).

El consumo de otros alimentos fue principalmente ocasional: el 40,2% consumió huevos 1–2 veces, el 40,4% embutidos 1–2 veces, el 58,5% consumió pescado 1–2 veces. Alrededor de la mitad consumieron dulces 1-2 veces y el 60,1% consumió legumbres con esta misma frecuencia. En cuanto a las verduras, el 31,4% las consumió 1–2 veces y 41% 3–4 veces, y el 43% consumió pasta, arroz y patatas 3–4 veces.

Se observaron diferencias estadísticamente significativas por sexo en el consumo de refrescos azucarados, dulces, huevos, carne, pasta, arroz y patatas, pan y cereales, legumbres, embutidos y leche y lácteos. En general, los chicos consumen más cantidad de estos alimentos, excepto los dulces y los snacks, cuyo consumo es mayor entre las chicas ($p < 0,001$).

Por ámbito geográfico, solo se encontraron diferencias significativas en el consumo de comida rápida, siendo más frecuente que los jóvenes de medio urbano la hubieran consumido en la última semana (67,6%) en comparación con los del medio rural (57%; $p = 0,004$).

³ Bebidas elaboradas a partir de alimentos de origen vegetal (soja, almendras, arroz, chufas...)

Respecto al consumo de fruta diario, El 58% de los estudiantes consume 1–2 piezas de fruta al día. Solo el 4,1% alcanza las 5 o más piezas diarias, mientras que el 18,1% no consume fruta habitualmente. No se identificaron diferencias estadísticamente significativas ni por sexo ni por ámbito geográfico.

El 73,1% de los jóvenes no han seguido ninguna dieta especial el último año, mientras que el 12,7% lo han hecho con intención de adelgazar y el 4,3% para engordar. Es mayor el porcentaje de chicas que no han modificado su dieta (75,8%) en comparación con los chicos (70,5%) y quienes lo hicieron fue por motivos diferentes: el 13,5% de las chicas han seguido una dieta especial para adelgazar, frente al 11,9% de los chicos, mientras que el 7,8% de éstos lo hizo para engordar, frente al 0,8% de las chicas, y el 3,6% de éstas hizo dieta por motivos de salud, frente al 1,7% 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 físicamente activos tienen hábitos más saludables, como saltarse menos el desayuno, tanto días de diario ($p < 0,001$) como festivos ($p = 0,025$), así como el almuerzo los días de diario ($p = 0,020$) (Gráfico 7.6). También su alimentación es mejor desde el punto de vista nutricional, con mayor consumo de

fruta fresca ($p < 0,001$), verduras y hortalizas ($p < 0,001$), huevos ($p = 0,008$), pescado ($p = 0,001$), pan y cereales ($p < 0,001$) leche y lácteos ($p = 0,025$) (Gráfico 7.8), así como un mayor número de piezas de fruta diarias ($p < 0,001$) (Gráfico 7.9). Además, consumen menos snacks ($p = 0,001$) y refrescos azucarados ($p = 0,048$) (Gráfico 7.7).

Es mayor el porcentaje de jóvenes que realiza actividad física entre aquellos que comen/cenan viendo la TV, aunque las diferencias no son estadísticamente significativas (77,4% frente al 73,4% de los que no comen frente al TV).

Los adolescentes que emplean más tiempo frente a las pantallas (TV, consola, ordenador, tabletas, móvil...) en los días laborables son los que más omiten el desayuno ($p < 0,001$), mientras que los fines de semana/festivos el mayor tiempo frente a pantallas afecta de forma negativa al almuerzo ($p < 0,001$) (Gráfico 7.11).

Según el tiempo y modo de desplazamiento al centro escolar no se ha encontrado asociación significativa respecto a la realización de las principales comidas. Sí la hay, sin embargo, en cuanto a la frecuencia de consumo de varios alimentos. Así, es menor el porcentaje de jóvenes que consume dulces, pan y cereales y bebidas vegetales entre los que emplean más de una hora diaria en desplazarse caminando o en bici al centro educativo, mientras que con los refrescos azucarados ocurre lo

contrario (Gráfico 7.16). Asimismo, el porcentaje de jóvenes que no consumen fruta es superior entre quienes utilizan transporte motorizado, mientras que quienes tardan más de una hora diaria en desplazarse a pie o en bicicleta consumen un mayor número de piezas de fruta ($p = 0,001$).

