

Centro  
Reina Sofía  
sobre adolescencia  
y juventud

| fad

# BARÓMETRO JUVENIL 2019

Salud y bienestar

FUNDACIÓN  
MUTUAMADRILEÑA

# Autoría

## Juan Carlos Ballesteros Guerra

Licenciado en CC Políticas y Sociología por la Universidad Complutense de Madrid. Cofundador y director de Sociológica Tres S.L. y profesor asociado en la UCM. Especialista en investigación social aplicada (CIS) y en metodologías de investigación cuantitativas (C.S.I.C). Especialista en investigación social sobre temas de juventud.

## Anna Sanmartín Ortí

Subdirectora del Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud de Fad, doctora en Sociología por la UCM y miembro de la Red de Estudios sobre Juventud y Sociedad (REJS). Se ha especializado en el análisis de la socialización juvenil, con publicaciones que estudian los roles de género, la participación política, el ocio y los consumos o el impacto de las tecnologías.

## Patricia Tudela Canaviri

Licenciada en Economía con especialización en Acción Internacional Humanitaria (U. Deusto y U. Ruhr Bochum) y en Metodología de la Investigación en Ciencias Sociales (UCM). Es técnica de Investigación Social del Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud con experiencia en infancia, adolescencia y juventud.

## Ana Rubio Castillo

Graduada en Sociología y máster en Estudios Interdisciplinarios de Género. Es técnica de Investigación Social del Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, donde trabaja fundamentalmente cuestiones relacionadas con las identidades de género en el marco de la adolescencia y la juventud.

### Cómo citar este texto:

**Ballesteros, J.C.; Sanmartín, A.; Tudela, P., Rubio, A. (2020). Barómetro juvenil sobre Salud y Bienestar 2019. Madrid: Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fad.**

DOI: 10.5281/zenodo.3768432

© FAD, 2020

Edita:

Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud

Fundación de Ayuda contra la Drogadicción

(FAD)

Avda. de Burgos, 1 y 3

28036 Madrid

Teléfono: 91 383 83 48

Fax: 91 302 69 79:

Maquetación:

Sandra Herraiz Merino

[www.sandraheme.com](http://www.sandraheme.com)

ISBN: 978-84-17027-37-7

# PRESENTACIÓN

## BARÓMETRO JUVENIL 2019

### Salud y Bienestar

Los resultados del presente barómetro reflejan el estado de salud de la población joven entre los 15 y los 29 años en España desde sus propias percepciones y valoraciones. Se trata de la segunda edición del barómetro, tras el realizado en 2017, por lo que hemos podido tener en cuenta además la evolución del estado de salud en los dos últimos años, uno de los objetivos con los que se diseñó este instrumento.

A través de una perspectiva de análisis amplia se trata de poder monitorizar diferentes indicadores vinculados a la salud física y mental, así como a pautas y estilos de vida, que permiten comprender el grado de bienestar que percibe y experimenta la juventud.

Como se podía esperar en población joven, una amplia mayoría manifiesta gozar de buena salud y, sin embargo, el porcentaje es menor en comparación con 2017 y hay una evidencia clara que se repite en las dos series: la declaración de un peor estado de salud en prácticamente todos los ítems por parte de las chicas. Esta es una de las conclusiones en las que hay que profundizar, así como en otros indicadores, como los relativos al bienestar emocional y la salud mental, en el que hay minorías significativas que señalan claros malestares (sentimientos de soledad, estrés, ansiedad...), o los relativos a estilos de vida sedentarios o a un tipo de alimentación poco saludable.

Estos y otros datos muestran que nuestra sociedad continúa enfrentándose a importantes retos que únicamente pueden ser abordados mediante el estudio y el análisis de la realidad. Desde el Centro queremos contribuir a este proceso con el seguimiento periódico de un área tan importante como es la salud y el bienestar.

Beatriz Martín Padura  
Directora General de Fad

# ÍNDICE

<b>I. OBJETIVO DEL ESTUDIO</b>	<b>5</b>
<b>II. METODOLOGÍA Y MUESTRA</b>	<b>6</b>
<b>III. PRINCIPALES HALLAZGOS</b>	<b>7</b>
<b>IV. ANÁLISIS DE RESULTADOS</b>	
1. Salud física y mental	9
2. Determinantes de la salud	30
3. Bienestar, satisfacción vital y estrés	53
4. Percepciones y actitudes ante el riesgo	62
5. Percepciones sobre decisiones vitales	71
<b>V. ANEXOS</b>	
Características de la muestra	75
Cuestionario	77

# OBJETIVO DEL ESTUDIO

El **Barómetro juvenil de salud y bienestar** es un estudio realizado por la FAD, a través del Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, y la Fundación Mutua Madrileña.

## ¿Cuál es su OBJETIVO?

Trazar una fotografía fija sobre el estado de salud, física y mental, de la población joven comprendida entre los **15 y los 29 años** en España. Su realización bienal, cuando la metodología lo permite, hace posible establecer tendencias y trazar una evolución respecto al barómetro 2017.

## ¿Qué se ANALIZA?

Se abordan **percepciones e indicadores de salud** (autopercepción de la salud, problemas crónicos, limitaciones, medicación, medicina alternativa y salud mental); el **estado físico y autoimagen** (preocupación por la imagen, forma física, percepción sobre estilos de vida); **bienestar** (satisfacción con diferentes aspectos de la vida, estrés, soledad); **alimentación** (hábitos alimentarios y dietas); **discapacidad y accidentalidad; y la percepción sobre diversos aspectos** (actividades de riesgo, aborto, reproducción asistida y eutanasia).

# METODOLOGÍA Y MUESTRA



## UNIVERSO

- Hombres y Mujeres entre los 15 y 29 años, residentes en todo el territorio nacional.



## DISEÑO MUESTRAL

**Tamaño muestra prevista.** N=1200; **Tamaño Muestra final:** 1.200 entrevistas.

**Selección de la muestra entrevistada:** Panel on-line, con autoselección.

**Afijación proporcional según:**

- **Cuotas de edad:** Entre 15 y 19, 20-24 y 25-29 años.
- **Nivel de estudios terminados:** Hasta Secundaria Obligatoria (ESO, PCPI); Secundaria post-obligatoria (Bachillerato, FP II) y Superiores Universitarios.

**Error muestral:** asumiendo MAS y  $p^*q=0,50$  y con el nivel de confianza del 95,5%, el error para los datos globales es del +2,2%



## TRABAJO DE CAMPO

- Octubre de 2019

# PRINCIPALES HALLAZGOS



**Una amplia mayoría de jóvenes manifiesta gozar de un buen estado de salud,** sin embargo, hasta 6 de cada 10 reconocen que se automedican y hasta 5 de cada 10 cree haber tenido algún problema relacionado con la salud mental en el último año. En general, son las chicas quienes presentan los peores indicadores de salud.

**Hasta 4 de cada 10 jóvenes considera que su estado físico es bueno,** sin embargo, 1 de cada 4 lleva un estilo de vida fundamentalmente sedentario, y 2 de cada 10 considera que su alimentación es poco saludable. Ellos son más optimistas con su estado físico que ellas.



**A 6 de cada 10 jóvenes les preocupa lo que los demás piensen sobre su aspecto físico,** ellas declaran más preocupación que ellos. En esta misma línea, aunque el tono general es que consideran que se encuentran en el peso correcto, a 6 de cada 10 mujeres y 4 de cada 10 hombres, les gustaría pesar menos.

**El escenario laboral o de estudios y la situación económica son los ámbitos que más estrés generan en la población joven.** Además, 1 de cada 4 declara experimentar sensaciones de aislamiento social. Son las chicas quienes mayores niveles de estrés y aislamiento manifiestan.



**Los comportamientos de riesgo que más les compensa asumir tienen que ver con la práctica de deportes de riesgo, emborracharse y fumar porros.** Sin embargo, la mayoría de jóvenes también manifiesta sensaciones de inseguridad ante estos escenarios, especialmente entre las chicas.

**Gran parte de las y los jóvenes se muestran a favor de aceptar el aborto, las prácticas de fecundación asistida y la eutanasia, aunque con matices.** En general, son los chicos quienes se mantienen en las posturas más conservadoras.





# ANÁLISIS DE RESULTADOS

## 1. SALUD FÍSICA Y MENTAL

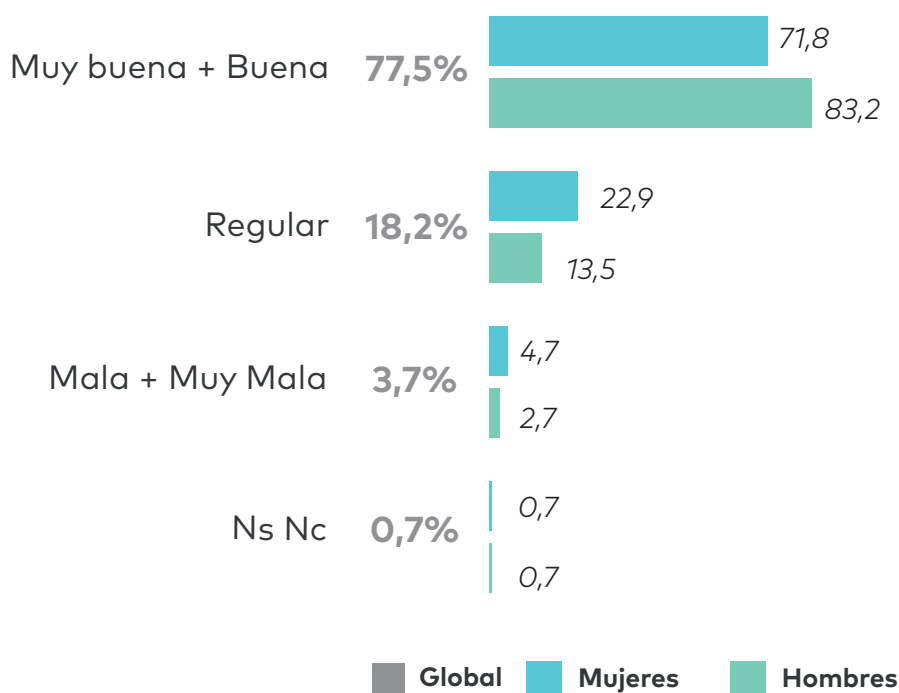
### PERCEPCIONES SOBRE EL ESTADO DE SALUD

#### ¿Cómo valoran las y los jóvenes su estado de salud?

El estado de salud autopercebida nos proporciona un dato de carácter subjetivo pero perfectamente válido pues actúa como un termómetro del estado de salud de las y los jóvenes. Una primera constatación obtenida a través de los diferentes datos es que **el género sí importa en salud**: en general las mujeres presentan peores indicadores en materia de salud que sus pares varones.

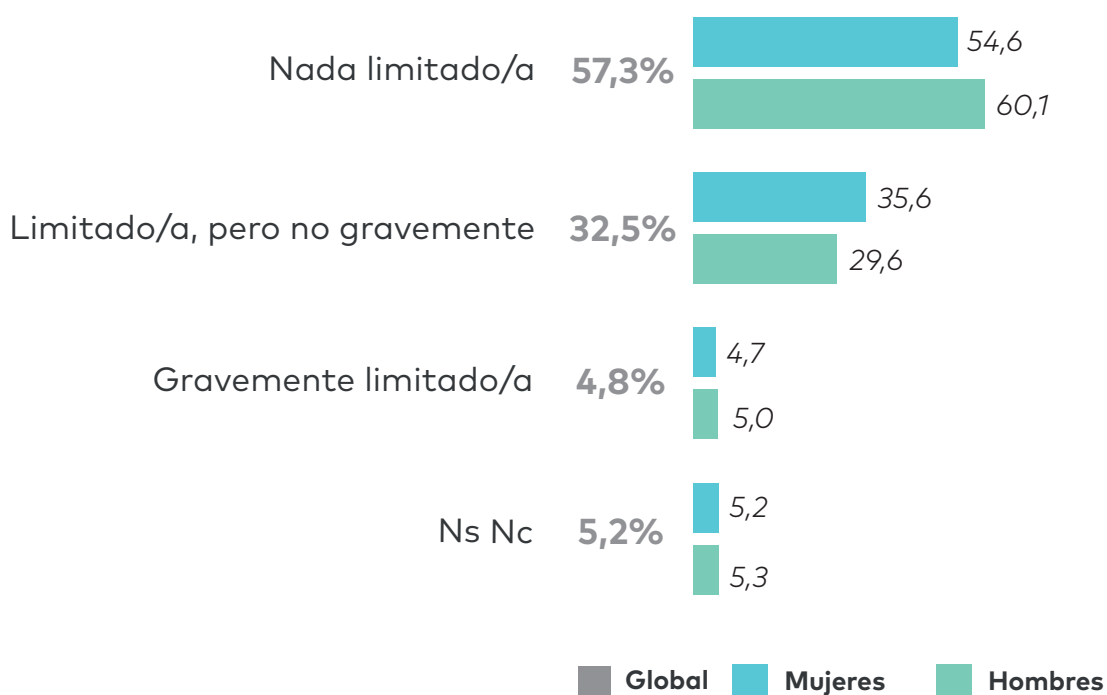
- ◇ Una amplia mayoría, el 77,5% de jóvenes, afirma gozar **de buena o muy buena salud**. Esta percepción es significativamente menor en las chicas (71,8%) que en los chicos (83,2%).
- ◇ Un importante porcentaje de jóvenes (37,3%) declara haber sentido algún grado de limitación para realizar actividades habituales por problemas de salud en el último año, siendo las chicas quienes registran mayores limitaciones (40,3%) por problemas de salud que los chicos (34,6%).
- ◇ Cerca de **6 de cada 10 jóvenes reconocen que se automedican** (58,4%) con mayor o menor frecuencia. Ellas lo hacen en mayor proporción (66,4%) que ellos (50,4%).
- ◇ Finalmente, una amplia mayoría (77%) dice **no haber recurrido a prácticas medicinales alternativas tales como la naturopatía, acupuntura u homeopatía** en el último año, situación que deja un margen de un **23% que sí lo han hecho**. El porcentaje de jóvenes que han recurrido a cada una de estas prácticas se encuentra en torno al 10%.

**AUTOPERCEPCIÓN DE SALUD**  
**(últimos 12 meses)** Resultados agrupados.  
 Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)

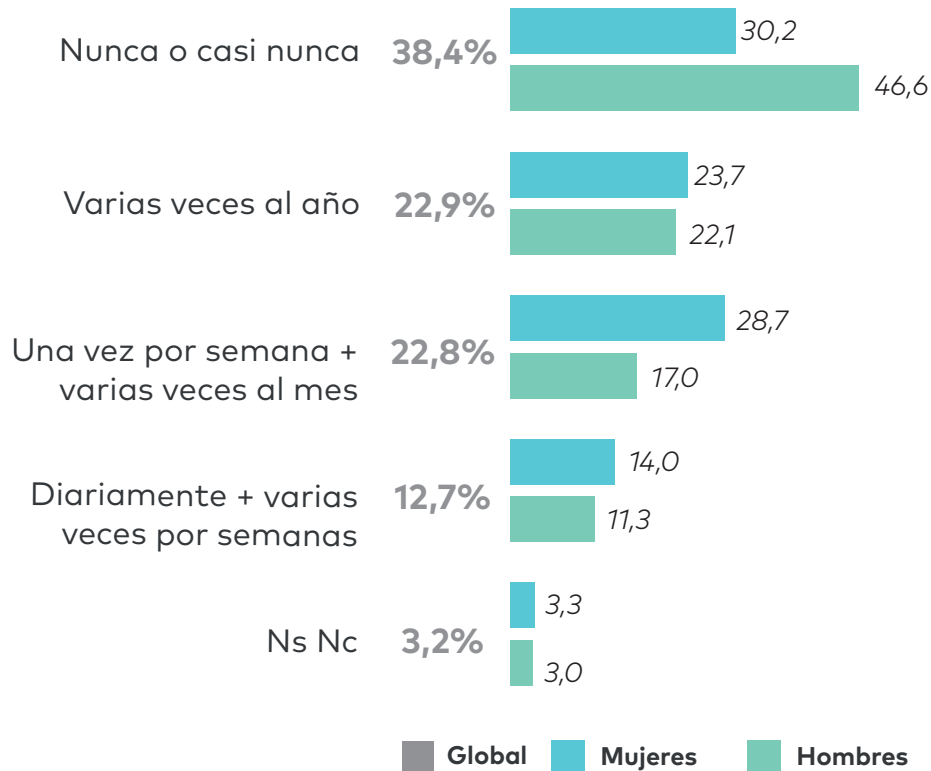


**¿EN QUÉ MEDIDA TE HAS VISTO LIMITADO/A POR PROBLEMAS DE SALUD PARA REALIZAR ACTIVIDADES HABITUALES? (últimos 12 meses)**

Datos en %. Base total muestra (N=1.200)



**INGESTA DE MEDICAMENTOS SIN PRESCRIPCIÓN MÉDICA**  
Escala agrupada. Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)

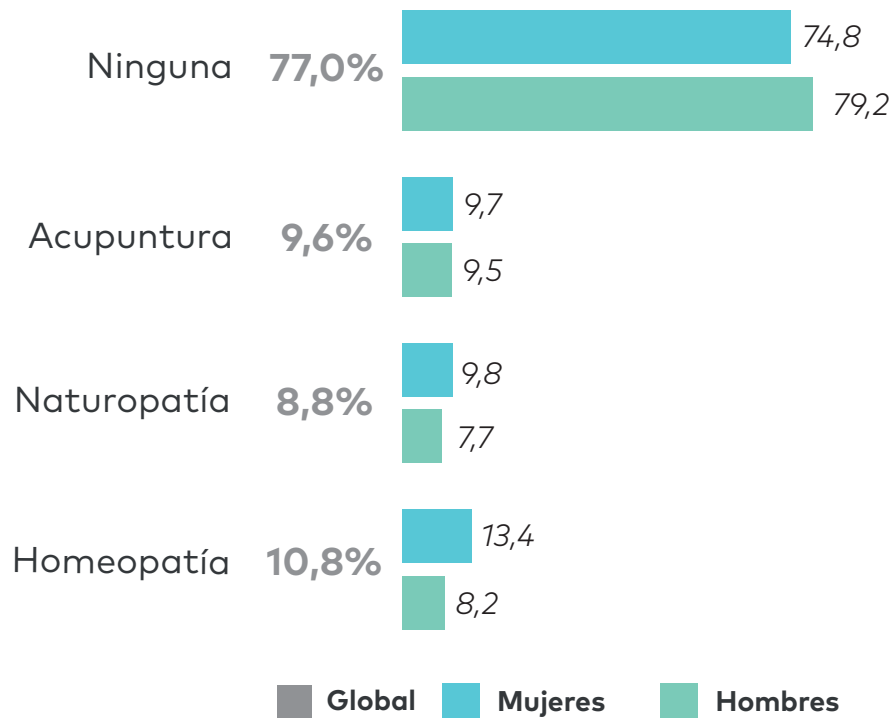


**Diferencias significativas (P<0,05)**

Ingesta más frecuente de medicamentos sin prescripción médica entre mujeres, jóvenes con estudios superiores, estudiantes, trabajadores y personas en pareja.

## USO DE PRÁCTICAS MEDICINALES ALTERNATIVAS (últimos 12 meses) Respuesta múltiple.

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



(\*) No puede compararse con el año 2017 por cambio en la formulación de las opciones de respuesta

### Diferencias significativas (P<0,05)

Las terapias son más frecuentes en pareja y en clases alta y media alta, y menos entre jóvenes poco religiosos y entre 15 y 19 años.

Además, la acupuntura destaca entre mujeres y en pequeños pueblos y ciudades pequeñas, la naturopatía en grandes ciudades y la acupuntura entre trabajadores y jóvenes entre 25 y 29 años

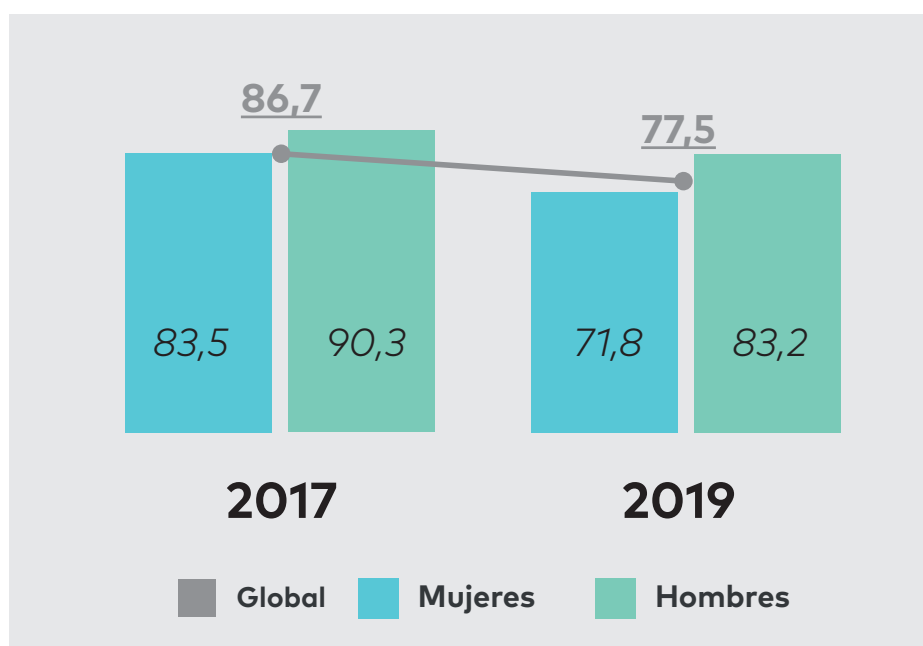
## ¿Cuáles son los principales cambios respecto al 2017?