5-DESCANSO

La media de horas de sueño es de 7,81 (DE 1,25). El 33,7% de los jóvenes refiere dormir 8 horas al día, y el 75,6% entre 7 y 9 horas. Las chicas duermen de promedio menos que los chicos (7,72 y 7,90 respectivamente, $p=0,025$), y los jóvenes de medio urbano algo menos que los de medio rural (7,78 horas los de medio urbano y 7,95 los de medio rural) pero esta diferencia no es estadísticamente significativa. Así, son las chicas urbanas las que menos horas duermen (7,68) y los chicos de medio rural los que tienen mayor media de horas de sueño (7,98, $p= 0,038$).

En cuanto a la calidad percibida del sueño, la mitad de los jóvenes se levantan con sensación de no haber descansado, siendo únicamente el 41,2% de las chicas y el 59,1% de los chicos los que tienen sensación de descanso nocturno ($p < 0,001$). Aunque descansan más los jóvenes de medio rural (51,9% frente al 49,7% urbano) estas diferencias no son estadísticamente significativas. Las chicas del medio urbano son las que en menor proporción (40,7%) descansan, mientras que la mayoría de los

chicos del medio rural (59,8%) se levantan con sensación de haber descansado ($p < 0,001$) (Gráfico 6.1).

La mayoría (65,6%) de los jóvenes que refieren tener sensación de descanso nocturno duermen 7 u 8 horas, mientras que el 8,1% duermen 5 o 6 horas y el 26,4% entre 9 y 12 horas (Gráfico 6.2). La media de los que no descansan es de 7,52 h/día, frente a las 8,10 h/día de los que sí lo hacen ($p<0,001$).

Hay una relación entre hábitos de descanso y alimentación: los jóvenes que se levantan con sensación de haber descansado se saltan con menor frecuencia todas las comidas, tanto días laborables como festivos, y estas diferencias son estadísticamente significativas excepto en cuanto al almuerzo días de diario y la merienda en diario y festivos (Gráfico 7.17).

No se observan diferencias estadísticamente significativas en cuanto a la sensación de descanso nocturno entre los jóvenes que cenan viendo la televisión y los que no y tampoco entre los que realizan dietas por distintos motivos.

La actividad física también se asocia a un mejor descanso: el 53,7% de los jóvenes que realizan ejercicio se levantan con sensación de haber descansado, frente al 46,3% de los que no lo hacen ($p = 0,001$). Asimismo, el 85,1% de quienes practican actividad física duerme 7 o más horas, en comparación con el 79,4% de los sedentarios ($p = 0,038$).

Por último, un mayor tiempo de exposición a pantallas se relaciona con peor descanso nocturno. El porcentaje de adolescentes que se levantan con sensación de descanso es inferior al 50% cuando el uso de pantallas supera las dos horas diarias, tanto en días laborables ($p < 0,001$) como en fines de semana o festivos ($p = 0,002$) (Gráfico 7.20).

6-CONSUMO DE SUSTANCIAS TÓXICAS

A-TABACO

El 95,9% de los adolescentes no tienen permiso de sus padres para fumar, sin diferencias estadísticamente significativas por sexo ni por ámbito. El 82,6% de los jóvenes refiere no haber fumado nunca, sobre todo chicos (85,6% frente al 79,5% de las chicas, $p=0,010$), mientras que el 3,7% refiere hacerlo a diario y el 3,5% sólo fines de semana (Gráfico 8.1.1). Son más los jóvenes de medio urbano que no han fumado nunca (83,2% frente a 79,8% en medio rural) pero esta diferencia no es significativa.

El 41,3% de los adolescentes que fuman actualmente declara consumir entre 2 y 5 cigarrillos y el 31,2% un cigarrillo o caladas sueltas, en ambos casos con porcentajes muy similares en chicos y chicas. El 25% de los chicos fuman de 6 a 10 cigarrillos frente al 20% de las chicas, mientras que el 2,3% de los chicos y 7,7% de las chicas fuman 11 o más cigarrillos. Estas diferencias en el consumo por sexos no son estadísticamente significativas, y

tampoco lo son por ámbito, aunque hay más chicas de medio rural que fuman entre 2 y 5 cigarrillos y más jóvenes de medio urbano que fuman 1 cigarrillo o caladas sueltas. Ninguno de los encuestados consume más de un paquete (Gráfico 8.1.2).

Entre los fumadores actuales y los exfumadores, el 49,4% afirman haber consumido más de 100 cigarrillos a lo largo de su vida. Esta proporción es algo mayor en adolescentes de zonas rurales (54,8% de zona rural frente al 47,9% de zona urbana), pero sin significación estadística. La edad media de inicio del consumo de tabaco es de 13,79 años (mínima 11 años y máxima 17), algo inferior en las chicas (chicos 13,88, chicas 13,73) y en el medio urbano (13,76, rural 13,90) aunque estas diferencias tampoco son estadísticamente significativas.

El 30,5% de los jóvenes consume o ha consumido productos de tabaco no convencionales (vapeadores, cigarrillo electrónico, pipa de agua, ...). Entre ellos, el 16,5% ha dejado de utilizarlos, el 6% sólo los consume el fin de semana, el 5% lo hace alguna vez a la semana y el 2,9% a diario (Gráfico 8.1.3). No hay diferencias significativas por sexo ni por ámbito.

Un 30,5% de los jóvenes convive con fumadores, principalmente chicas (34%, chicos 27,1%, $p=0,015$), aunque la mayoría de los padres y madres no han fumado nunca o son exfumadores (75,8% de los padres y 79,5% de las madres); sin

embargo, el 20,4% de los padres y el 15,3% de las madres son fumadores habituales.

El 12,9% de los jóvenes están expuestos al tabaquismo pasivo en casa y el 14,4% fuera de casa los días de diario. Los fines de semana estos porcentajes son mayores, principalmente fuera de casa (33,7%, 18,3% en casa). Hay diferencias significativas por sexo en cuanto a exposición al tabaco en el hogar, tanto en días de diario ($p<0,001$) como festivos ($p=0,004$), con más chicas expuestas en ambos casos. Los jóvenes de medio rural están expuestos fuera de casa al tabaco de forma pasiva más tiempo que los de medio urbano, tanto los días de diario ($p=0,039$), como los festivos ($p=0,007$) (Gráficos 8.1.4 y 8.1.5).

B- ALCOHOL

En cuanto al patrón de consumo de alcohol no hay diferencias significativas por sexos: el 42,7% de los jóvenes no consume alcohol y el 33,9% rara vez. Un 17,3% solo consume alcohol los fines de semana y el 5,7% alguna vez entre semana, mientras que un 0,4% declara consumir alcohol a diario. Sí que hay una asociación significativa en cuanto al consumo de alcohol por ámbito ($p=0,013$), con más jóvenes que no consumen alcohol en medio urbano (44,5% y 35,7% rural) y más de medio rural que lo hacen solo fines de semana (24,6% rural, 15,4% urbano) (Gráfico 8.2.1).

El 41,1% responde haber consumido alcohol el último mes, sin diferencias por sexos pero más en medio rural (49%) que urbano (39,1%) ($p=0,009$).

La media de edad a la que comienzan a consumir bebidas con alcohol al menos una vez a la semana es de 13,76 años (DE 1,3), siendo la edad mínima a los 10 años. No hay diferencias estadísticamente significativas por sexo ni por ámbito, aunque es algo menor en las chicas (13,68; 13,83 en chicos).

Los adolescentes que declaran consumir alcohol los días de diario (10,6% de los que beben alcohol), prefieren la cerveza (39,3%) especialmente los chicos (51,6%, chicas 26,7%, $p=0,046$) y el vino/calimochó (22,5%), en este caso sin diferencias significativas por sexo. Sí las hay en cuanto a los licores sin combinar (9,8%) que entre semana solo consumen las chicas ($p=0,024$) y por ámbito geográfico en el consumo de "otras bebidas alcohólicas" (2,9%) que solo se consumen en medio rural ($p=0,044$).