Respecto a la edición 2017 el balance es algo negativo: empeora la percepción de buena y muy buena salud, aumenta la proporción de jóvenes que declaran tener algún tipo de limitación por problemas de salud y aumenta la proporción de jóvenes que recurre a la automedicación con mayor frecuencia.

### Evolución 2017-2019 de la autopercepción de salud

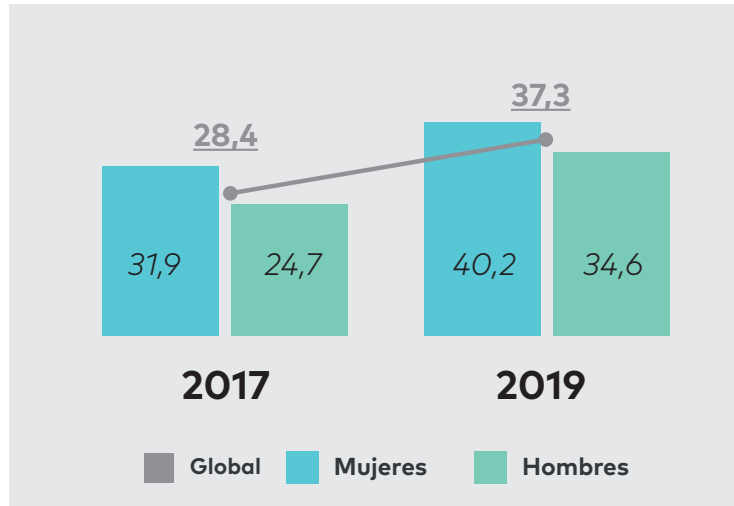
#### **Autopercepción de MUY BUENA Y BUENA salud (últimos 12 meses)**

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



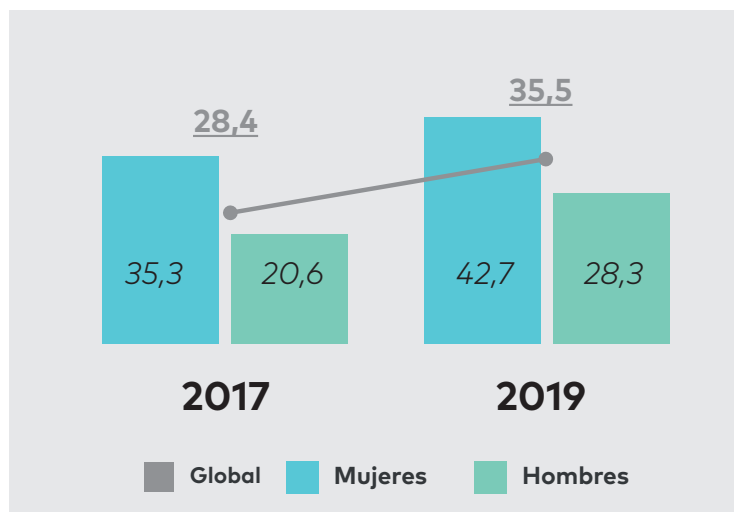
**Limitación (GRAVE Y NO GRAVE) por motivos de salud (últimos 12 meses)**

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



**Automedicación de ALTA FRECUENCIA (Una vez por semana + varias veces al mes + diariamente + varias veces por semana)**

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



### ¿Cómo valoran su salud mental?

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, la mitad de los trastornos mentales comienzan a los 14 años o antes, pero en la mayoría de los casos no se detectan ni se tratan (\*).

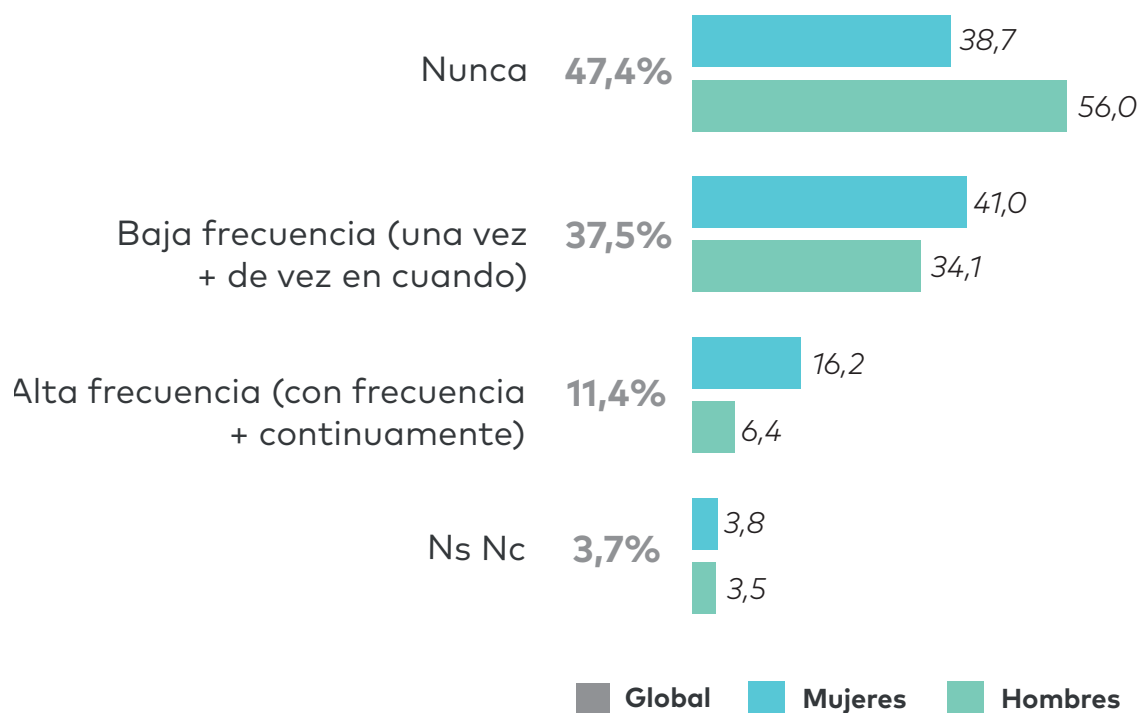
La autovaloración sobre el estado de la salud mental en adolescentes y jóvenes nos acerca a tener una idea más detallada sobre esta problemática.

- ◇ Cerca **de 5 de cada 10 jóvenes, un amplio 48,9%, cree tener o haber tenido algún tipo de problema o síntoma relacionado con la salud mental** en los últimos 12 meses, sean éstos diagnosticados o no.
- ◇ 4 de cada 10 jóvenes que declaran algún problema de este tipo **no han solicitado ningún tipo de ayuda especializada (39,2%)**. En el resto de casos, un **59,4%** sí ha solicitado algún tipo de ayuda, principalmente con psicólogos.
- ◇ Entre quienes declararon tener o haber tenido algún problema de salud mental, los problemas que declaran haber sido diagnosticados por un especialista son **la depresión, la ansiedad, pánico o fobias y los trastornos de sueño**.

(\*) Organización Mundial de la Salud (OMS) (2019). Salud mental del adolescente. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health> (accedido: 01 abril de 2020).

## HA TENIDO O HA CREÍDO TENER TRASTORNOS PSICOLÓGICOS (diagnosticados o no/ últimos 12 meses)

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)

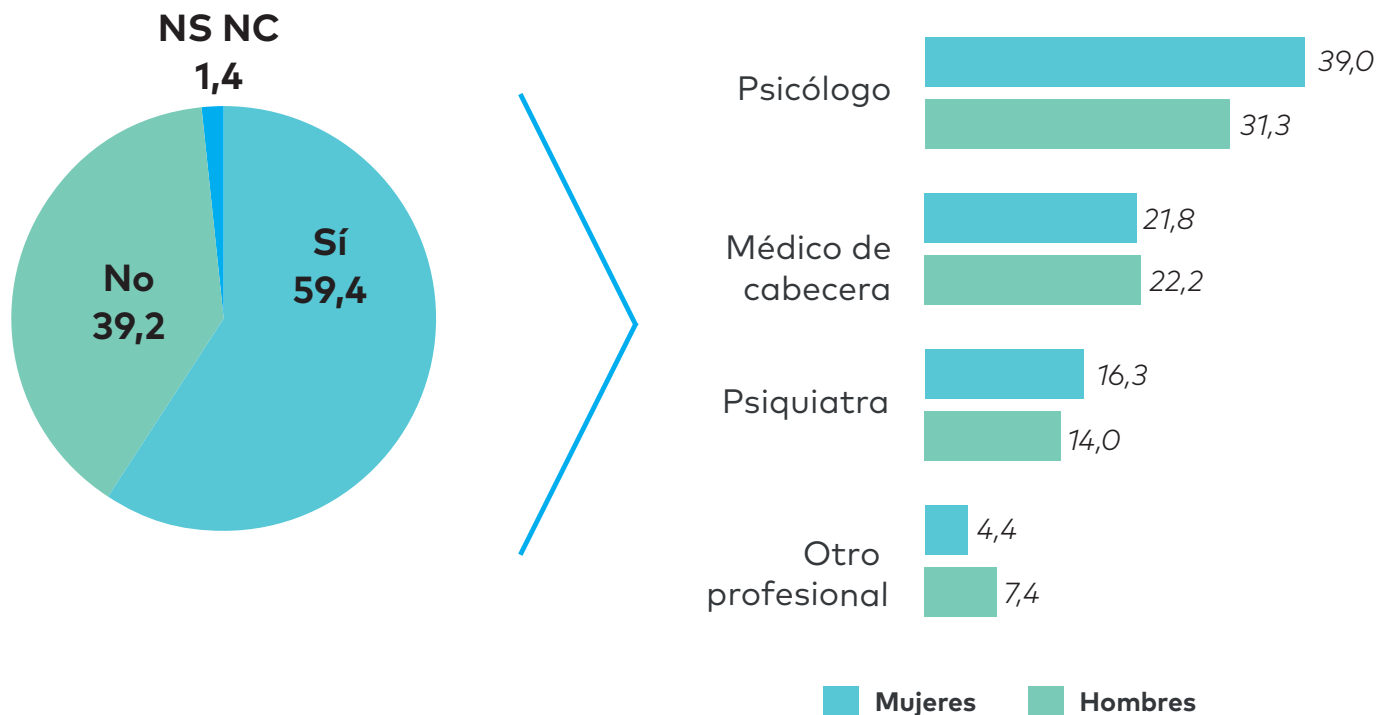


### Diferencias significativas (P<0,05)

La percepción de haber sufrido trastornos psicológicos es mayor entre las mujeres, las personas de clase baja y media baja, en paro y los jóvenes de ideología de izquierdas

### ¿BUSCASTE AYUDA DE UN PROFESIONAL?

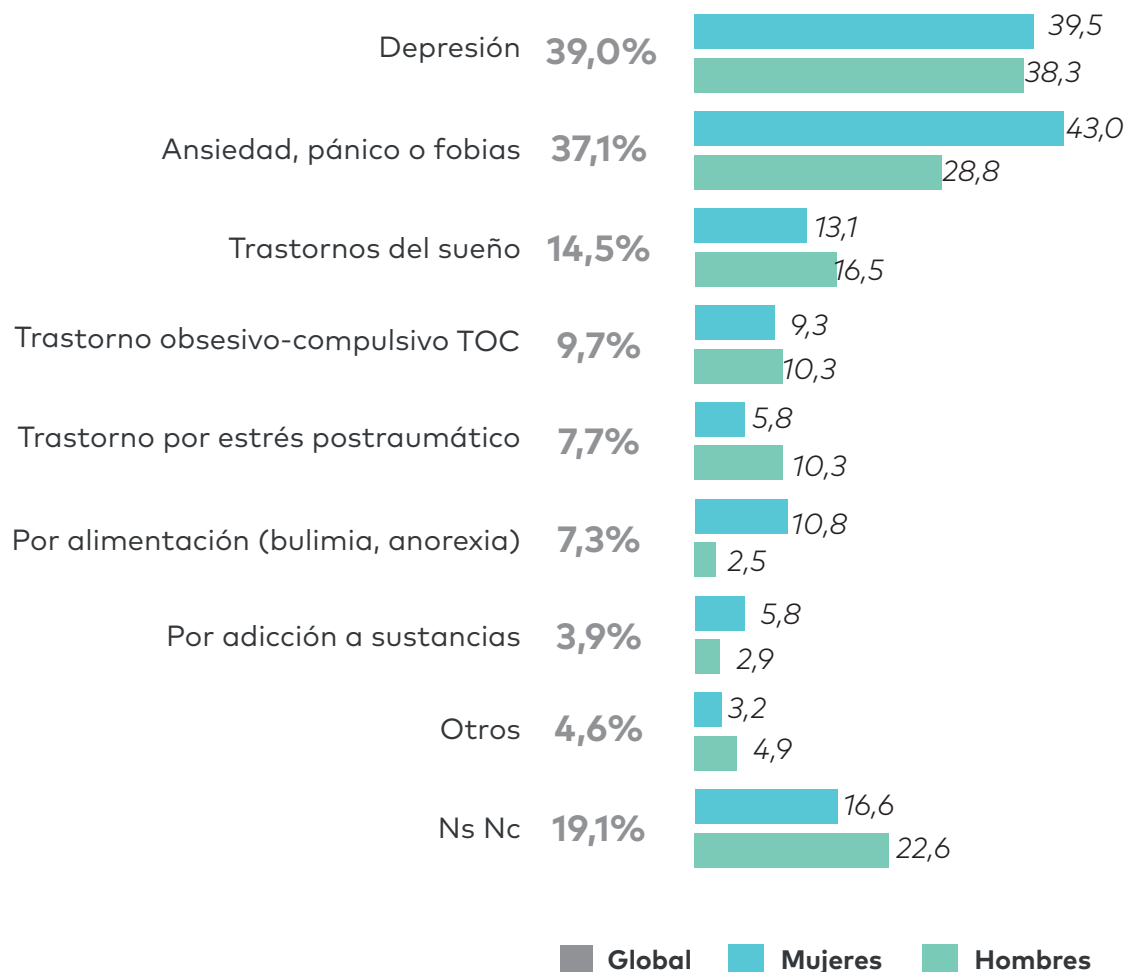
Respuesta múltiple. Datos en %. Base: personas que han tenido o creen haber tenido problemas relacionados con salud mental (N=587)





## TRASTORNOS PSICOLÓGICOS/DE SALUD MENTAL Diagnosticados en el último año

Respuesta múltiple. Datos en %. Base: personas que han tenido o creen haber tenido problemas relacionados con salud mental (N=587)



### Diferencias significativas (P<0,05)

Entre las **mujeres** son más frecuentes los trastornos diagnosticados de ansiedad, relacionados con la alimentación y de adicción a sustancias.

Entre los **25 y 29 años** son más frecuentes la depresión, la ansiedad y la adicción a sustancias.

Entre quienes **viven en pareja** hay mayor nivel de depresión, trastornos de ansiedad y trastornos del sueño.

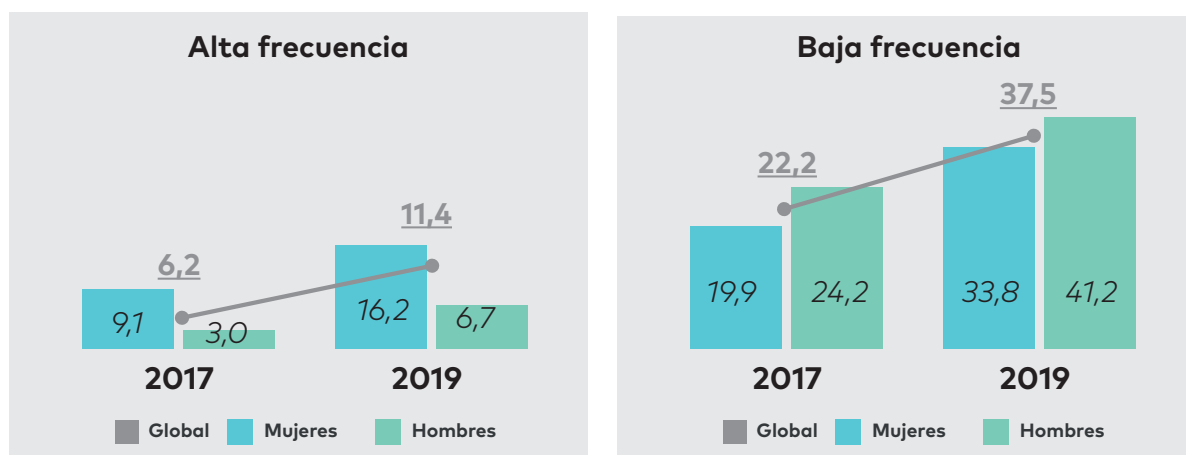
Finalmente, los trastornos obsesivo-compulsivos son más frecuentes en **grandes ciudades**

## ¿Cuáles son los principales cambios respecto al 2017?

### EVOLUCIÓN 2017-2019

- ◇ Aumenta el porcentaje de jóvenes que declara problemas relacionados con la salud mental. En concreto, sube en más de 20 puntos en 2019 (48,9%) respecto a 2017 (28,4%).
- ◇ Aumenta la proporción de jóvenes que solicitan ayuda en 2019 (59,4%), situación que mejora respecto a 2017 (47,9%).

**Evolución 2017-2019**  
**¿TIENES O CREES TENER ALGÚN PROBLEMA O SÍNTOMA RELACIONADO CON LA SALUD MENTAL? (diagnosticados o no /últimos 12 meses)**  
Datos en %. Base total muestra (N=1.200)

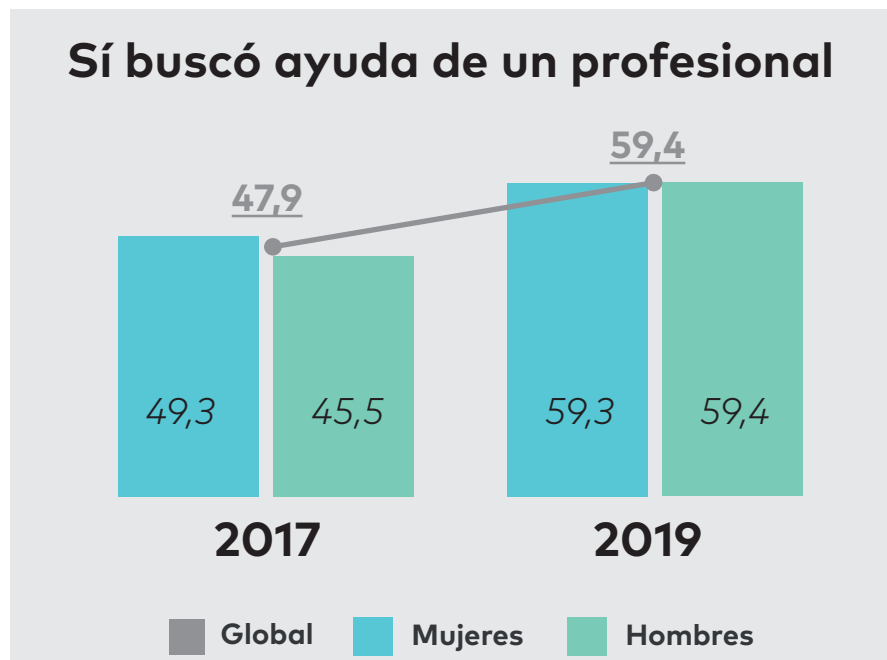


¿Cuáles son los principales cambios respecto al 2017?

## EVOLUCIÓN 2017-2019

### ¿BUSCASTE AYUDA DE UN PROFESIONAL?

Respuesta múltiple. Datos en %. Base: personas que han tenido o creen haber tenido problemas relacionados con salud mental (N=587)



## SINTOMATOLOGÍA EN SALUD MENTAL

En este punto, es importante distinguir entre los síntomas depresivos, que todos podemos llegar a experimentar hasta cierto punto en un momento dado, y el trastorno depresivo mayor o sintomatología depresiva, que señala un problema de salud mental que puede medirse a través de instrumentos elaborados para este fin y que veremos más adelante.