Entre aquellos que consumen bebidas alcohólicas, las más consumidas los fines de semana son los combinados (64,5%), seguidos de la cerveza (34,6%), y del vino o calimochó (34,4%). Solo hay diferencias estadísticamente significativas por sexo y por ámbito en cuanto al consumo de cerveza, mayor entre los chicos (chicos 51,2%, chicas 19%, $p<0,001$) y más en medio rural que urbano (Urbano 32,5%, rural 42,1%, $p=0,039$).

El 34,3% de los adolescentes que consumen alcohol, indica haber consumido en alguna ocasión 6 o más unidades de alcohol en el mismo día el último mes, incluso el 14,1% lo ha hecho en más de una ocasión. No hay diferencias estadísticamente significativas por sexo ni por ámbito geográfico (Gráfico 8.2.2).

Entre los jóvenes que consumen bebidas alcohólicas, el 20,9% se han emborrachado al menos una vez en el último mes, siendo los chicos de zona rural los que lo han hecho en mayor proporción (27,1%) y los chicos del medio urbano los que menos (19,3%) aunque estas diferencias no son significativas. (Gráfico 8.2.3). El 0,5% 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 4,9% de los jóvenes dicen haber probado en los últimos 30 días algún tipo de drogas distintas de alcohol y tabaco, destacando los chicos de medio rural pero sin que estas diferencias por sexo ni por ámbito sean estadísticamente significativas (Gráfico 8.3.1). Entre los estudiantes que respondieron afirmativamente, el tipo de droga más consumido es el hachís (90,3%), seguido de los tranquilizantes/somníferos sin receta (17%) y la cocaína (7,6%). No hay diferencias estadísticamente significativas por sexo ni ámbito,

probablemente debido al bajo número de casos en algunas categorías.

En cuanto al consumo de otros tipos de drogas, que refiere el 7,7% de los consumidores, las respuestas incluyen sustancias como productos farmacéuticos y Popper.

7-RELACIONES SEXUALES COMPLETAS (RSC)

El 22,3% de los adolescentes refieren haber tenido alguna vez RSC, en mayor proporción los chicos (25,4%) que las chicas (19,3%) ($p=0,017$) y sin diferencias por ámbito (urbano 22,4%, rural 22,1%). La edad de inicio de las RSC se sitúa entre los 12 y los 17 años, con una edad media de 14,6 años y una mediana de 15 años, sin diferencias estadísticamente significativas ni por sexo ni por ámbito geográfico.

La mayor parte de los jóvenes que han mantenido RSC, refiere haber tenido una única pareja en los últimos 30 días (51,5% de los chicos y 60% de las chicas) y un 9,7% de los chicos y el 5% de las chicas tuvieron dos o más parejas en ese periodo, mientras que en los chicos es más frecuente no haber tenido ninguna pareja el último mes (38,8%, frente al 35% en chicas). Estas diferencias no son estadísticamente significativas, y tampoco por ámbito geográfico (Gráfico 9.1).

El 75,2% de los adolescentes refiere haber utilizado preservativo en su última RSC, con diferencias significativas por

sexo (chicos 82,1%, chicas 65,3%, $p=0,003$), pero no por ámbito, aunque es mayor su utilización en medio urbano (75,1%, rural 73,9%). Sin embargo, sólo el 57,9% de aquéllos que en algún momento han mantenido RSC dice utilizar algún método anticonceptivo; el método más utilizado es el preservativo (53,7% de los que han mantenido RSC), seguido de los anticonceptivos orales (9%) (Gráfico 9.2).

El 23,7% 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 39,3% la han utilizado dos o más veces, en proporción similar chicas (40%) y chicos (38,8%) pero más los jóvenes de medio urbano (40,4%) que rural (25%), sin poder establecerse la significación estadística de estas diferencias debido al pequeño porcentaje de jóvenes que han empleado la PDD ($n = 56$) (Gráfico 9.3).

8-ACCIDENTABILIDAD

Las lesiones o accidentes no tráfico en los últimos 12 meses fue del 21,1%, siendo los chicos de zona rural los que los sufrieron en mayor proporción (25,5%) y las chicas de zona rural las que menos (16,8%). Estos accidentes y lesiones ocurrieron principalmente en centros deportivos (42,4%), sobre todo en las chicas (44,4% de los accidentes no tráfico, chicos 40,7%), seguidos de los accidentes en casa en chicas (21,2%) y en la calle en chicos

(19,5%) (Gráfico 10.1). Estas diferencias por sexos en cuanto al lugar en que se produjo el accidente son estadísticamente significativas ($p=0,006$).

Respecto a los accidentes de tráfico que precisaron tratamiento médico, el 2,8% de los jóvenes han sufrido alguno en los últimos 12 meses, sin encontrarse diferencias estadísticamente significativas por sexo ni ámbito geográfico. Tampoco las hay en cuanto al medio en que ocurrió el accidente, aunque la mayoría de las chicas lo sufrieron yendo en coche (54,5%), mientras que sólo un 11,1% de los chicos que sufrieron accidentes de tráfico iba en automóvil, siendo más frecuentes en ellos los accidentes en moto 38,9% frente al 9,1% de las chicas (Gráfico 10.2).

Un 92% afirma utilizar siempre el cinturón de seguridad cuando van de copiloto, y el 5,1% casi siempre, mientras que el 1,2% solamente lo usan algunas veces y el 1,7% nunca. Por otra parte, al ir en el asiento trasero, el 80,8% de los jóvenes utilizan el cinturón de seguridad siempre y el 12,9% casi siempre, en cambio el 3,8% sólo lo usan a veces y el 2,5% nunca. No hay diferencias estadísticamente significativas en cuanto al uso del cinturón del copiloto por sexo, pero son más los jóvenes de medio urbano que lo usan siempre (92,7% frente al 89,9% rural) y más de medio rural que lo hacen casi siempre (7,2% frente al 4,6% urbano) y algunas veces (2,4% frente a 0,8%), mientras que en medio urbano más jóvenes dicen no utilizarlo nunca (1,9% frente a 0,5%) ($p=0,044$).

(Gráfico 10.3.A). No hay diferencias significativas respecto al uso de cinturón trasero (Gráfico 10.3.B).

El 27,9% de los jóvenes monta en moto, siendo en medio rural donde más se utiliza (34,1% frente al 26,5% de medio urbano, $p=0,028$) y sobre todo los chicos (30,7% frente al 25,2% de las chicas, $p=0,047$). El 81% de los que usan moto indica que utilizan el casco siempre, el 8,2% la mayoría de las veces, el 3,8% algunas veces y el 7% nunca, sin hallarse diferencias estadísticamente significativas por sexo o ámbito geográfico.

Sin embargo, hay más adolescentes que usan la bicicleta: el 70% la utilizan, principalmente los chicos (75,9%, chicas 63,9%, $p<0,001$), sin diferencias significativas por ámbito, pero los ciclistas utilizan el casco con menor frecuencia: solo el 24,4% de los chicos que usan bicicleta utiliza el casco siempre, frente al 19,8% de las chicas, aunque también hay más chicos que dice no utilizarlo nunca (42% frente a 34,3% de chicas, $p=0,009$). También hay diferencias estadísticamente significativas por ámbito: lo usan siempre el 25,6% de los jóvenes de medio urbano frente al 10,5% de medio rural, y dicen no utilizarlo nunca el 35% de medio urbano y el 52,3% de medio rural ($p<0,001$).

En cuanto al patinete eléctrico, que se ha incluido en el análisis en la presente edición del cuestionario, lo utilizan un 29,9% de los jóvenes, sobre todo chicos (35,6% frente al 24,2% de las chicas, $p<0,001$) y sin diferencias significativas por ámbito. Sin

embargo, solo el 11,1% de los jóvenes que lo utilizan dice usar casco siempre (14,8% de los chicos, 5,5% de las chicas, $p=0,001$), sin diferencias significativas por ámbito (Gráfico 10.4).