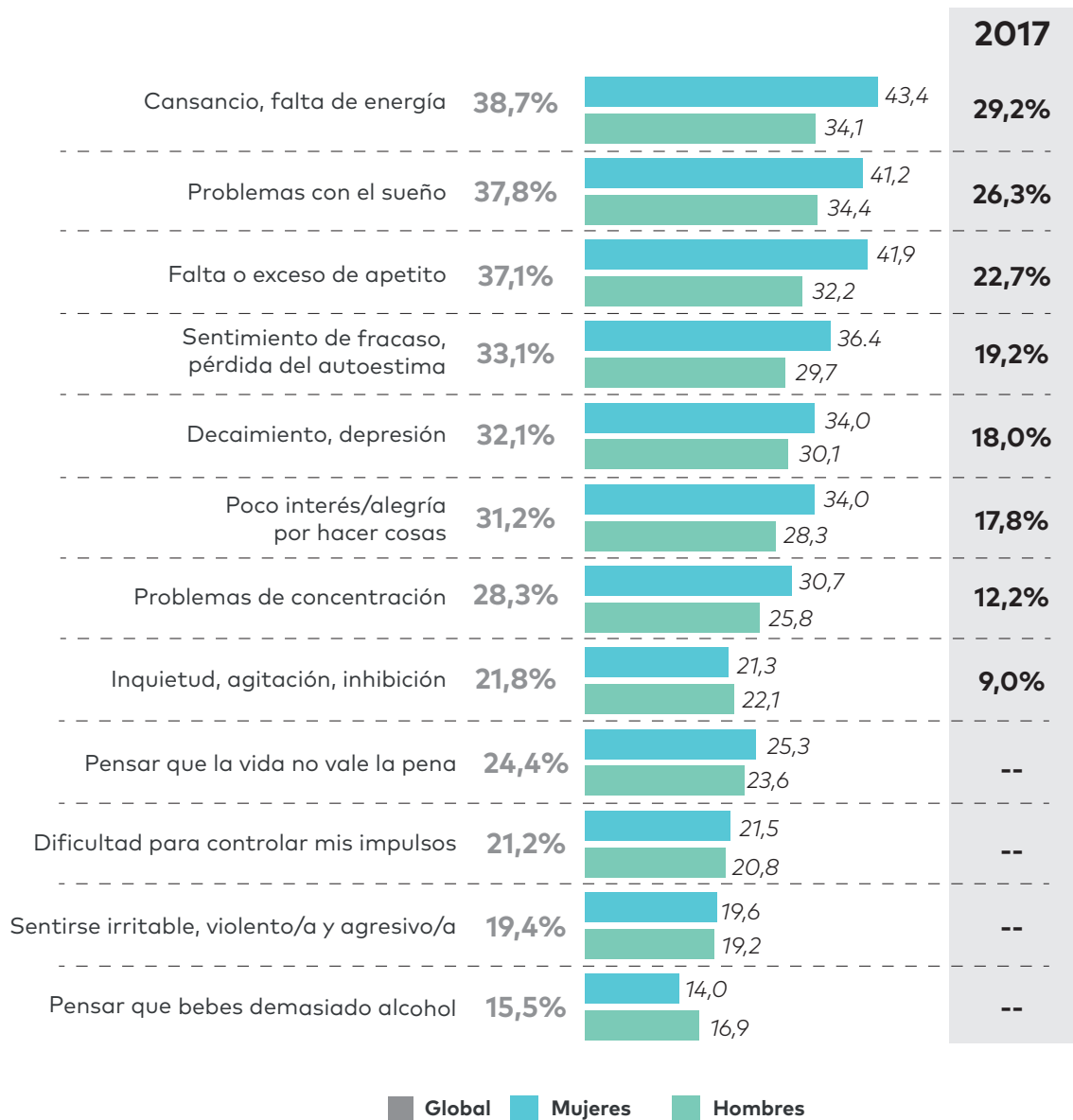
Comenzamos con la primera parte y nos centramos en una serie de síntomas que tanto chicas como chicos han experimentado en altas frecuencias, es decir, que han tenido **más de la mitad de los días o casi todos los días**.

- ◇ El **cansancio o falta de energía** (38,7%), los problemas relacionados con el **sueño** (37,8%) y **la falta o exceso de apetito** (37,1%) son los síntomas más señalados. Las mujeres son más propensas que los hombres a informar síntomas depresivos.
- ◇ Respecto al 2017, hay una mayor declaración de presencia de todos los síntomas consultados, situación que se evidencia tanto en chicas como en chicos.

## ¿CON QUÉ FRECUENCIA HAS TENIDO ALGUNO DE LOS SIGUIENTES PROBLEMAS?

(últimos 6 meses) Base Total muestra. Resultados agrupados para

ALTA FRECUENCIA (más de la mitad de los días + casi todos los días). Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



### Diferencias significativas (P<0,05)

Mayor prevalencia entre las **mujeres** del cansancio, los problemas del sueño, los problemas de apetito, el decaimiento y la falta de interés.

Entre los jóvenes de **15 a 20 años** destaca el cansancio, los problemas de sueño y la sensación de fracaso, mientras entre **25 y 29** es más frecuente el decaimiento.

**Estudios elevados** se vinculan con mayor sensación de fracaso, problemas de concentración y decaimiento, pero entre quienes estudian y trabajan destaca la inquietud y agitación.

Por **clase social**, cansancio, problemas de apetito, decaimiento y falta de interés son, además, problemas más frecuentes en las clases más bajas.

## ¿Cómo se determina la severidad de los síntomas depresivos?

### EVOLUCIÓN 2017-2019

Los síntomas analizados anteriormente permiten elaborar un índice compuesto o severidad de la sintomatología depresiva(\*), que señala los cuadros depresivos activos en la población.

Un 7% de jóvenes presenta sintomatología depresiva severa y un 17,8% una sintomatología moderada.

En el periodo 2017-2019, se registra un **ligero aumento de la severidad moderada y grave**.

	2017	2019
NINGUNA O LEVE	78,4%	75,2%
MODERADA	15,2%	17,8%
MODERADAMENTE GRAVE Y GRAVE	6,3%	7,0%

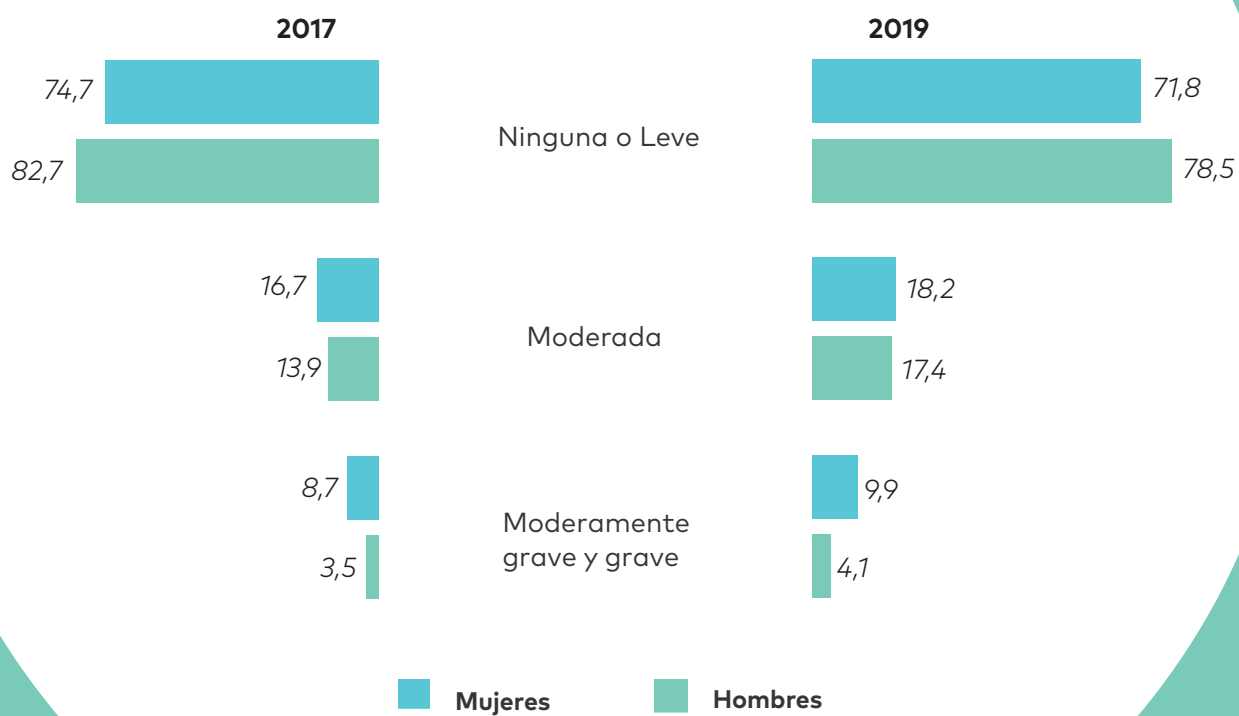
(\*) **La Severidad de la sintomatología depresiva** es un indicador compuesto que utiliza la Encuesta Europea de Salud de España (ESE). Está construido a partir de una batería de 8 preguntas a las que se adjudica una puntuación entre 0-3 a la intensidad atribuida a la vivencia de cada problemática.

Los síntomas que se toman en cuenta para la construcción de éste indicador compuesto son:

1. Inquietud, agitación, inhibición
2. Problemas de concentración
3. Sentimiento de fracaso, pérdida de autoestima
4. Falta o exceso de apetito
5. Cansancio, falta de energía
6. Problemas con el sueño
7. Decaimiento depresión
8. Falta de interés por las cosas, apatía.

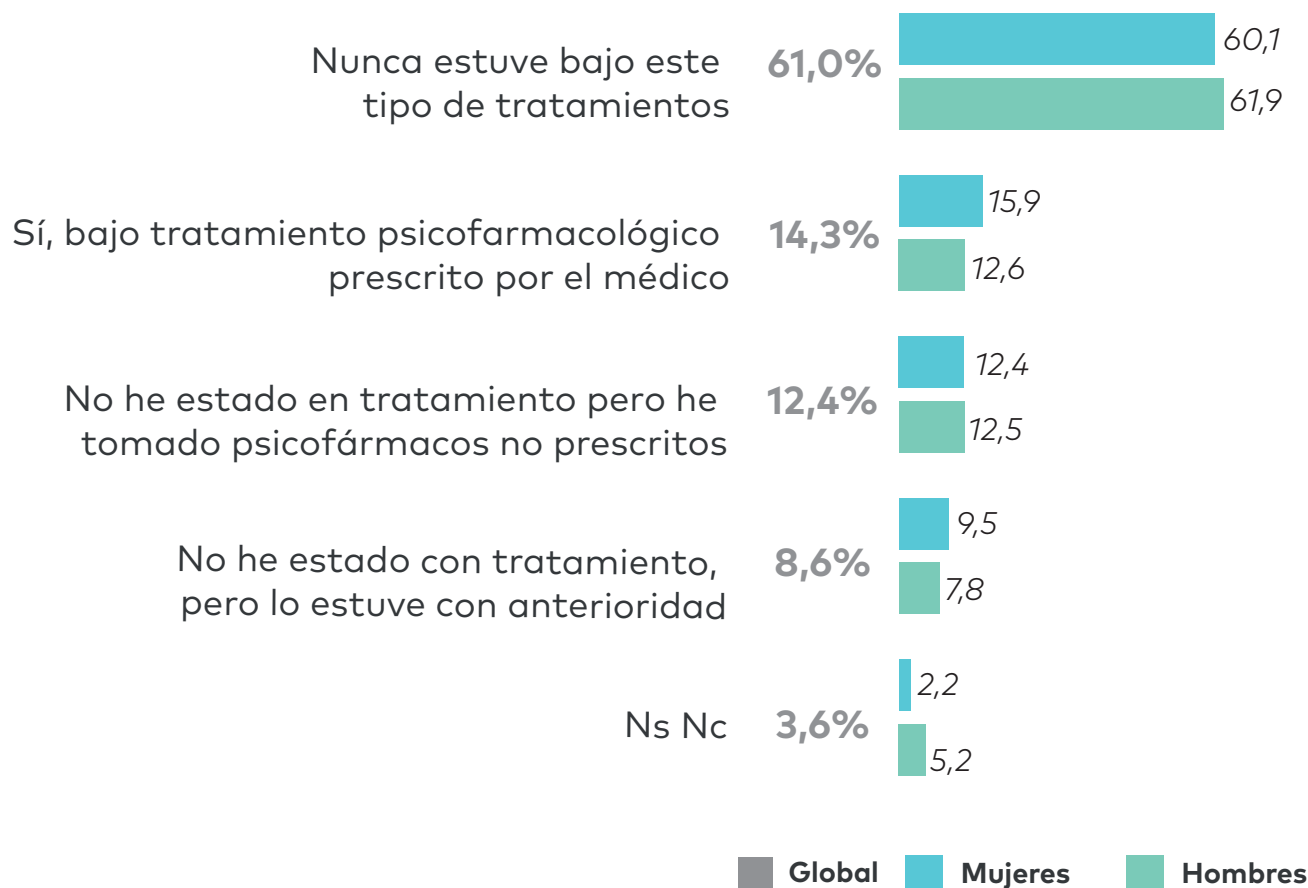
### SEVERIDAD DE LA SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



## TRATAMIENTO PSICOFARMACOLÓGICO (últimos 12 meses)

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



### Diferencias significativas (P<0,05)

Un 35% de jóvenes declara estar o haber estado **en tratamiento psicofarmacológico** (con o sin prescripción médica) en los últimos 12 meses.

Los **tratamientos psicofarmacológicos** son más frecuentes a partir de los 24 años, entre la población que vive en pareja y en clases alta y media alta.

La **automedicación** es más habitual entre quienes viven solos, estudian y trabajan, entre clases alta y media alta y quienes tienen estudios superiores



### ¿Han experimentado alguna vez ideas de suicidio?

En España el suicidio representa la segunda causa de muerte por factores externos en la población joven (entre los 15 y los 29 años), solo superado por la mortalidad por accidentes de tráfico, según los datos del Instituto Nacional de Estadística. Las cifras de muertes por suicidio son mayores en chicos que en chicas.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, los trastornos mentales son un importante factor de riesgo de suicidio en regiones como Europa y América del Norte(\*). En este sentido, la ideación suicida podría actuar como predictor de riesgo de este tipo de conductas.

En los datos presentados, **una mayoría de jóvenes (56,6%) nunca ha experimentado ideas de suicidio**, sin embargo hasta un **45% de chicas y 35% de chicos sostienen sí haber experimentado, con mayor o menor frecuencia, estos pensamientos**. Para un 5,8% se trata de un pensamiento frecuente.

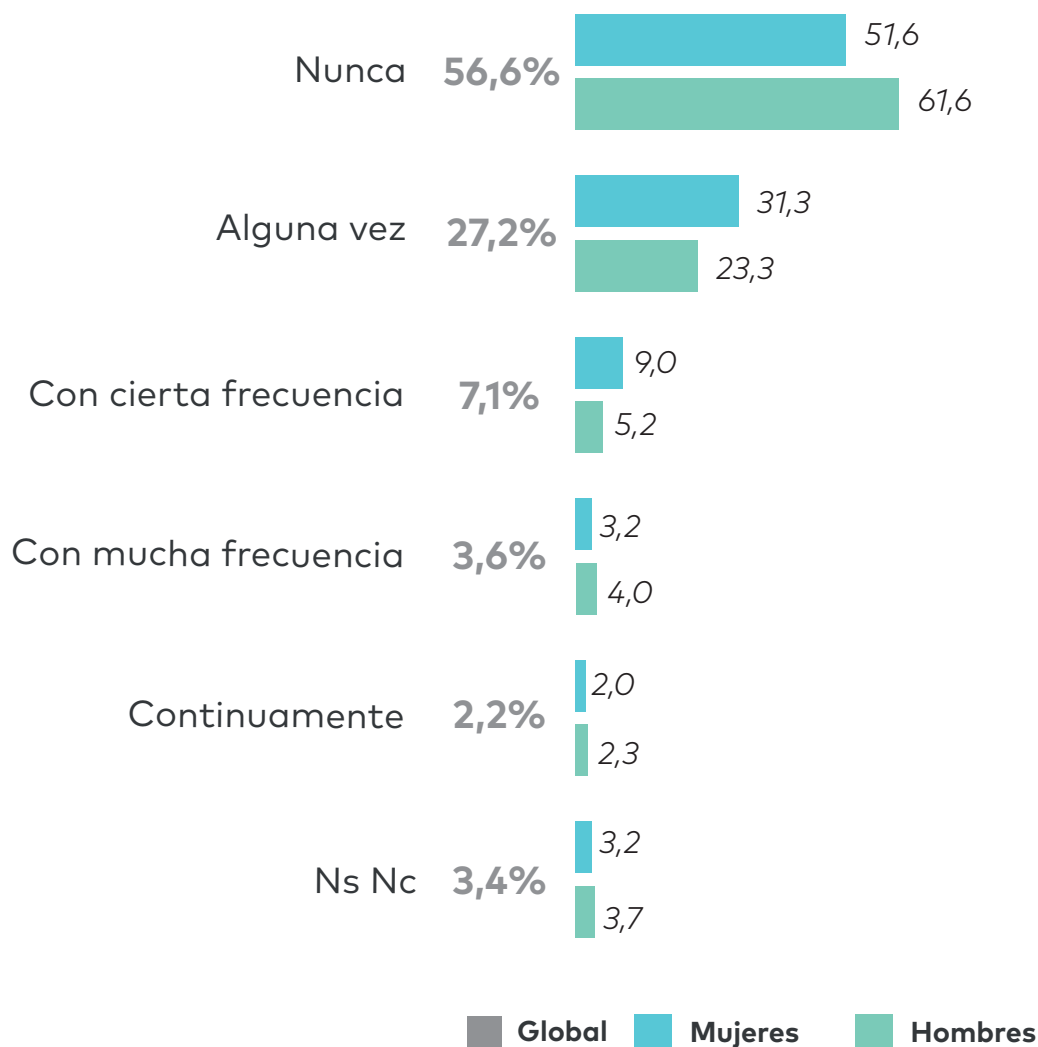
Es importante destacar la diferencia de género: los hombres señalan en mayor medida no haber experimentado nunca este tipo de ideas, mientras que las mujeres declaran, aunque en menor frecuencia ("alguna vez"), haberlos tenido.

Las diferencias de género en la ideación de suicidio y los datos consumados de mortalidad por esta causa, hacen referencia a lo que se denomina "paradoja de género en suicidio", que alude a una mayor mortalidad en los hombres versus una mayor ideación de suicidio por parte de las mujeres.

(\*). World Health Organization (WHO) (2012). Prevención del suicidio (SUPRE) [https://www.who.int/mental\\_health/prevention/suicide/suicideprevent/es/](https://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/suicideprevent/es/) (accedido: 01 abril de 2020).

## ¿HAS EXPERIMENTADO ALGUNA VEZ IDEAS DE SUICIDIO?

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



(\*) No puede compararse con el año 2017 por cambio en la formulación de las opciones de respuesta

### Diferencias significativas (P<0,05)

Las ideas de suicidio son más habituales entre las mujeres y personas de clase media-baja y baja.

### ¿Qué dificultades perciben las y los jóvenes con discapacidad?

En España 178.013 jóvenes de 15 a 29 años presentan algún tipo de discapacidad reconocida, es decir, con un grado de discapacidad igual o superior al 33% y una tasa de prevalencia del 2,54% respecto al total de jóvenes (\*).

En nuestra muestra, el 5,8% declara tener algún tipo de discapacidad. Sin detenernos en el tipo de discapacidad, les consultamos sobre las actividades y tareas en las que encuentran mayores dificultades en su vida diaria:

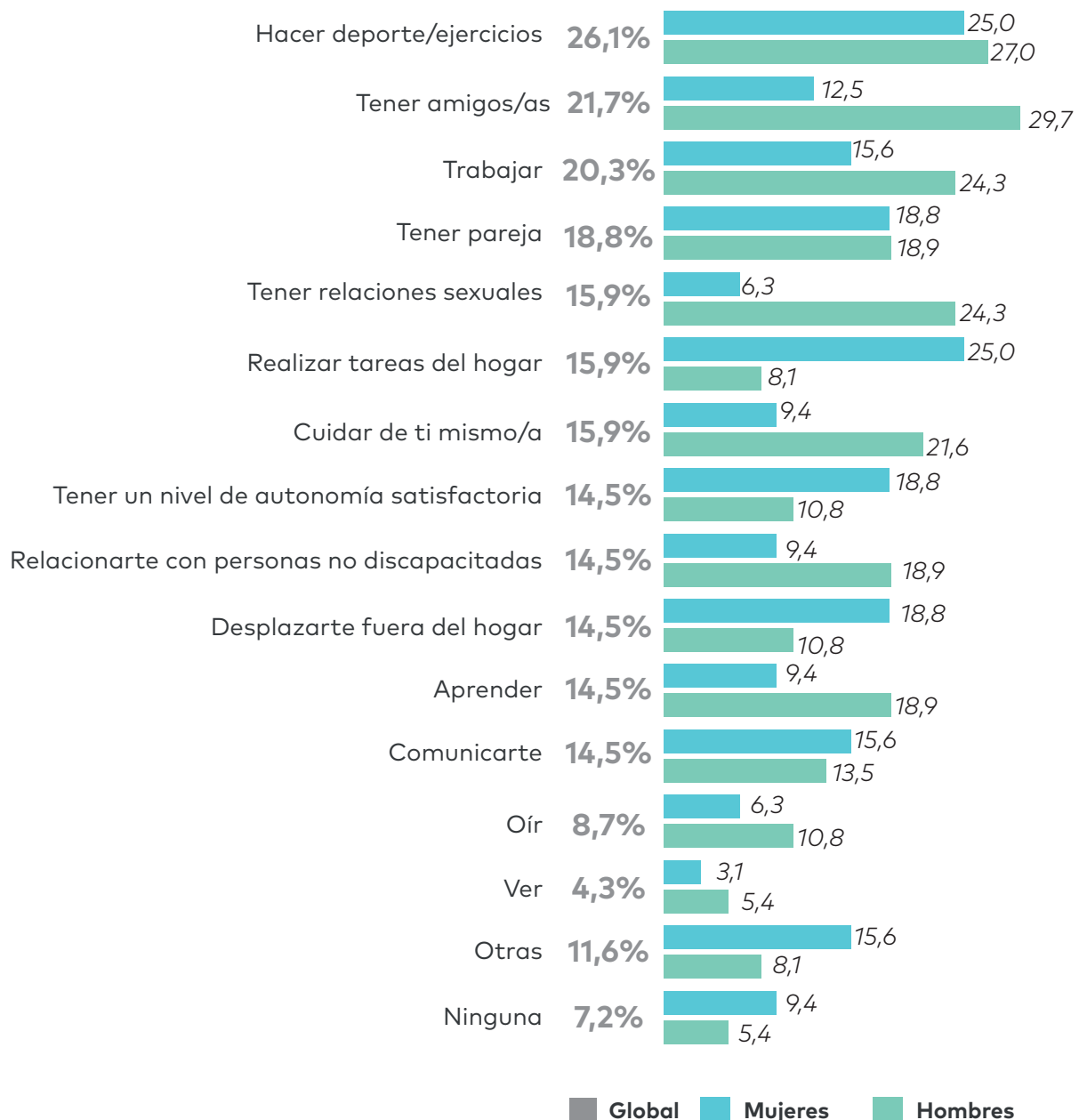
- ◇ Las **actividades** como **hacer deporte** (26,1%) y **trabajar** (20,3%) son las más mencionadas.
- ◇ La **vertiente relacional**, como el tener amigos/as o pareja, también presenta dificultades para, aproximadamente, un 20% de los y las jóvenes.
- ◇ Entre un **14%** y **16%** ven dificultados **aspectos cotidianos** como realizar las tareas del hogar o, más íntimos, como el tener relaciones sexuales, e incluso el poder cuidar de forma autónoma de sí mismos.