El 12,9% de los adolescentes viajó en los últimos 30 días en un vehículo sabiendo que el conductor había consumido bebidas alcohólicas, sobre todo los chicos (17,2% frente al 8,6% de chicas, $p<0,001$). No es significativa la diferencia por ámbito, aunque es mayor el número de jóvenes de medio rural que contesta afirmativamente (15,9% frente al 12,1% urbano).

9-HIGIENE BUCODENTAL

El 84,9% de los adolescentes se lava los dientes más de una vez al día, mientras que el 2,3% reconoce hacerlo con menor frecuencia o incluso no lavárselos nunca. El 4% no se lava los dientes por la noche antes de acostarse y el 18,1% tan 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 también, aunque sin significación estadística, son las que en mayor porcentaje se lavan los dientes siempre antes de acostarse, principalmente aquéllas de medio rural, aunque tampoco hay una asociación significativa por ámbito (Gráficos 11.1 y 11.2).

En cuanto a las visitas al dentista en los últimos 12 meses (excluidas las de seguimiento o revisión de aparato dental), el 34% no realizó ninguna en ese período, mientras que el 14,6% lo hizo

más de 5 veces. El 20,8% y el 14,9% 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 sólo una vez, y más chicas que fueron en más de 5 ocasiones (Gráfico 11.3).

10-RELACIONES CON LA FAMILIA

Un 8,4% de los jóvenes no tienen padre o no lo ven, y respecto a la madre este porcentaje es del 1,5%. 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 65,7% le resulta fácil/muy fácil), seguido del padre (47,7% 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, casi a la mitad de los adolescentes les resulta difícil o muy difícil hablar tanto con la pareja del padre como con la de la madre (46,2% y 44,5% respectivamente), siendo las chicas las que encuentran más dificultad en ambos casos ($p=0,004$ y $p=0,013$) (Gráfico 12.2).

El 82,2% de los jóvenes están totalmente o muy de acuerdo en que su familia realmente intenta ayudarles, el 71,5% en que reciben de ella el apoyo emocional que necesitan, el 83,2%

en que está dispuesta a ayudarles a tomar decisiones, y el 61,5% en que pueden hablar de sus problemas con su familia. En todos estos casos hay diferencias significativas por sexo (excepto en cuanto a que la familia les ayuda a tomar decisiones), con más chicos que chicas totalmente o muy de acuerdo (Gráfico 12.3).

11-RELACIONES SOCIALES

En conjunto, los resultados ponen de manifiesto que las relaciones de amistad desempeñan un papel central como fuente de apoyo emocional y social en la adolescencia. La gran mayoría de los adolescentes afirma salir con otras personas para distraerse (85,9%), sin diferencias relevantes por sexo ni por ámbito.

Asimismo, se aprecia una elevada percepción de apoyo por parte de los amigos: más de las tres cuartas partes de los jóvenes (76,7%) consideran que sus amistades realmente tratan de ayudarles (77,9% de las chicas y 75,4% de los chicos), mientras que el 7,6% de los chicos y el 6,1% de las chicas están totalmente o muy en desacuerdo ($p=0,004$).

De igual manera, la mayoría de los jóvenes (78%) están totalmente o muy de acuerdo en que pueden contar con sus amigos cuando las cosas les van mal, siendo esta proporción similar entre chicos (77,5%) y chicas (78,2%), mientras que el 6% de los chicos y el 7,3% de las chicas opinan todo lo contrario ($p=0,014$).

El 83% refiere estar totalmente o muy de acuerdo en que tiene amigos con los que compartir emociones, aunque un 6,4% indica que está en desacuerdo (chicos 8,9%, chicas 3,8%, $p=0,014$), y con respecto a si pueden hablar de sus problemas con los amigos, el 78,1% afirma que están totalmente o muy de acuerdo y un 8% totalmente o muy en desacuerdo, sin diferencias significativas por sexo (Gráfico 13.1). En ninguno de los casos se han encontrado diferencias estadísticamente significativas por ámbito.

12-USO DE INTERNET Y TELÉFONO MÓVIL

El 96,8% de los adolescentes dispone de smartphone, sin diferencias significativas por sexo, pero sí respecto a la frecuencia de uso de internet en este dispositivo: el 40,1% de jóvenes se conecta casi constantemente, sobre todo chicas (45,7% frente a 34,6% chicos), mientras que del 52,6% de jóvenes que se conecta varias veces al día, es mayor el porcentaje de chicos (57,5% frente a 47,6%, $p=0,004$) (Gráfico 14.1).

El 37,5% apaga siempre el móvil en lugares no permitidos, mientras que es más común que no lo apaguen nunca al dormir (49,9%) y al estudiar (41,5%) (Gráfico 14.2). Hay diferencias estadísticamente significativas por sexo en cuanto a apagado del móvil al estudiar ($p=0,003$) y en lugares no permitidos ($p<0,001$), en ambos casos con más chicos que no lo apagan nunca, y al dormir ($p=0,011$), en este caso con más chicas que no lo apagan.

En los 30 días anteriores a la encuesta, casi todos los jóvenes (98,3%) utilizaron las redes sociales (Whatsapp, Facebook...) y el 78,7% el e-mail. El 96% escuchó o descargó contenidos de la red (música, series, películas, etc.), el 50,3% participó en juegos de realidad virtual, el 51,1% en juegos de habilidad y el 22,6% visitó páginas para adultos. Hay diferencias significativas por sexo ($p\leq 0,001$), siendo los chicos los que más usan el e-mail, participan en juegos de realidad virtual y de habilidad, y también son ellos los que más visitan páginas solo 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 37,5% de los adolescentes intercambió mensajes (el 10,7% varias veces a la semana y el 20,3% en 1 o 2 ocasiones) y el 57,9% de los jóvenes recibió llamadas de desconocidos (el 16,7% varias veces a la semana y el 25,3% en 1 o 2 ocasiones). Estas dos situaciones fueron más frecuentes en chicos ($p=0,044$ y $p=0,010$ respectivamente).

Por otra parte, el 11,6% de los participantes recibió mensajes o imágenes de contenido sexual por parte de desconocidos, siendo también los chicos quienes los han recibido con mayor frecuencia ($p<0,001$).

En cuanto al envío a desconocidos por parte de los adolescentes de imágenes propias en postura sexy o provocativa,

el 3,5% de los jóvenes las ha enviado en alguna ocasión en los últimos dos meses, la mayoría sólo en 1 o 2 ocasiones, sin encontrarse diferencias significativas entre ambos sexos (Gráfico 14.4).

En cuanto al control de padres o tutores sobre la navegación en internet, el 14,9% utiliza programas de control parental para bloquear o filtrar contenidos, el 13,3% para conocer en qué páginas navegan sus hijos y las aplicaciones que utilizan y el 34% para conocer la ubicación del adolescente. En este último caso hay diferencias estadísticamente significativas tanto por sexo (es más frecuente en chicas: 38,6% frente al 29,4% de los chicos, $p=0,002$) (Gráfico 14.5), como por ámbito geográfico (37,4% en medio urbano frente al 20,3% en medio rural, $p<0,001$). Respecto a la utilización de internet: el 35% establecen normas y limitaciones en el uso de la red, el 51% sugieren modos de uso seguro y el 47,7% ayudan a los jóvenes si algo les molesta en internet. En todos los casos hay diferencias estadísticamente significativas por sexos, con mayor participación de los padres en el caso de las chicas ($p=0,019$, $p=0,001$ y $p<0,001$ respectivamente) (Gráfico 14.6).

13-ACOSO ESCOLAR

El 8,8% de los jóvenes sufrió maltrato escolar en los dos meses anteriores a la encuesta (el 0,6% varias veces a la semana), y el 7,3% participó en algún episodio de maltrato a otro/a

compañero en el colegio o instituto en ese período. El 23,3% de los adolescentes recibió burlas e insultos (el 2,4% en varias ocasiones a la semana) y el 19,4% ha sido apartado de su grupo de amigos/as por otros alumnos o le han ignorado por completo, (varias veces a la semana en el 2,4% de los casos). Además, al 17,7% de los estudiantes les han gastado bromas o hecho comentarios o gestos de contenido sexual en el centro educativo, (varias veces a la semana el 2,7% de los jóvenes) y el 7,3% han sido víctimas de la publicación en internet de fotos no favorecedoras o inapropiadas que les hicieron sin permiso, y en el 0,1% se repitió varias veces por semana.