(\*) Datos para el año 2017 solicitados a IMSERSO para el Índice de Capacidades Juveniles del Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud de la Fad.

## TAREAS DIFICULTADAS POR LA DISCAPACIDAD

Respuesta múltiple. Datos en %.

Base: tienen algún tipo de discapacidad (N=69)



### Diferencias significativas (P<0,05)

Los **hombres** suelen mencionar con más frecuencia tareas que tienen que ver con las relaciones interpersonales, como relaciones sexuales (+8,4% con respecto a las mujeres) y tener amigos (+8,0%)

Las **mujeres** mencionan más frecuentemente actividades relacionadas con el trabajo doméstico (+9,1% que los hombres), la autonomía y los desplazamientos.

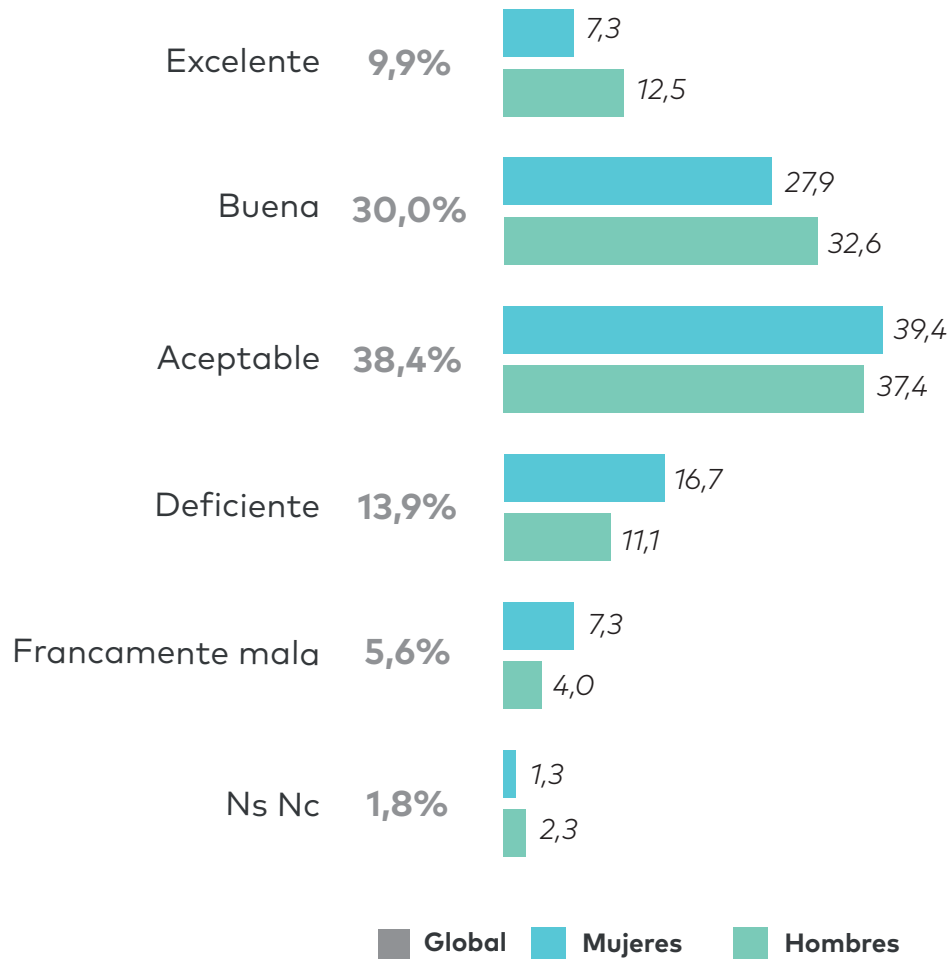
## 2. DETERMINANTES DE LA SALUD

### ACTIVIDAD FÍSICA Y ESTILO DE VIDA

#### ¿Cómo valoran su estado físico y su estilo de vida?

- ◇ 4 de cada 10 jóvenes (39,9%) consideran que su estado físico es bueno (excelente + bueno) y 2 de cada 10 (19,5%) manifiesta un estado físico deficiente o francamente malo. Los hombres valoran más positivamente su forma física (excelente y buena) mientras que las mujeres son mayoría en valoraciones como "aceptable", "deficiente" y "francamente mala".
- ◇ Un 22,9% de jóvenes dice no realizar ningún tipo de actividad física en su tiempo libre. Ellas son más sedentarias (26,7% chicas; 19,1% chicos) y ellos tienden a practicar actividades deportivas o físicas varias veces a la semana con más frecuencia (16,9% chicas; 25,3% chicos).
- ◇ Una mayoría de jóvenes (64,4%) considera que lleva un estilo de vida muy o bastante saludable; ellos mantienen una valoración más optimista (68,1%) que ellas (60,6%).

**¿CÓMO VALORARÍAS TU FORMA FÍSICA?**  
 Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)

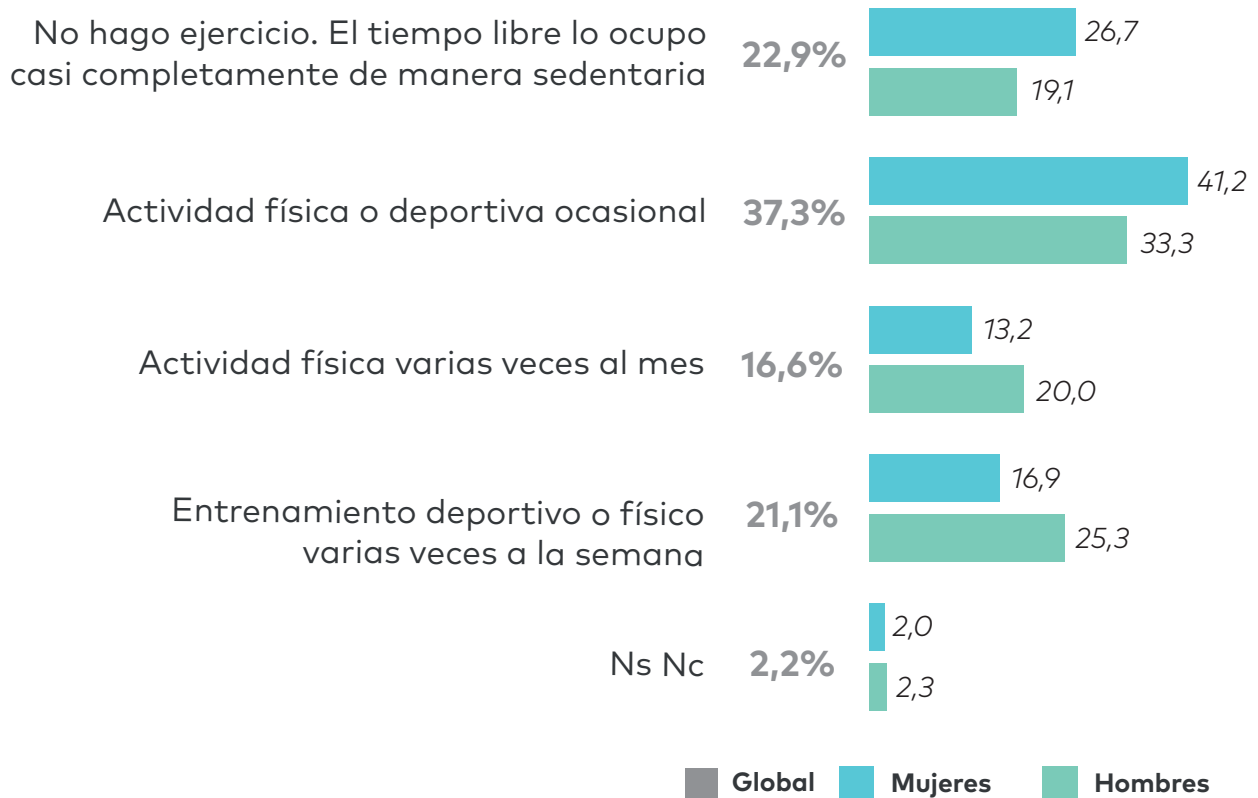


**Diferencias significativas (P<0,05)**

Los hombres y las personas de clase alta y media alta declaran tener mejor forma física

## ¿CON QUÉ FRECUENCIA REALIZAS ACTIVIDAD FÍSICA EN TU TIEMPO LIBRE?

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)

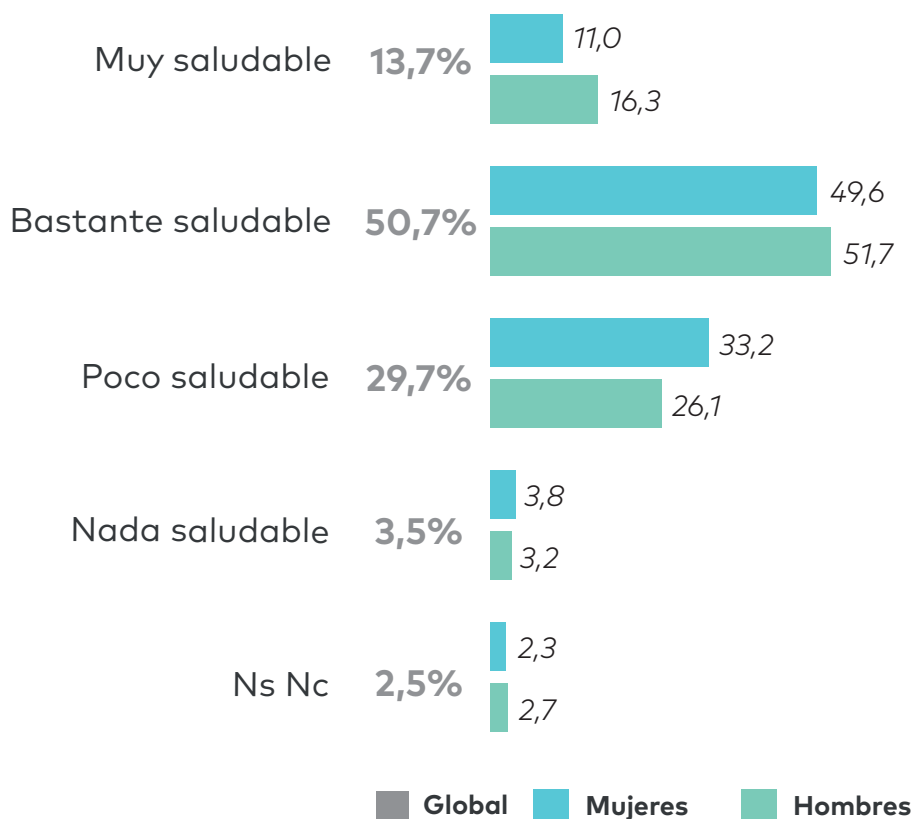


### Diferencias significativas (P<0,05)

Mayor actividad física frecuente entre hombres, mientras que las actividades físicas ocasionales son más comunes en las mujeres.

## EN RELACIÓN A TU ESTILO DE VIDA, DIRÍAS QUE LLEVAS UN ESTILO DE VIDA...

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



### Diferencias significativas (P<0,05)

Las personas de clase media-alta y alta y quienes comparten piso llevan un estilo de vida más saludable.

Los estudiantes llevan un estilo de vida más saludable que trabajadores y jóvenes en paro



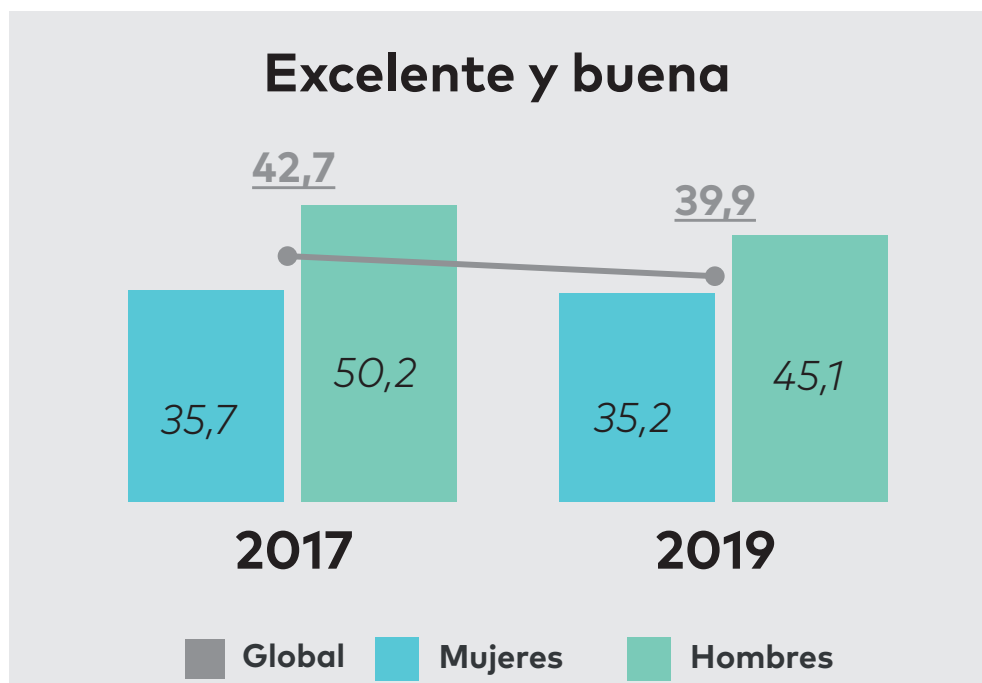
## ¿Cuáles son los principales cambios respecto al 2017?

### EVOLUCIÓN 2017-2019

- ◇ Son ligeramente menos las y los jóvenes que declaran buen estado físico. La percepción es menor entre las chicas.
- ◇ En cuanto a la actividad física, destaca un leve descenso en el sedentarismo declarado, fundamentalmente entre las chicas.
- ◇ Aumenta ligeramente el porcentaje de jóvenes que creen que llevan un estilo de vida muy saludable, percepción más favorable en los chicos.

### ¿CÓMO VALORARÍAS TU FORMA FÍSICA?

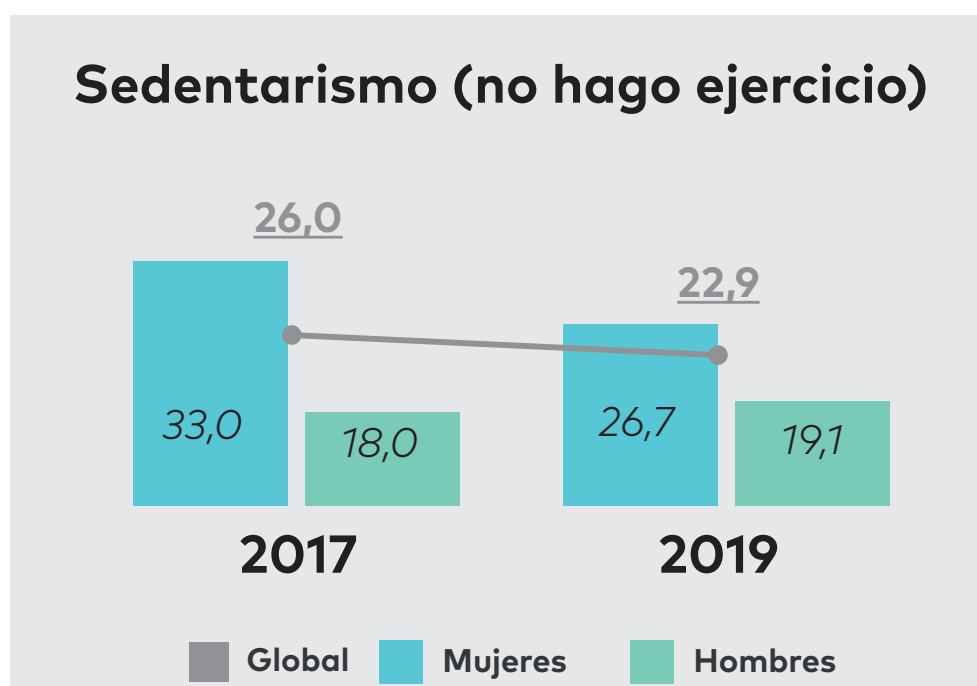
Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



¿Cuáles son los principales cambios respecto al 2017?  
EVOLUCIÓN 2017-2019

**¿CON QUÉ FRECUENCIA REALIZAS ACTIVIDAD FÍSICA EN TU TIEMPO LIBRE?**

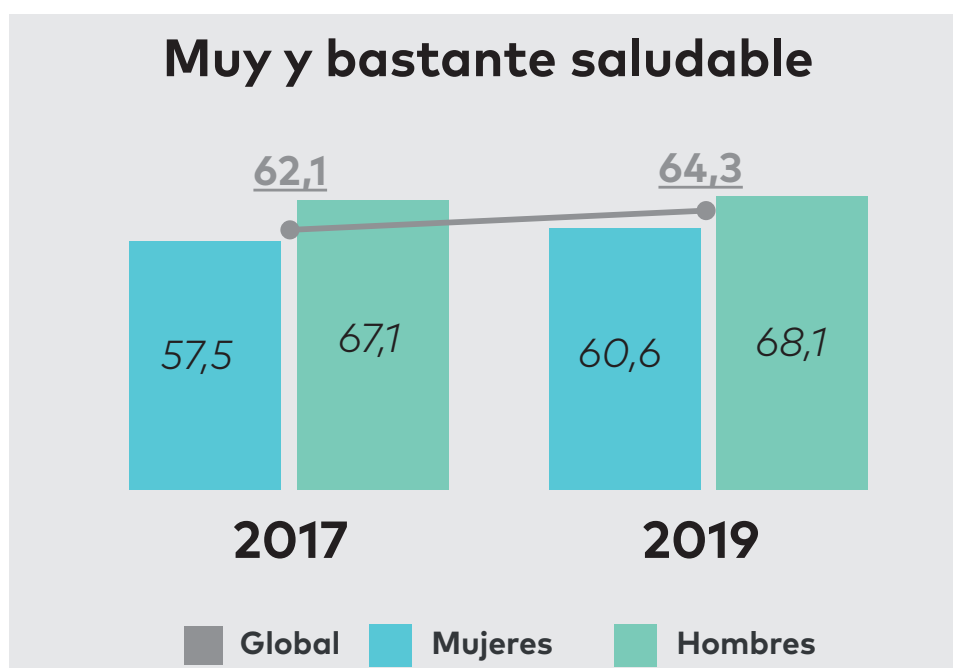
Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



¿Cuáles son los principales cambios respecto al 2017?  
EVOLUCIÓN 2017-2019

**EN RELACIÓN A TU ESTILO DE VIDA, DIRÍAS  
QUE LLEVAS UN ESTILO DE VIDA...**

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)

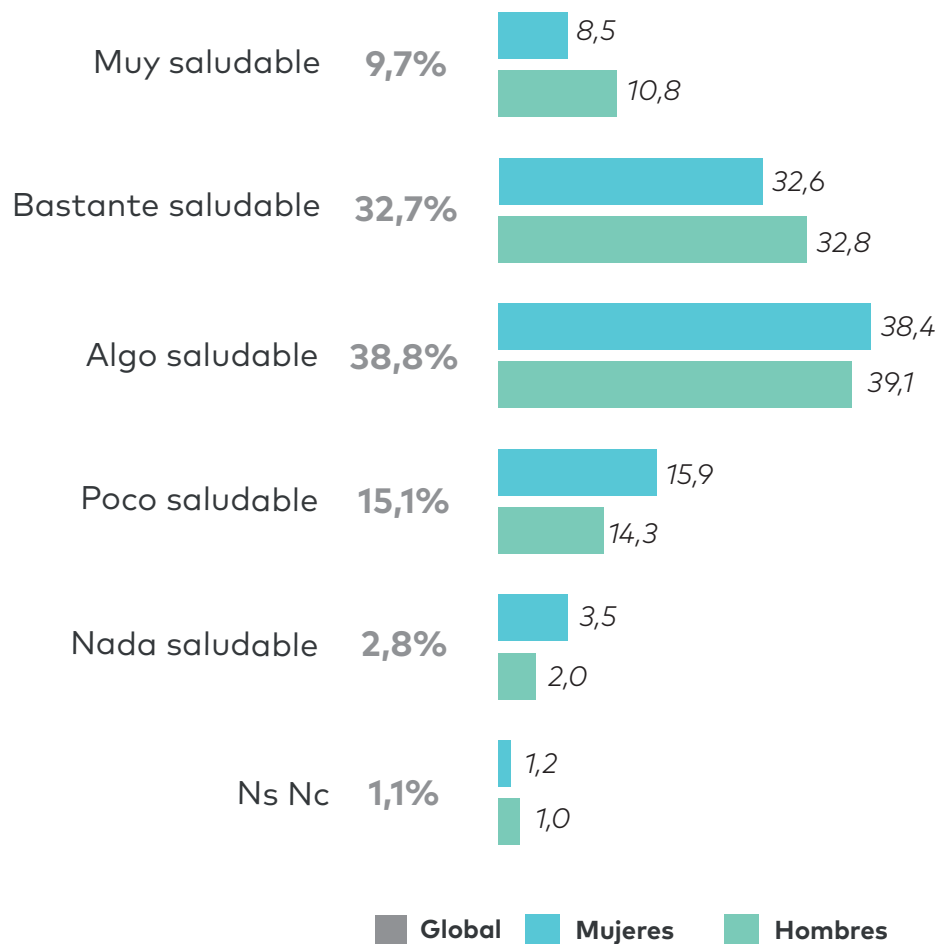


### ¿Cómo son los hábitos alimentarios de la población joven?

- ◇ Un **42,4%** considera que lleva una **alimentación saludable** (los hombres en mayor medida que las mujeres) y, en menor proporción (**17,9%**), consideran que su alimentación es más bien **poco o nada saludable**. La clase social es representativa tanto entre quienes señalan tener una alimentación muy y bastante saludable (más los de clase alta y media alta) como entre quienes señalan poco o nada saludable (más los de clase baja y media baja).
- ◇ La **carne** (80,2%), los **cereales** (79,7%) y la **leche y los derivados** (79,3%) son los tres grupos de **alimentos consumidos con mayor frecuencia**. El **consumo frecuente de frutas y verduras** sigue siendo **deficitario**.
- ◇ **2 de cada 10 jóvenes realiza, con o sin supervisión médica, algún tipo de dieta**, y son las mujeres las que tienden a llevar a cabo un mayor número de dietas frente a los hombres. **La estética y las motivaciones de salud** (53,6% y 48,9%, respectivamente) son los principales motivos para el inicio de una regulación alimenticia.
- ◇ Finalmente, la práctica de regímenes alimenticios alternativos como el vegetarianismo o el veganismo, no superan el **12% de practicantes** (7,8% y 3,9% respectivamente). No obstante, en 2019 esta **cifra es algo mayor que en el año 2017**, donde ambos regímenes no alcanzaban el 6% de adeptos/as. Las principales **motivaciones** para asumir estas dietas se centran en cuestiones como el **respeto a los animales** o el **ecologismo** (28,8% y 18,1%, respectivamente) y un 19,4% de seguidores atribuye a este tipo de dietas su mayor contribución a la salud.

### ¿DIRÍAS QUE LLEVAS UNA ALIMENTACIÓN...?

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



(\*): No puede compararse con el año 2017 al tratarse una pregunta de nueva incorporación

#### Diferencias significativas (P<0,05)

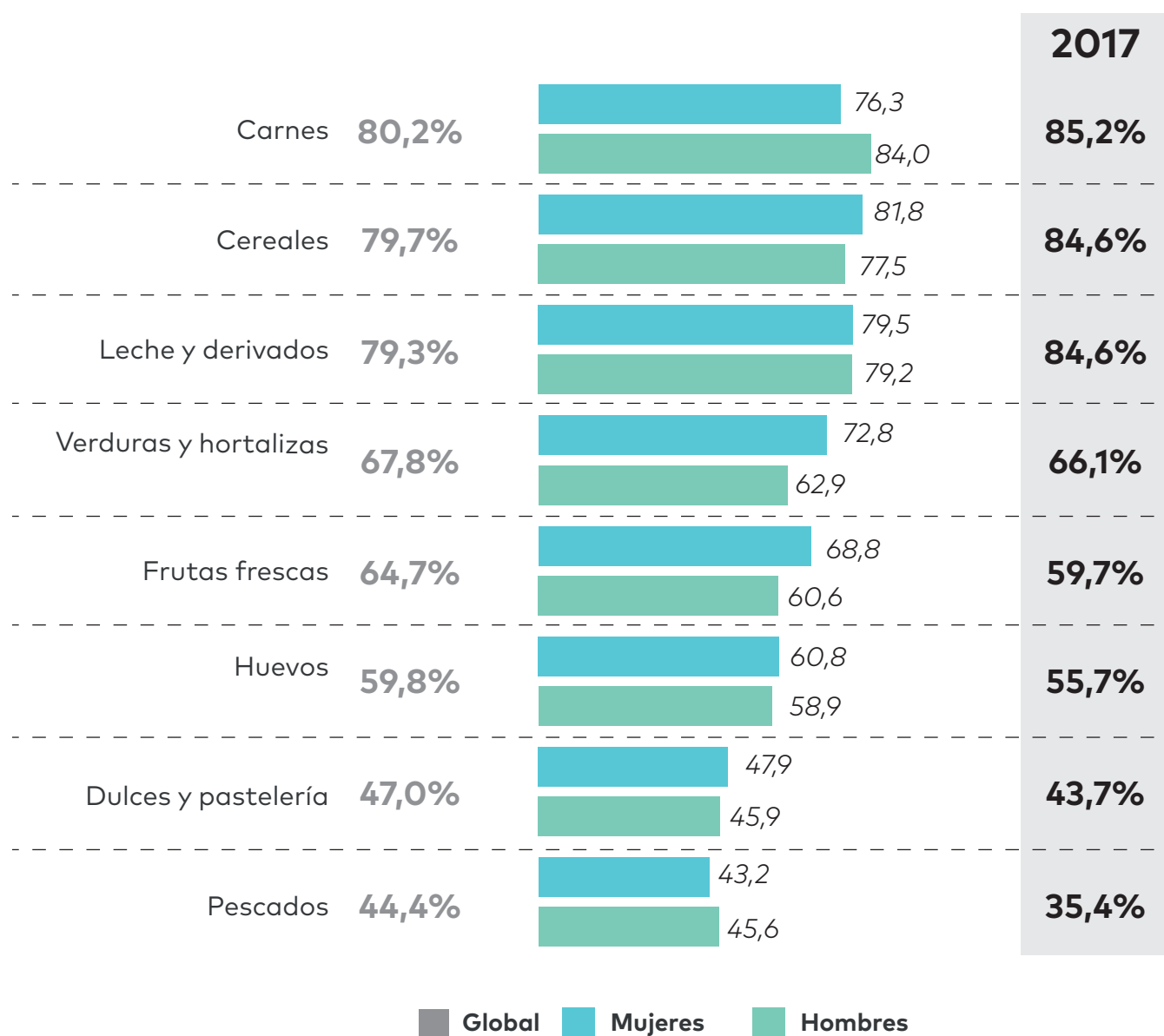
Alimentación más saludable entre las clases altas y media-alta y entre quienes tienen estudios universitarios

## CONSUMO FRECUENTE DE GRUPOS DE ALIMENTOS

Resultados agrupados para ALTA FRECUENCIA

(a diario + varias veces por semana).

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



### Diferencias significativas (P<0,05)

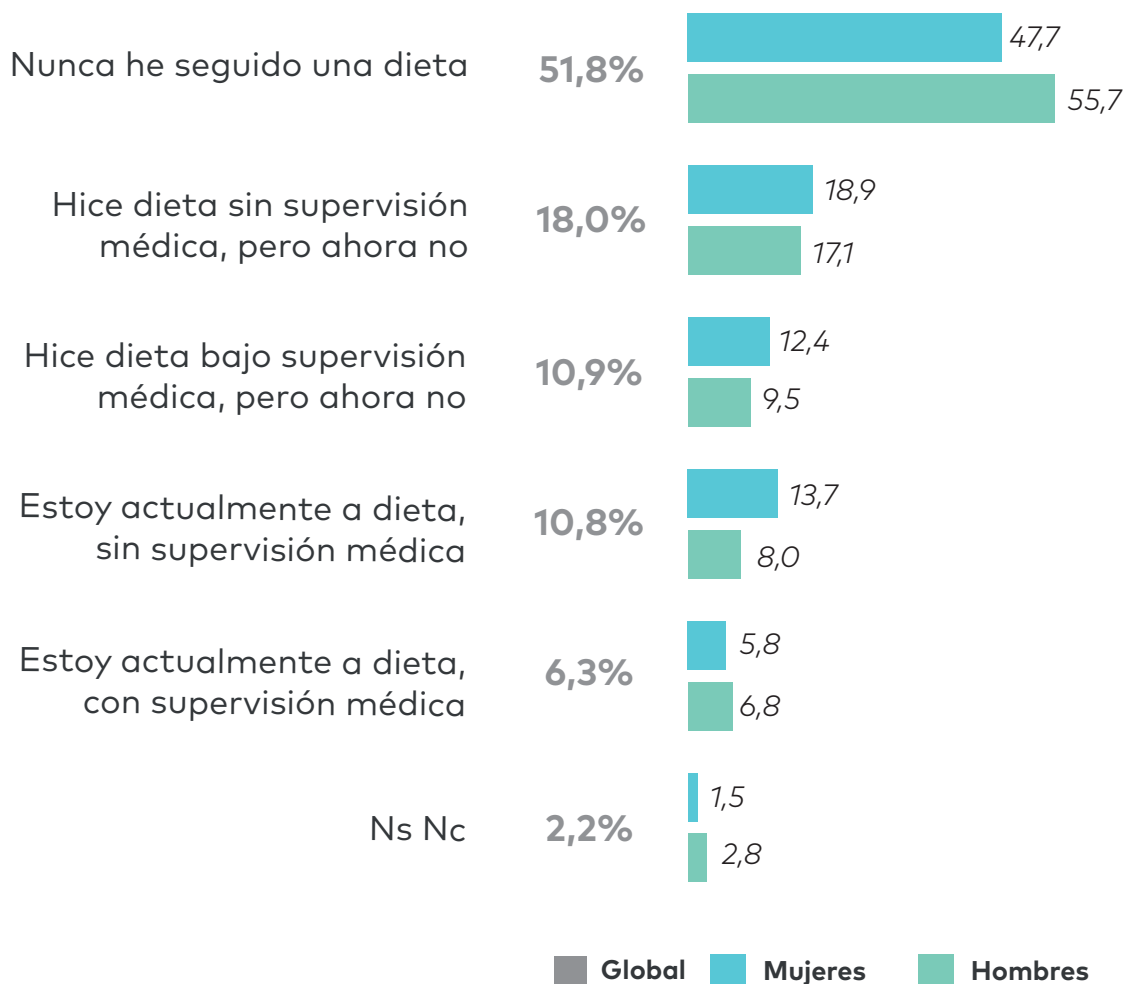
Los hombres consumen más carne, mientras que las mujeres consumen más verduras y fruta fresca

### Respecto a 2017

Disminuye el consumo frecuente de los principales grupos de alimentos (carnes, cereales, leches y derivados).

## ¿HAS SEGUIDO O SIGUES EN LA ACTUALIDAD ALGÚN TIPO DE DIETA PARA ADELGAZAR O PERDER PESO?

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



### Diferencias significativas (P<0,05)

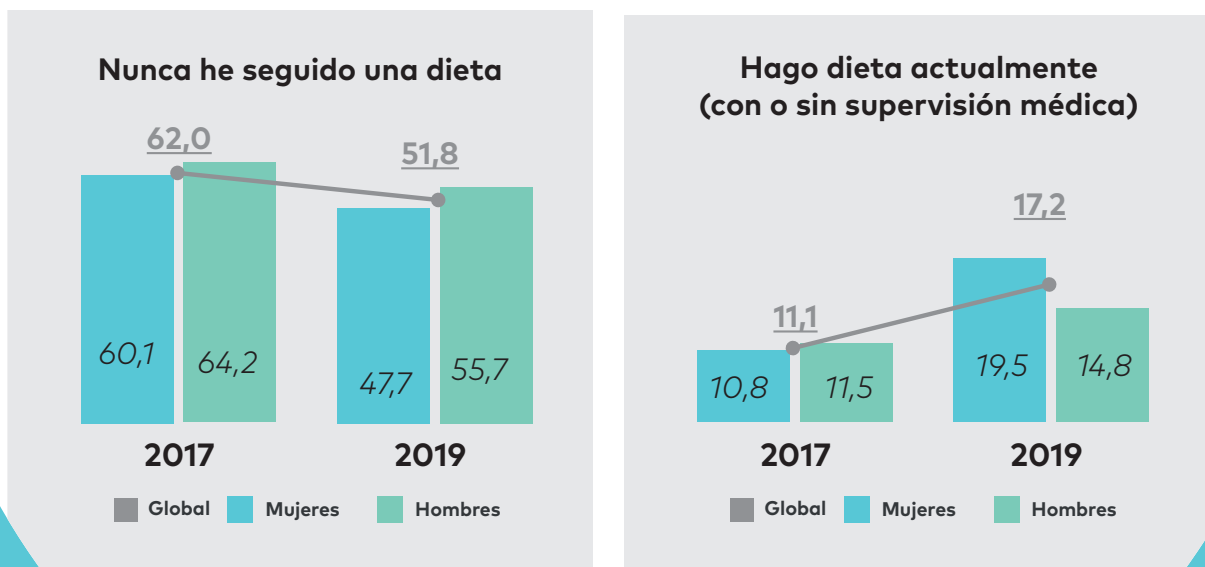
Los hombres, las personas entre 15 y 19 años y estudiantes son los grupos con menos propensión a seguir algún tipo de dieta

## ¿Cuáles son los principales cambios respecto al 2017? EVOLUCIÓN 2017-2019

- ◇ Si bien disminuye la proporción de jóvenes que nunca han seguido una dieta (del 62% al 58,2%), con un descenso algo mayor entre las mujeres, las dietas siguen siendo ligeramente más frecuentes entre mujeres en 2017 y 2019.
- ◇ Aumenta el número medio de dietas iniciadas.

### ¿HAS SEGUIDO O SIGUES EN LA ACTUALIDAD ALGÚN TIPO DE DIETA PARA ADELGAZAR O PERDER PESO?

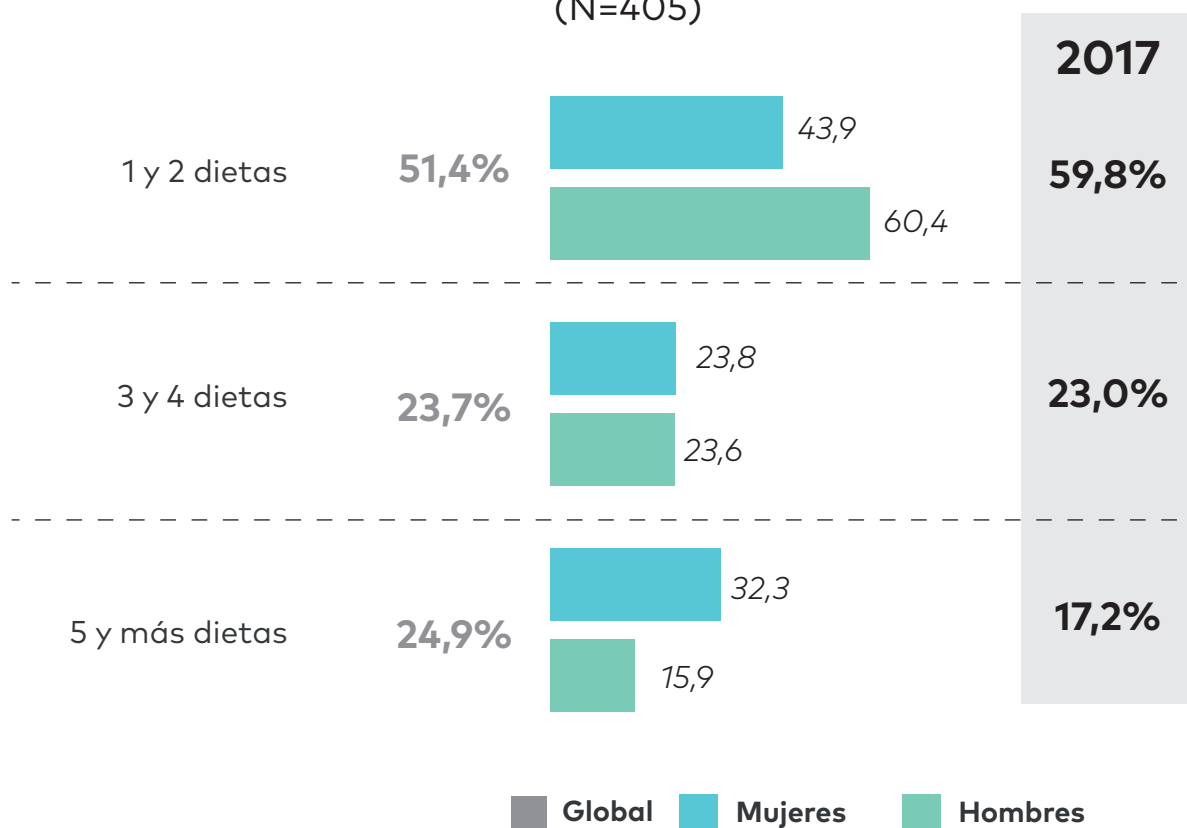
Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)





## ¿CUÁNTES VECES COMENZASTE UNA DIETA?

Datos en %. Base: siguen o han seguido alguna dieta, excluidos NS/NC (N=405)



### Diferencias significativas (P<0,05)

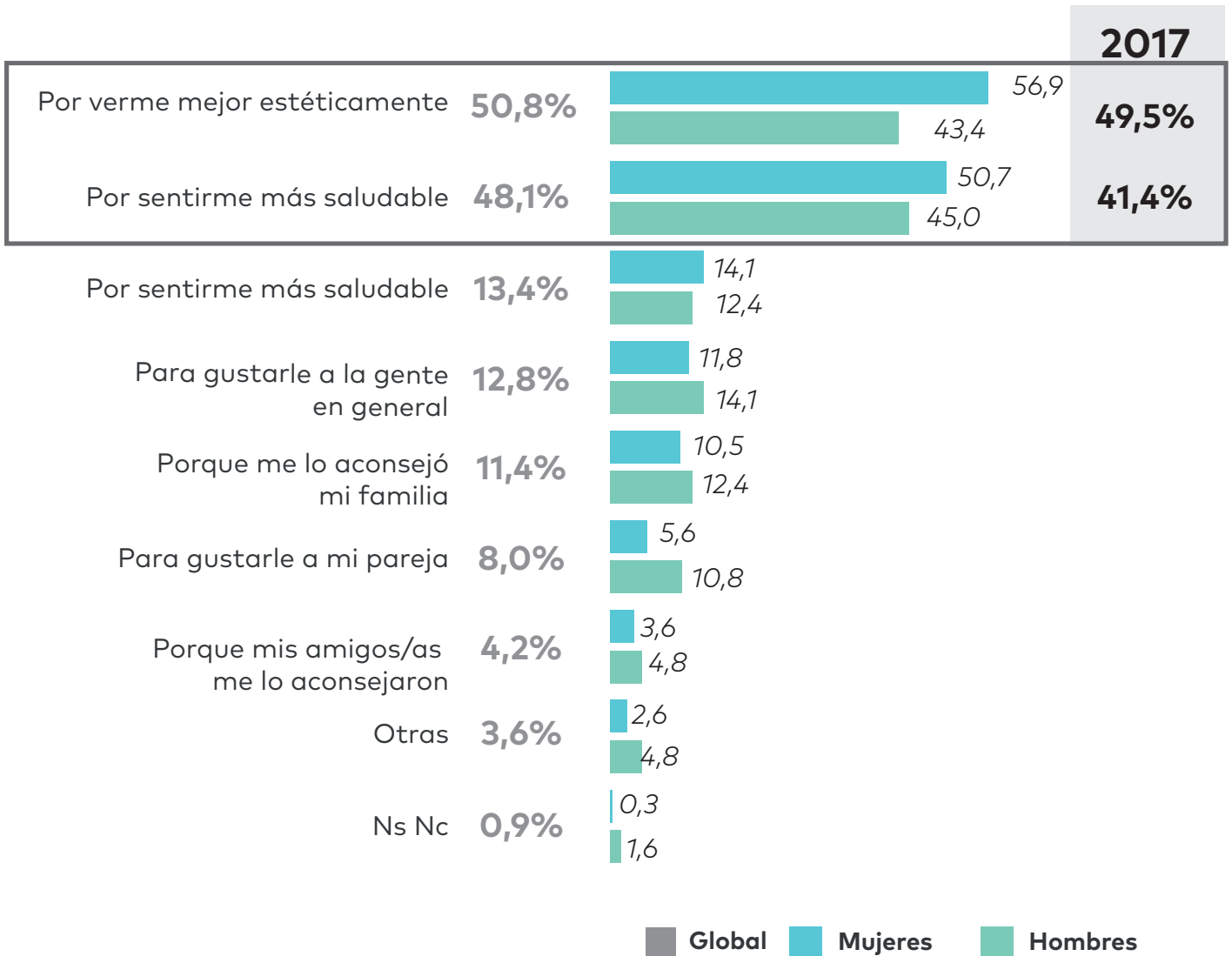
Los hombres suelen realizar 1 o 2 dietas, mientras que un tercio de las mujeres realizan 5 o más.