También el maltrato físico sufrido por un 7,7% de los jóvenes se repitió varias veces por semana en el 0,9% y el ciberacoso, sufrido por el 3% de los adolescentes, se repitió en varias ocasiones a la semana para el 0,3%. Por otra parte, el 26,6% fueron víctimas de mentiras o cotilleos inventados por otros compañeros, el 3,6% de ellos varias veces a la semana (Gráfico 15.1).

No hay diferencias estadísticamente significativas por sexo o ámbito geográfico en cuanto a haber sufrido maltrato, pero sí las hay por sexos respecto al tipo de maltrato recibido: las chicas sufren más frecuentemente aislamiento (14% chicos, 24,8% chicas, $p<0,001$), así como mentiras o cotilleos inventados (21,8%-31,5%, $p=0,007$) por parte de sus compañeros, mientras que los chicos sufren en mayor proporción maltrato físico

(golpes/zarandeos/encierros) (9,8% chicos frente a 5,5% chicas, $p=0,009$) y bromas de contenido sexual (19,7% frente al 15,6% chicas, $p=0,018$) (Gráfico 15.2). En cuanto al maltrato a otros compañeros no hubo diferencias significativas por sexo ni por ámbito geográfico.

Del total de jóvenes que declara haber sufrido maltrato, el 12,8% ha participado en maltrato a otros compañeros, y el 18,1% de los jóvenes que han participado en acoso a otros compañeros ha sido víctima del mismo.

Un 0,6% de los adolescentes encuestados refiere haber sufrido todos los tipos de acoso descritos en el cuestionario en alguna ocasión durante los últimos dos meses, y el 51,2% ha sufrido al menos uno de éstos durante ese período, aunque sólo el 5,4% del total lo ha percibido como maltrato.

14-VIDEOJUEGOS

El 33,7% de los adolescentes jugaron a juegos de rol, el 46,4% a los de deportes, el 39,8% a videojuegos de violencia, drogas y/o sexo y el 65,9% 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 significativas por ámbito geográfico.

15- JUEGO CON DINERO

El 90% no ha jugado nunca con dinero en internet, y el 84,4 no lo ha hecho nunca de forma presencial. Sin embargo, el 4,3 dice haber jugado con dinero en internet y el 10,4% de forma presencial en los 30 días anteriores a la realización de la encuesta, y un 2,9% lo había hecho en ambas modalidades el último mes. Son más los chicos que jugaron tanto de forma online como presencial y ambas ($p<0,001$ en todos los casos) (Gráfico 17.1). No hay diferencias estadísticamente significativas por ámbito geográfico.

Más de la tercera parte de los estudiantes que alguna vez han jugado dinero en internet comenzaron antes de los 13 años (35,8%, lo que supone el 3,6% del total de encuestados), así como el 17,7% (2,7% del total) de los que lo han hecho de forma presencial. Son más las chicas jugadoras en internet que se iniciaron en el juego antes de los 13 años (63,3% y 25,7% de los chicos respectivamente, $p<0,001$) y lo mismo ocurre con las que lo hicieron de forma presencial (30% frente al 15% de los chicos jugadores), pero esta diferencia no es estadísticamente significativa y tampoco lo es por ámbito. Las diferencias entre sexos son mayores en el ámbito urbano que en el rural: el 72,7% de las chicas y un 25,4% de los chicos de medio urbano

comenzaron a jugar en internet antes de los 13 años, mientras que el 30,8% de los chicos y el 37,5% de las chicas de medio rural lo hicieron a esa edad ($p=0,001$) (Gráfico 17.2).

Un 11,7% de los jugadores (2,4% de los participantes) contestó afirmativamente a las dos preguntas del cuestionario Lie-Bet para valorar el juego patológico. Un 23,8% de los jóvenes

que han jugado alguna vez ha necesitado apostar más y más dinero, y un 15,4% 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 mentir a personas importantes acerca de cuanto juegan (chicos 19,4%, chicas 3,7%, $p=0,006$).