### Respecto a 2017

Aumentan las personas que realizan 5 o más dietas, mientras que disminuyen quienes realizan 1 o 2.

## ¿QUÉ MOTIVOS TE LLEVARON A INICIAR UNA DIETA?

Datos en %. Base: siguen o han seguido alguna dieta (N=553)



### Diferencias significativas (P<0,05)

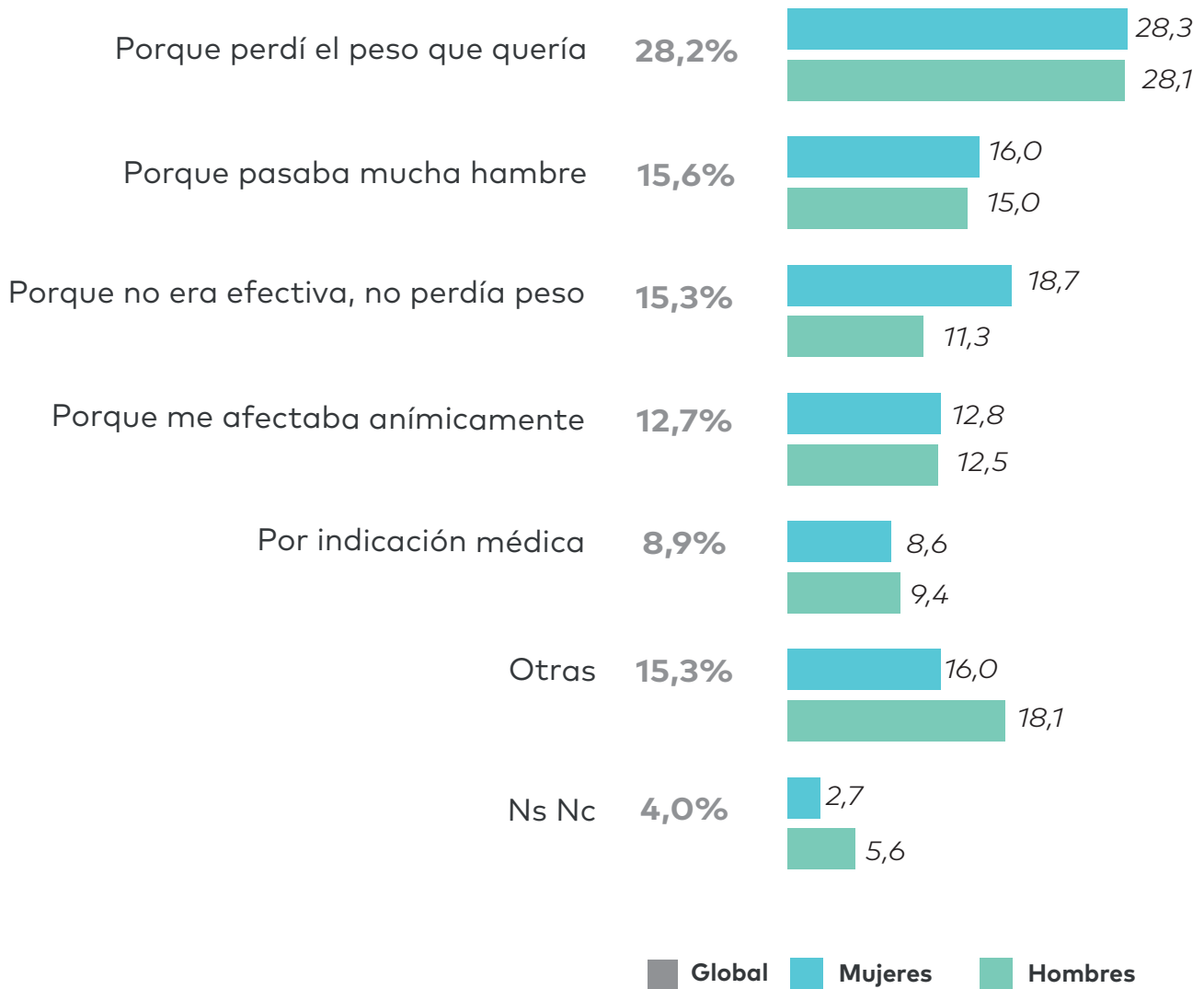
La satisfacción estética y los motivos de salida son más frecuentes entre las mujeres, mientras que entre los hombre destaca la presión del entorno.

### Respecto a 2017

En el periodo 2017-2019 aumenta la proporción de jóvenes que inician una dieta por fines estéticos y de salud, tanto en chicas como en chicos.

### ¿QUÉ MOTIVOS TE LLEVARON A INTERRUMPIR LA DIETA?(\*)

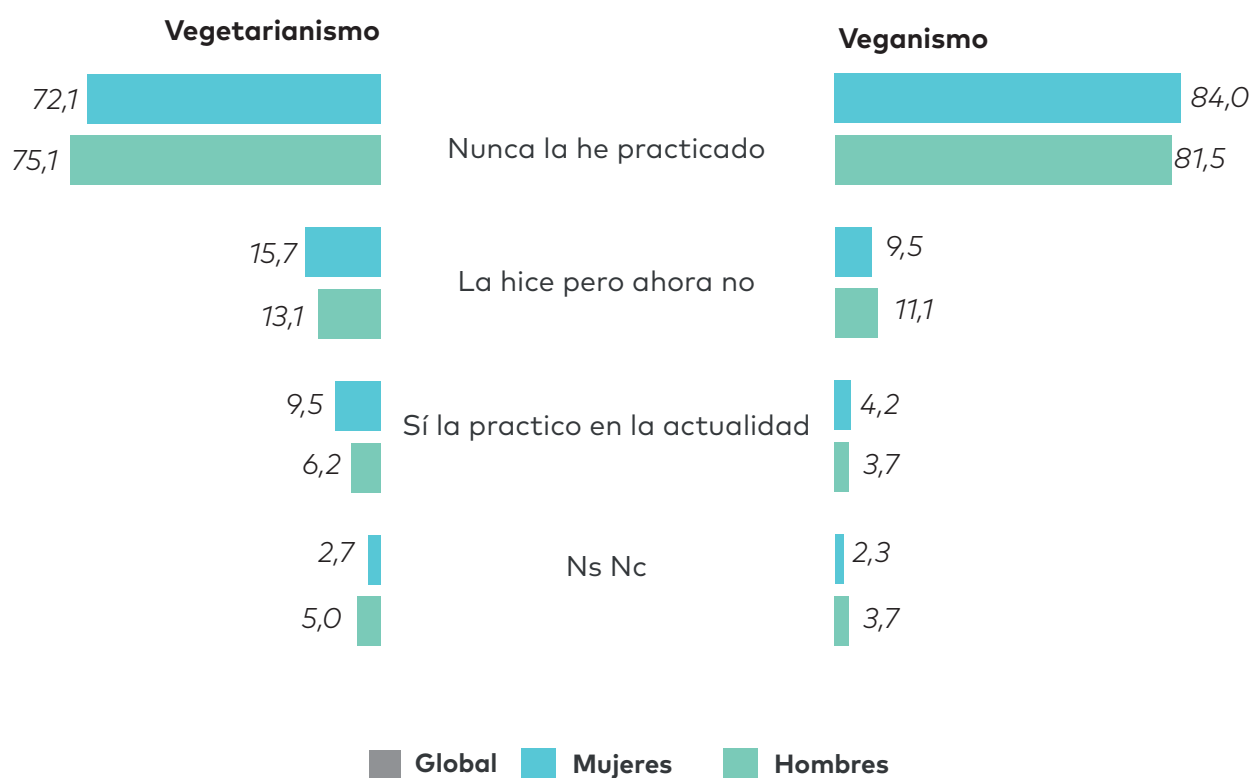
Datos en %. Base: hicieron dieta pero ahora no (N=347)



(\*): No puede compararse con el año 2017 por cambio en la formulación de las opciones de respuesta

## ¿HAS PRACTICADO O PRACTICAS EN LA ACTUALIDAD ALGUNA DE ESTAS DIETAS ALIMENTARIAS?

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



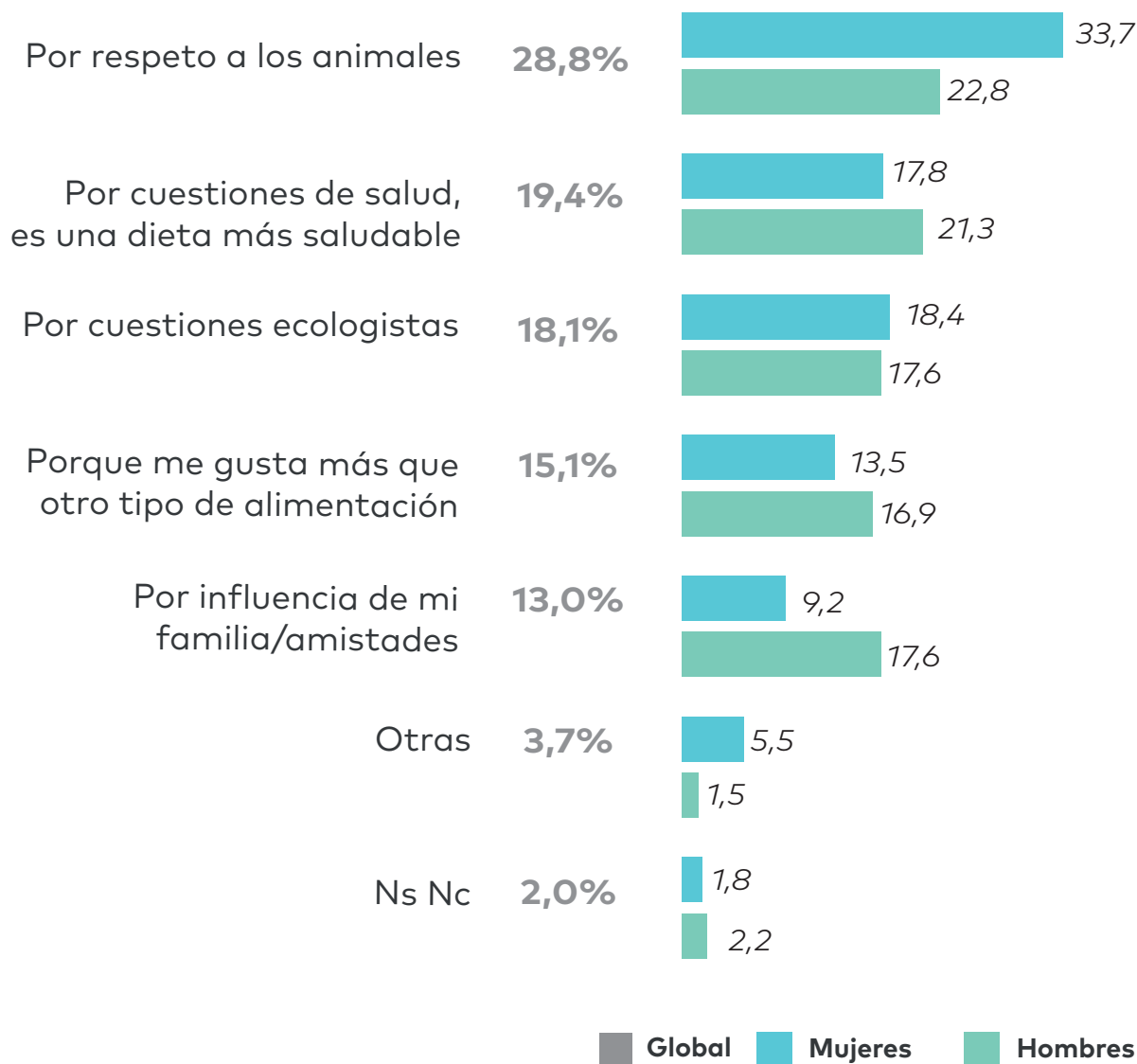
### Diferencias significativas (P<0,05)

El **vegetarianismo** es mayor entre quienes estudian y trabajan y clases media-alta y alta, mientras que el **veganismo** es mayor entre jóvenes muy religiosos.

### MOTIVACIONES INICIO DIETAS ALTERNATIVAS(\*)

Respuesta múltiple. Datos en %.

Base: practican o practicaron dietas alternativas (N=299)



(\*): No comparable con el año 2017 por cambio en la formulación de las opciones de respuesta

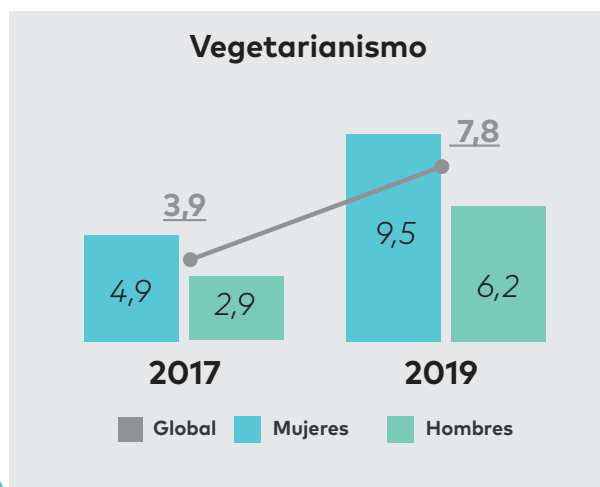
## ¿Cuáles son los principales cambios respecto al 2017? EVOLUCIÓN 2017-2019

Desde el año 2017 aumenta ligeramente la declaración de práctica actual de dietas alternativas, tanto **vegetarianas** como **veganas**.

### ¿HAS PRACTICADO O PRACTICAS EN LA ACTUALIDAD ALGUNA DE ESTAS DIETAS ALIMENTARIAS?

LA PRACTICO EN LA ACTUALIDAD. Datos en %.

Base: total muestra (N=1.200)



## ¿Cómo perciben su imagen corporal?

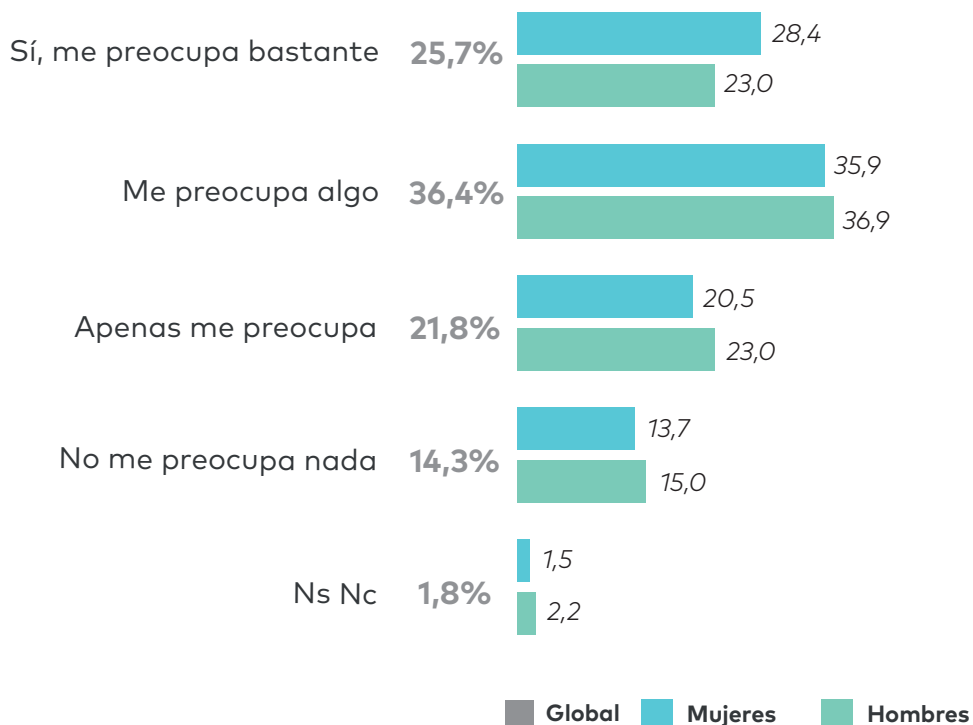
La percepción sobre la imagen corporal, lo que cada persona percibe, piensa y siente sobre su propio cuerpo, no siempre es una representación correcta de la realidad, pero arroja elementos importantes para conocer el grado de importancia que para ellas y ellos tiene este aspecto. Por ello consultamos en qué medida les preocupa su imagen externa, lo que los demás piensan sobre su aspecto físico.

Hasta un 36% de jóvenes sostiene que **apenas le preocupa (21,8%)** o que **no le preocupa nada (14,3%)** lo que los demás piensan sobre su aspecto físico, mientras que a una mayoría, **6 de cada 10 jóvenes, esta cuestión les preocupa algo (36,4%) o bastante (25,7%)**. Las mujeres declaran tener mayor preocupación por la imagen física que los hombres.

Y ¿Cómo se perciben en relación a su peso? Una amplia mayoría (41,8%) consideran que se ubican en su peso correcto, sin diferencias significativas según género; ellas tienden –en mayor medida que los hombres– a percibirse con algo de sobrepeso, mientras que ellos tienden a sentir que están algo más por debajo del peso esperado. En esta misma línea se ubican las posiciones respecto al peso ideal: a una mayoría de chicas y chicos, **6 de cada 10 mujeres y 4 de cada 10 hombres, les gustaría pesar menos**.

### ¿TE PREOCUPA TU IMAGEN EXTERNA, LO QUE LOS DEMÁS PIENSAN DE TI POR TU ASPECTO FÍSICO?

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



## ¿CÓMO TE DESCRIBIRÍAS EN RELACIÓN A TU PESO? DIRÍAS QUE ESTÁS...(\*)

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



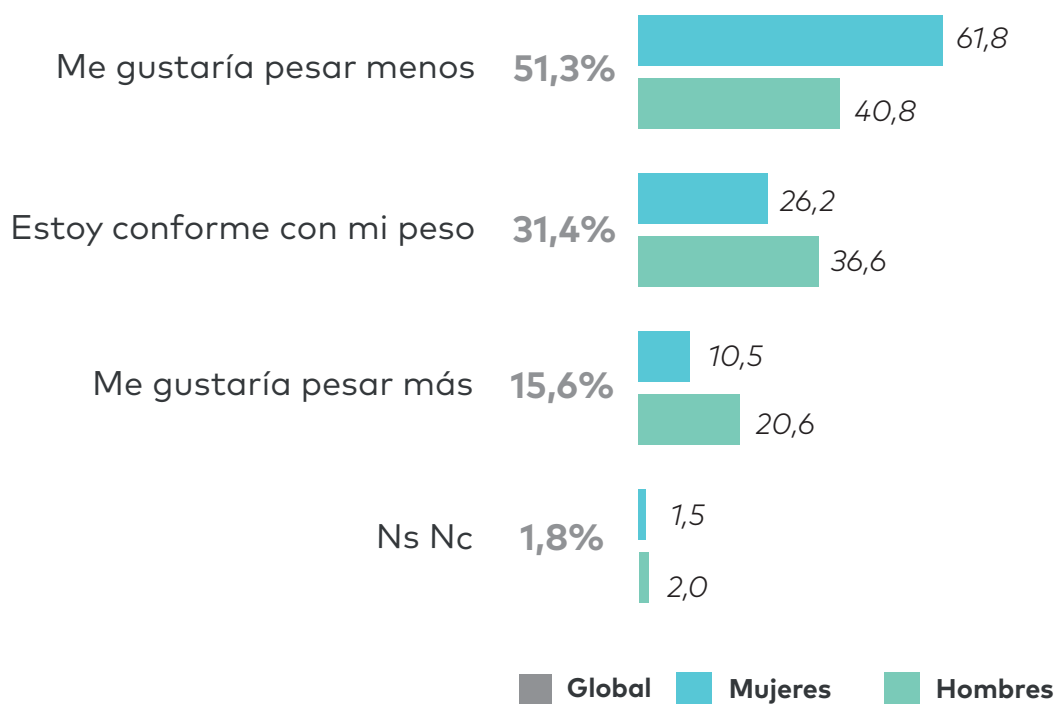
(\*): No puede compararse con el año 2017 al tratarse una pregunta de nueva incorporación

### Diferencias significativas (P<0,05)

Mayor sobrepeso y obesidad entre mujeres y clases media-baja y baja



**PENSANDO EN TU PESO, DIRÍAS QUE...**  
Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



**Diferencias significativas (P<0,05)**

Mayor percepción de la necesidad de pesar menos entre mujeres y clases baja y media-baja

## ¿Cuáles son los principales cambios respecto al 2017?

### EVOLUCIÓN 2017-2019

- ◇ Aumenta la cifra de jóvenes que declaran una alta preocupación por lo que los demás piensan sobre su imagen externa, el aumento más significativo viene de la mano de los chicos.
- ◇ Desciende la proporción de jóvenes a quienes les gustaría pesar menos, del 57% al 51,3%, descenso centrado especialmente entre los hombres.

#### **¿TE PREOCUPA TU IMAGEN EXTERNA, LO QUE LOS DEMÁS PIENSAN DE TI POR TU ASPECTO FÍSICO?**

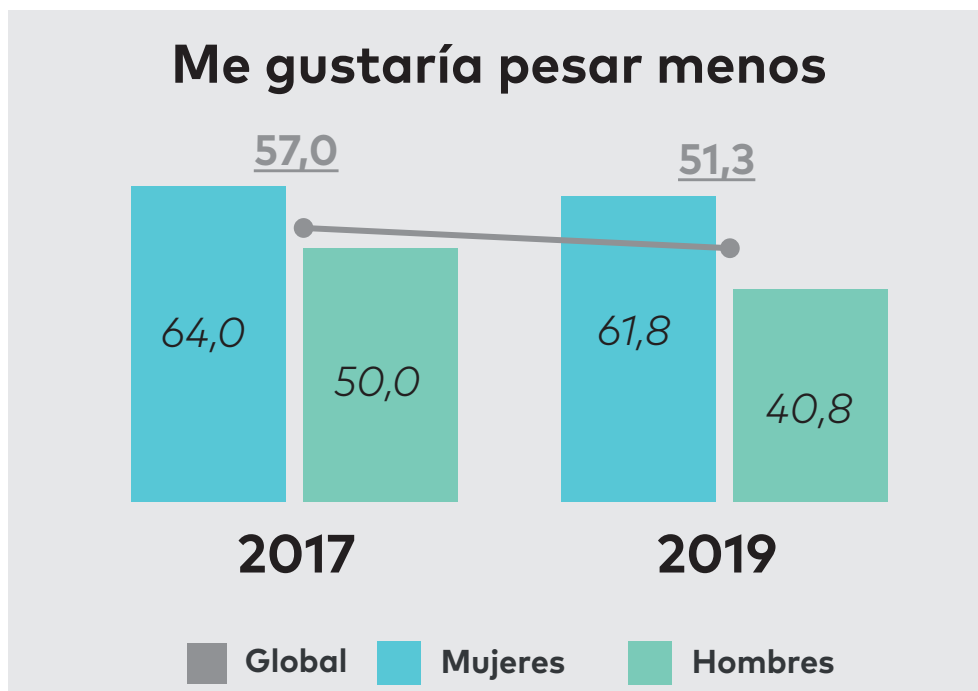
Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



¿Cuáles son los principales cambios respecto al 2017?  
EVOLUCIÓN 2017-2019

***PENSANDO EN TU PESO, DIRÍAS QUE...***

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



# 3. BIENESTAR, SATISFACCIÓN VITAL Y ESTRÉS

## SITUACIONES DE ESTRÉS

### ¿Qué aspectos de la vida cotidiana les generan mayor estrés?

El trabajo y/o los estudios pueden llegar a ocupar una parte importante del tiempo y de la dedicación en la vida diaria de las y los jóvenes. En un momento de transición hacia la vida adulta, los cambios generados por la culminación de los estudios o por el tránsito hacia el mercado laboral pueden llegar a generar un alto nivel de estrés. Los resultados del barómetro señalan que **para 5 de cada 10 chicas y para 4 de cada 10 chicos, el ámbito que mayor estrés genera es el laboral o de estudios.**

La independencia o autonomía económica que deviene con este momento de transición también plantea un escenario de preocupación: **para el 46,7% de chicas y el 27,6% de chicos, la situación económica** es la segunda fuente de alto estrés juvenil.

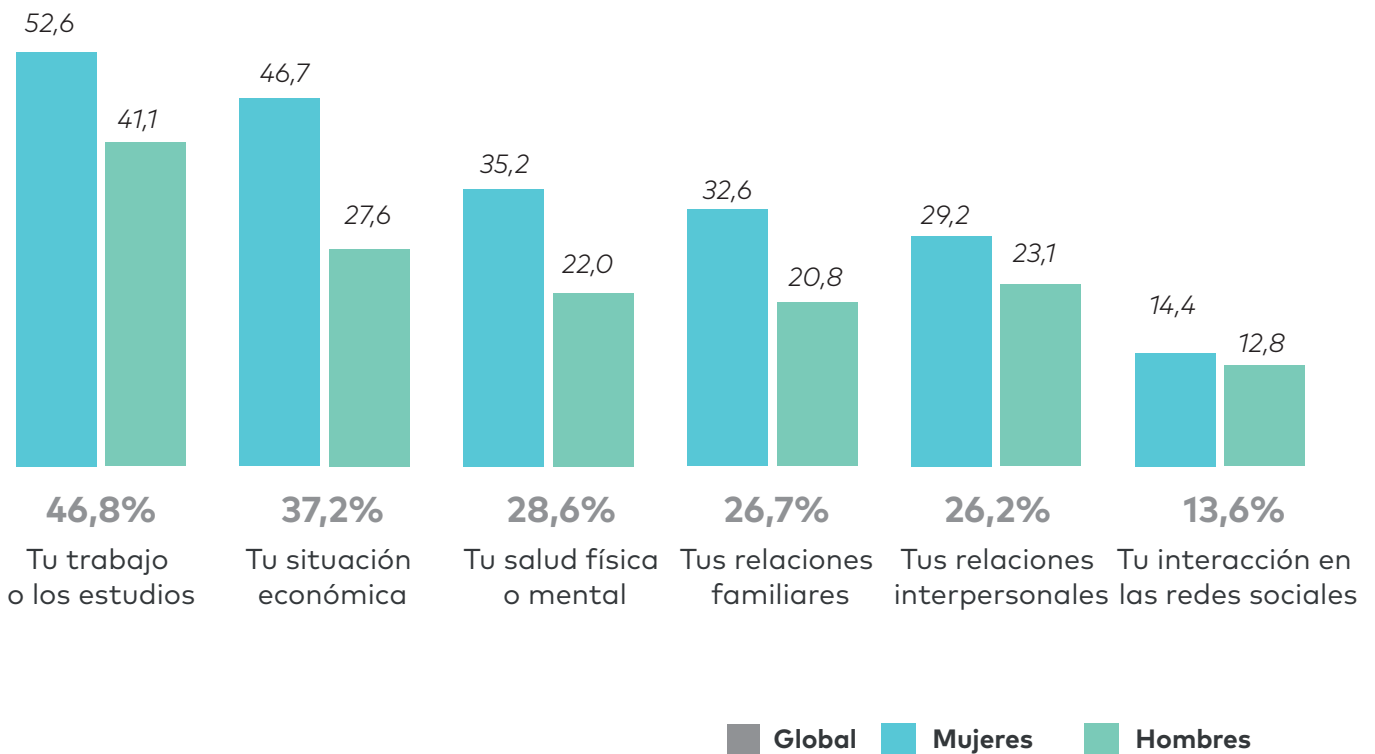
**La salud física y mental preocupa a casi 3 de cada 10 jóvenes (28,6%),** mientras que las relaciones familiares y otras relaciones interpersonales preocupan a algo más de un cuarto de jóvenes (26,7 y 26,2% respectivamente). La preocupación por la interacción en redes sociales es más reducida (13,6%).

**Ser mujer es un factor diferencial en la vivencia del estrés:** ellas reportan significativamente mayor sensación de estrés que sus pares varones hasta en 5 de los 6 ítems consultados.

## ASPECTOS DE LA VIDA DIARIA QUE GENERAN ALTO GRADO DE ESTRÉS

Resultados agrupados de ALTO ESTRÉS (7-10). Escala original de 0 (nada estresado/a) a 10 (muy estresado/a).

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



### Diferencias significativas (P<0,05)

Mayor preocupación general entre las mujeres, jóvenes con estudios secundarios, en paro y de clase media-baja y baja. Las relaciones personales e interpersonales preocupan más en jóvenes de más de 20 años

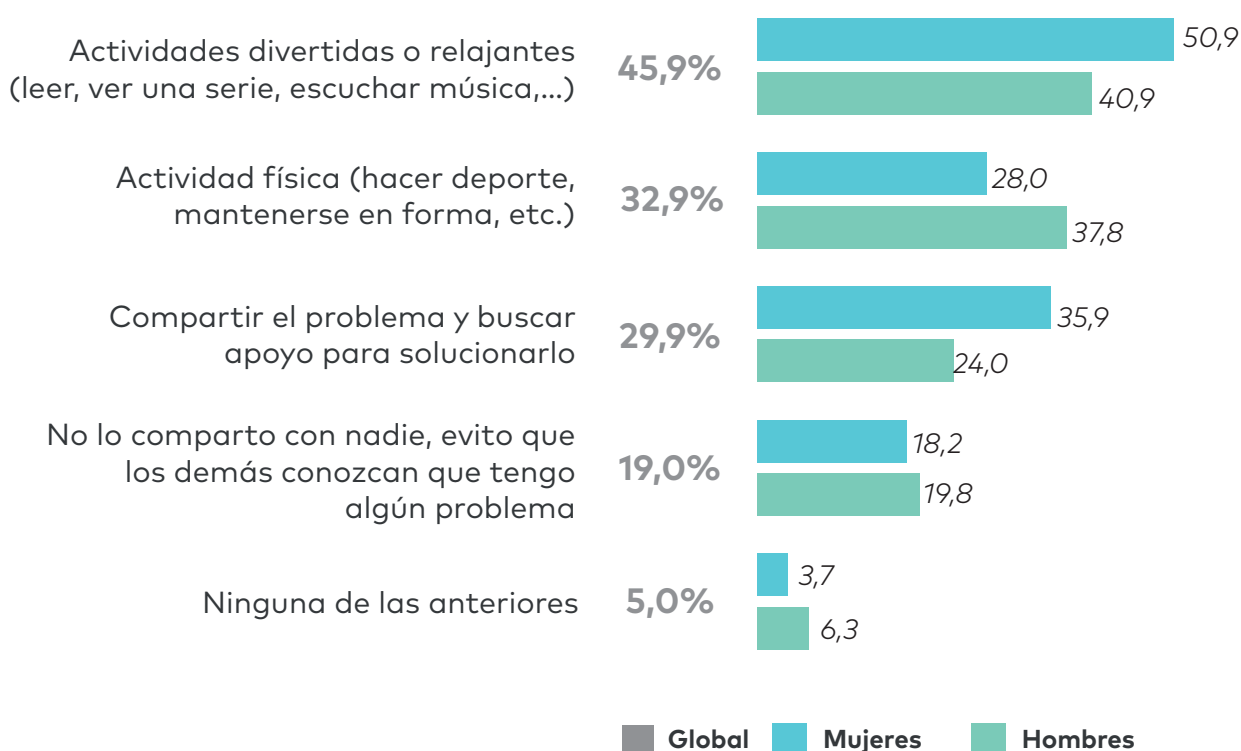
## ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento ante las situaciones de estrés?

Tanto chicas como chicos recurren a diferentes estrategias de afrontamiento que les permiten gestionar los eventos estresantes de la vida diaria y las distintas emociones asociadas a ellos. Las estrategias planteadas no intentan abarcar el amplio espectro de posibilidades, pero nos permite tener un primer acercamiento.

- ◇ Una gran parte de las estrategias que tanto chicas como chicos adoptan están relacionadas con el afrontamiento activo, es decir, a través de realizar **actividades divertidas o relajantes** (más frecuente en chicas) o bien de realizar **actividades físicas**, hacer deporte o mantenerse en forma (más frecuente en chicos). Es importante señalar que la adopción de pautas y hábitos saludables, aún como medida de paliar el estrés, es beneficiosa para la salud física, mental y emocional de adolescentes y jóvenes.
- ◇ El afrontamiento más funcional, **compartir el problema y buscar apoyo para solucionarlo**, es mencionado por 3 de cada 10 jóvenes. Ellas tienen mayor probabilidad de acudir a esta estrategia para combatir las situaciones de estrés (35,9% chicas; 24,0% chicos).
- ◇ Hasta 2 de cada 10 (19%) jóvenes señalan que **no comparten sus preocupaciones con nadie**, evitando que los demás conozcan sus problemas.

## RECURSOS UTILIZADOS PARA AFRONTAR ALGUNA SITUACIÓN DE ESTRÉS

Respuesta múltiple. Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



### Diferencias significativas (P<0,05)

Entre los hombres destaca la actividad física como forma de afrontar el estrés, mientras que entre las mujeres destacan la búsqueda de apoyo y las actividades divertidas

## SENTIMIENTOS DE SOLEDAD

### ¿Hasta qué punto experimentan sentimientos de soledad?

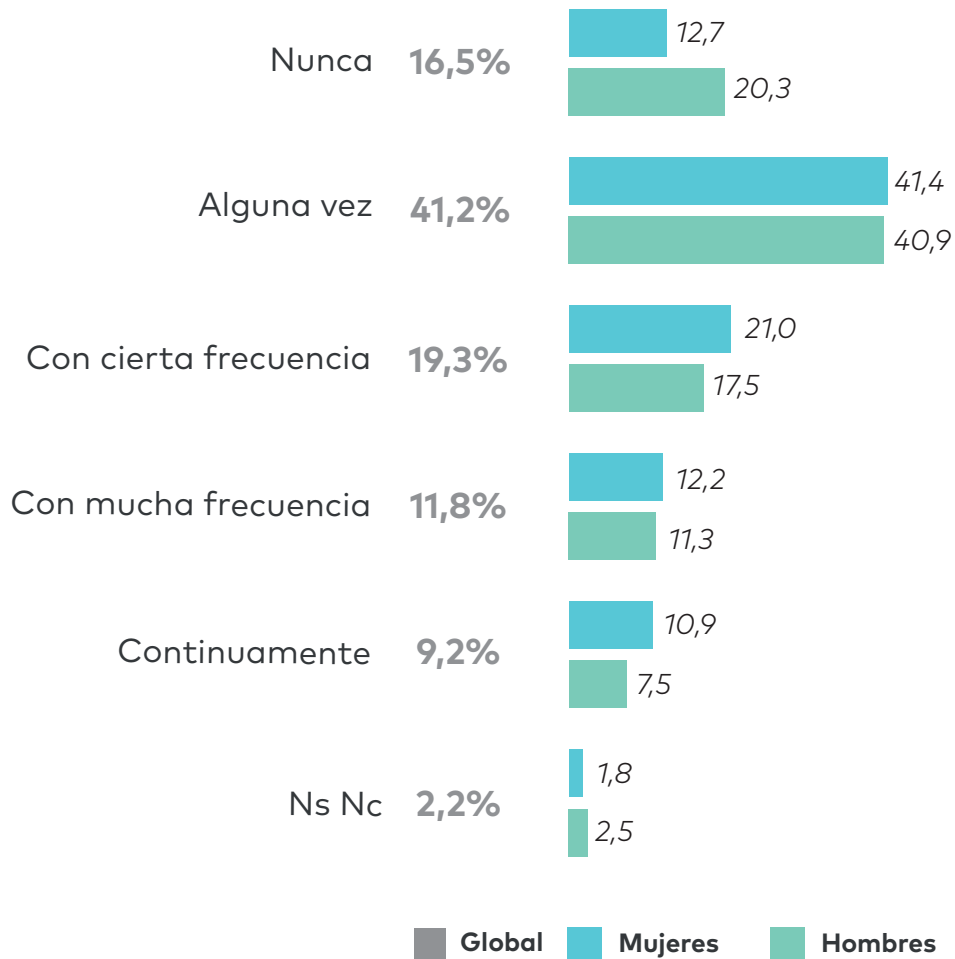
El concepto de soledad suele estar mayormente asociado a las personas de mayor edad y no así a la población más joven. Se ha consultado sobre la percepción de soledad en las y los jóvenes a través de la pregunta ¿Alguna vez te has sentido solo o sola?. Los hallazgos señalan elementos a tener en cuenta:

- ◇ **Un 41,2%, 4 de cada 10, declara haber experimentado alguna vez sentimientos de soledad;** casi un 20% señalan que con cierta frecuencia y un 21% de manera más reiterada (con mucha frecuencia + continuamente). Ellas experimentan significativamente más situaciones de soledad que ellos: son más los chicos (20,3%) que las chicas (12,7%) que declaran no haber sentido nunca este sentimiento de soledad.
- ◇ Las situaciones de soledad con las que más se identifican, muestran que **hasta 3 de cada 10 declara sentirse excluido, que no "encaja", o bien, que no se siente comprendido/a** y aproximadamente 1 de cada 4 declara experimentar sensaciones de aislamiento social (no tener a nadie con quien hablar). Ellas declaran significativamente estar más identificadas con todas las situaciones de soledad expuestas que sus pares varones.



### ¿ALGUNA VEZ TE HAS SENTIDO SOLO/A?

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)

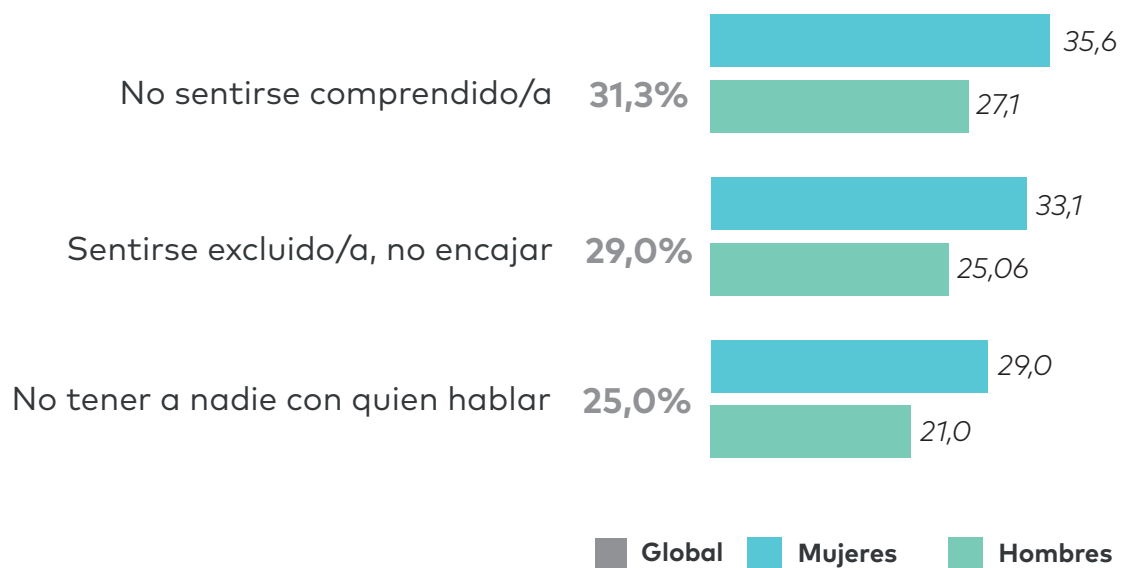


#### Diferencias significativas (P<0,05)

Mayor sensación de soledad en clases bajas y media baja, así como entre quienes adquirieron la nacionalidad española

### SITUACIONES DE SOLEDAD CON LAS QUE SE IDENTIFICAN

Resultados agrupados de ALTA IDENTIFICACIÓN (7-10). Escala original de 0 (nada identificado/a) a 10 (muy identificado/a). Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



#### Diferencias significativas (P<0,05)

Mayor prevalencia de las situaciones de soledad entre las mujeres.

La incomprensión y exclusión destacan entre los 15 y 19 años, mientras no tener a nadie con quien hablar destaca entre 25 y 29 años.

## SATISFACCIÓN VITAL

### ¿Con qué aspectos vitales encuentran mayor satisfacción?

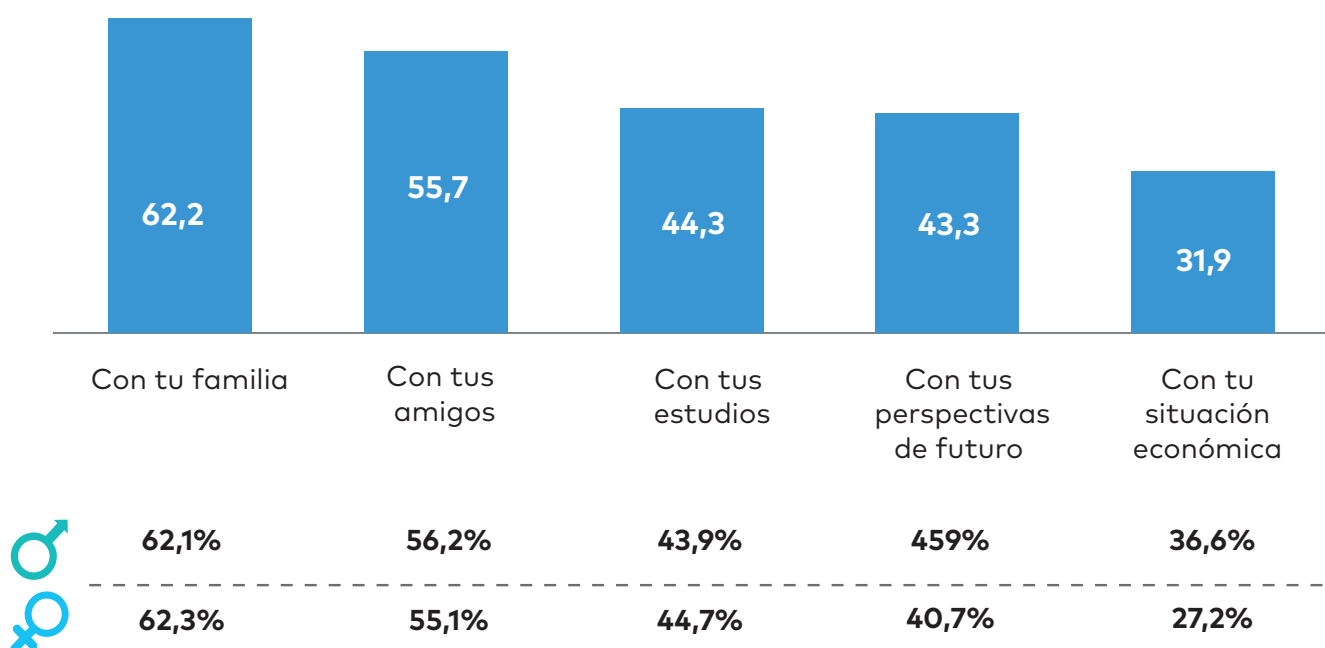
Los altos niveles de satisfacción con diferentes ámbitos de la vida, que se han agrupado en la escala 7-10 de la escala original (0 "nada satisfecho/a" a 10 "muy satisfecho/a"), indican que es **el círculo de relaciones sociales más próximo (la familia y los/as amigos/as)** el que mayor satisfacción genera en la población joven.

El ámbito **laboral o formativo, o las perspectivas de futuro, generan niveles de satisfacción de nivel medio** (entre el 40% y el 45%) y el que **menor satisfacción despierta es la situación económica individual**, siendo significativamente menos satisfactoria para las chicas (27,2%) que para los chicos (36,6%).

Si bien existen muchas diferencias puntuales en estas percepciones de satisfacción se pueden destacar dos variables que conforman un grupo bien definido de jóvenes más satisfechos que la media: los que se declaran muy religiosos y aquellos posicionados en la derecha o extrema derecha de la escala ideológica.

## ¿CUÁL ES TU NIVEL DE SATISFACCIÓN CON LOS SIGUIENTES ASPECTOS DE TU VIDA PERSONAL?

Resultados agrupados de ALTA SATISFACCIÓN (7-10).  
Escala original de 0 (nada satisfecho/a) a 10 (muy satisfecho/a).  
Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



### Diferencias significativas (P<0,05)

Encontramos una **mayor satisfacción** con los diferentes aspectos de la vida personal entre personas **religiosas** e **ideológicamente de derechas**.

La satisfacción con relaciones interpersonales (amigos, familia, etc.) destacan en clases bajas y medias, mientras que la satisfacción con la situación económica, laboral y las perspectivas de futuro destacan entre las clases alta y media-alta. Los **hombres** también suelen estar más satisfechos con su situación económica.

# 4. PERCEPCIONES Y ACTITUDES ANTE EL RIESGO

## COMPENSACIÓN DE RIESGOS

### ¿Qué tipo de comportamientos les compensa más asumir?

Determinadas posiciones sobre una serie de riesgos, pueden suponer un mayor o menor grado de aceptación o normalización de este tipo de comportamientos. Así, sobre una escala de 0 "no compensa en absoluto" a 10 "compensa absolutamente", rescatamos aquellos que suscitan una "alta compensación" (escala 7-10) en las y los jóvenes:

- ◇ **Las prácticas deportes de riesgo** es, de lejos, el comportamiento que más compensa asumir, señalado por 2 de cada 10 jóvenes, seguido de **emborracharse y fumar porros**, (14,6% y 12,6, respectivamente). En el resto de ítems, los niveles de compensación de riesgo se mueven en el orden del 5% y el 9%.

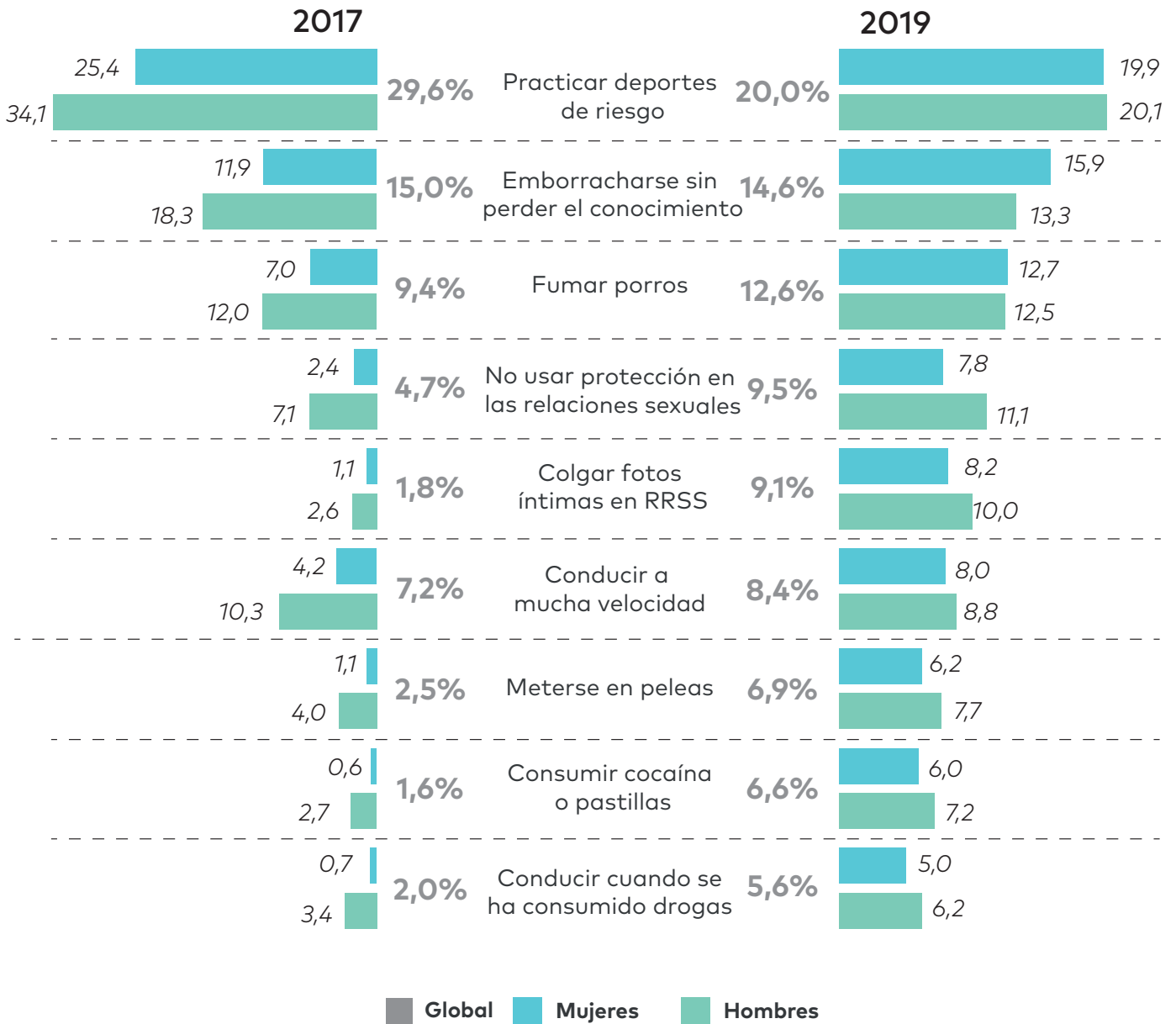
#### Respecto a 2017:

- ◇ Disminuye la percepción de **alta compensación de riesgos** en los dos principales comportamientos mencionados: prácticas de deportes de riesgos y emborracharse, y aumenta para el resto de casos. Una de las subidas más destacables es la compensación en colgar fotos íntimas en las redes sociales, que pasa de 1,8% a un 9,1%.

## COMPORTAMIENTOS DE RIESGO QUE COMPENSA ASUMIR

Resultados agrupados de ALTA COMPENSACIÓN (7-10). Escala original de 0 (no compensa en absoluto) a 10 (compensa absolutamente).

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



### Diferencias significativas (P<0,05)

Los riesgos relacionados con la conducción, las peleas, el consumo de sustancias y no usar protección en las relaciones sexuales son mayores entre los hombres

## PERCEPCIONES SOBRE SEGURIDAD ANTE LOS RIESGOS

### ¿Cuán seguros/as se sienten frente a algunas situaciones de riesgo?

Utilizando la misma escala de 0 "nada seguro" a 10 "absolutamente seguro", consultamos sobre aquellas situaciones de riesgo frente a los cuales sienten menos seguridad (escala 0-3):

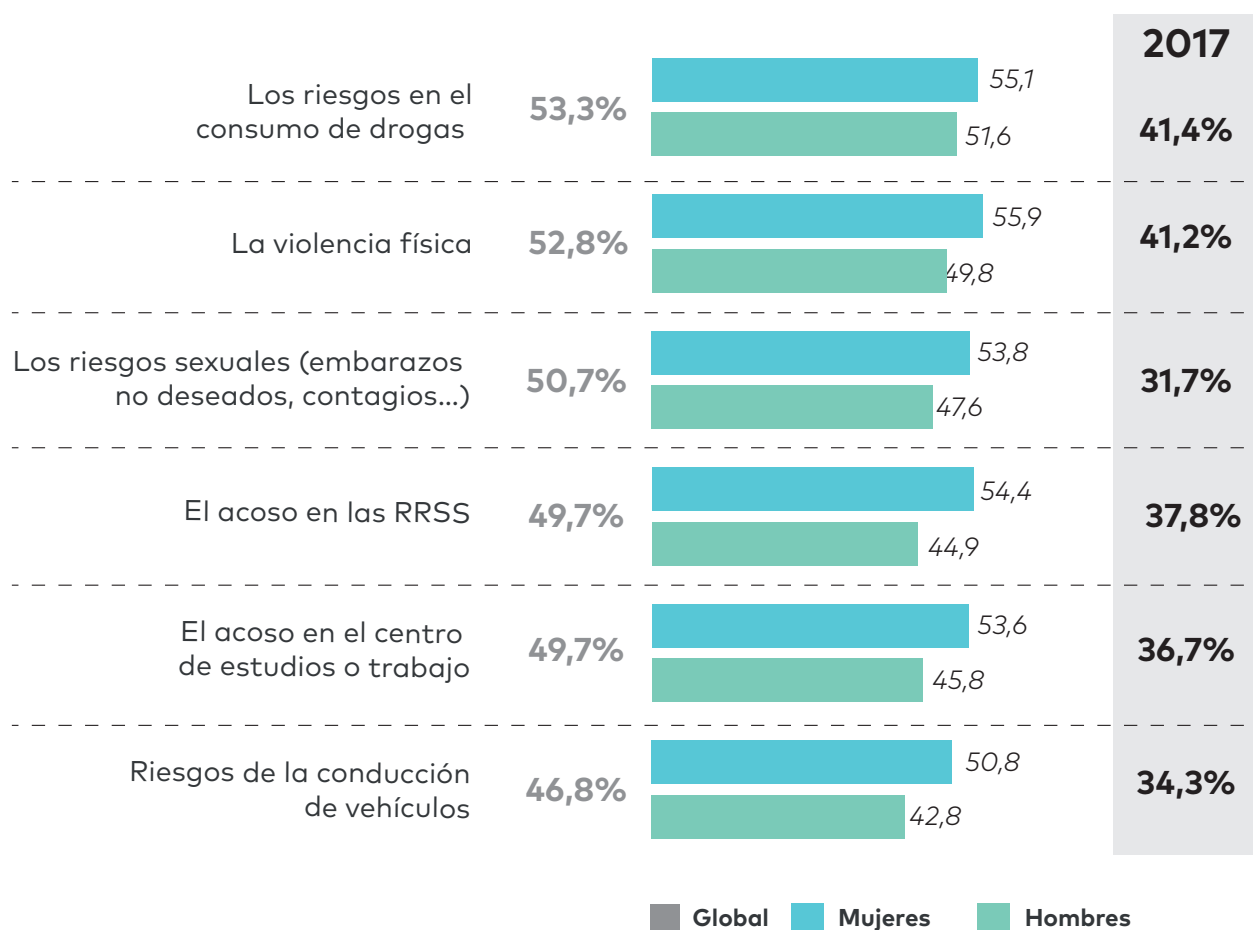
Alrededor del 50% de jóvenes (entre el 46% y 53%) dicen **no sentirse seguros/as** a la hora de afrontar situaciones problemáticas como los riesgos asociados al consumo de drogas, riesgos sexuales, acoso en RRSS, acoso laboral o escolar y a la conducción de vehículos.

#### Respecto a 2017:

- ◇ Aumenta la sensación de **inseguridad** frente a todas las problemáticas consultadas.

### SENSACIÓN DE INSEGURIDAD EN RELACIÓN A ...

Resultados agrupados de INSEGURIDAD (0-3). Escala original de 0 (nada seguro/a) a 10 (absolutamente seguro/a). Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



#### Diferencias significativas (P<0,05)

Mayor sensación de inseguridad entre las mujeres en todos los indicadores



## HÁBITOS DE RIESGO MÁS FRECUENTES

### ¿Cuáles son las prácticas de riesgo más frecuentes?

Esta vez en una escala de 0 "Nunca" a 5 "siempre o casi siempre", les pedimos que indiquen con qué frecuencia han realizado ciertas prácticas de riesgo y con qué frecuencia las han realizado, en su círculo más cercano, sus amigos y amigas. Presentamos aquellas que se declaran con mayor frecuencia (escala 4-5).

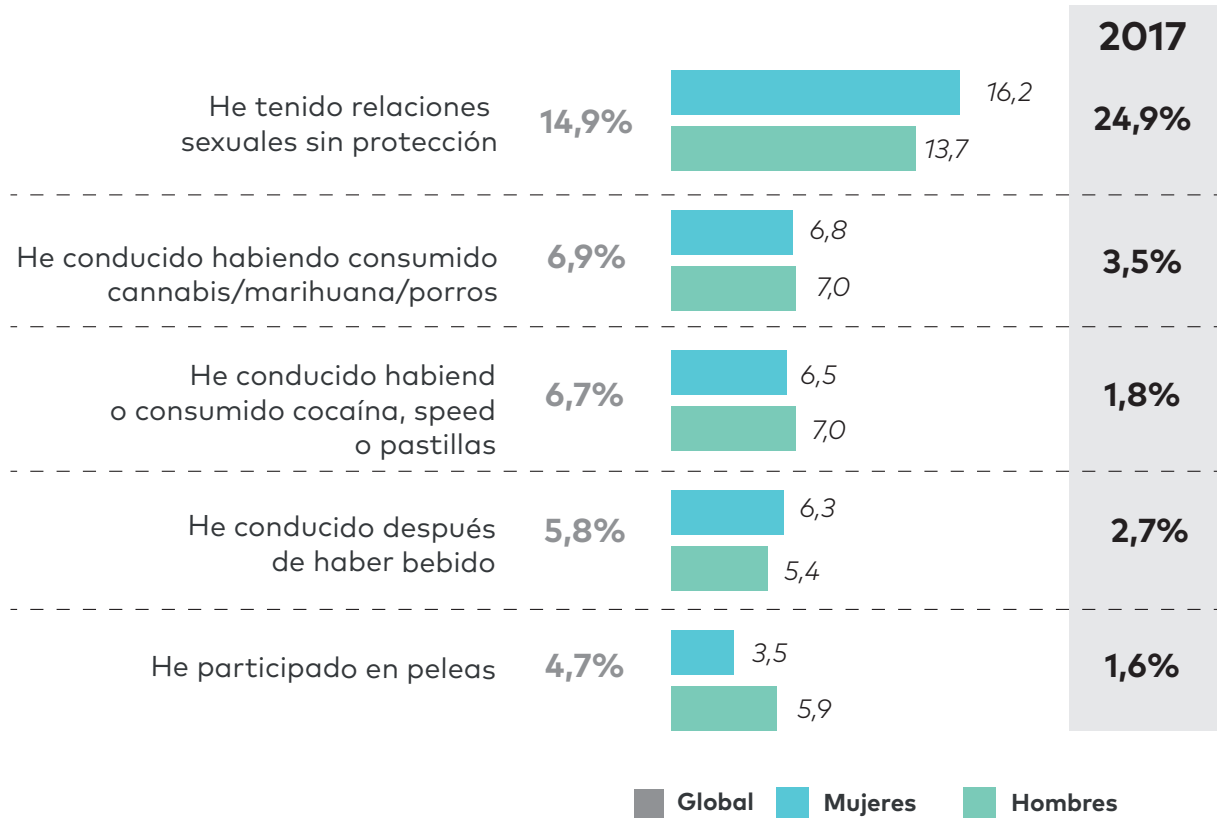
- ◇ La acción de riesgo más frecuente entre jóvenes es la de practicar relaciones sexuales sin protección, declarada en mayor proporción por chicas que por chicos (16,2% chicas; 13,7% chicos). Conducir después de consumir marihuana (6,9%), speed/cocaína (6,7%) o alcohol (5,8%) y participar en peleas (4,7%), son el resto de acciones con menos del 7% de declaraciones. Ésta última, la participación en peleas, es claramente una actividad con mayor representación de chicos que de chicas.
- ◇ Dentro del círculo cercano, las acciones de riesgo más observadas entre amigos y amigas, sigue patrones similares aunque los porcentajes son algo mayores. Las relaciones sexuales sin protección son las más mencionadas (17,6%), principalmente por chicas y, participar en peleas es la tercera más mencionada, principalmente por chicos.

#### Respecto a 2017:

- ◇ En la experiencia personal, desciende la práctica de alta frecuencia en relaciones sexuales sin protección pero suben los porcentajes para el resto de prácticas.
- ◇ Desciende el porcentaje de jóvenes que observa en el círculo cercano relaciones sexuales sin protección y conducción después de consumir marihuana, pero aumenta la participación en peleas.

**PRACTICAS DE RIESGO REALIZADAS CON FRECUENCIA (últimos 6 meses)**

Resultados agrupados de ALTA FRECUENCIA (4-5). Escala original de 1 (nunca) a 5 (siempre o casi siempre). Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)

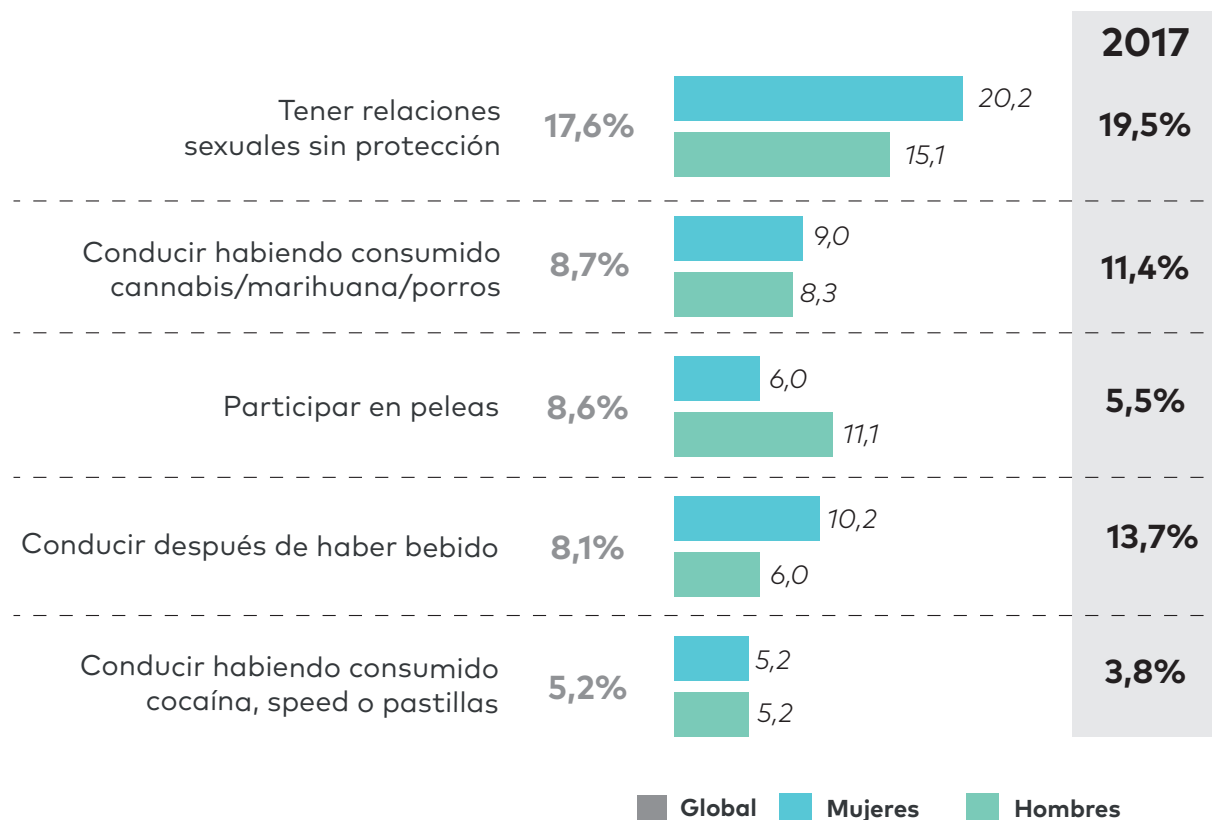


**Diferencias significativas (P<0,05)**

Mayor práctica de relaciones sexuales sin protección entre mujeres y jóvenes de 25 a 29 años. Entre los hombres destaca la participación en peleas

**PRESENCIA FRECUENTE DE PRÁCTICAS DE RIESGO POR PARTE DE AMIGOS/AS (últimos 6 meses)**

Resultados agrupados de ALTA FRECUENCIA (4-5). Escala original de 1 (nunca) a 5 (siempre o casi siempre). Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



**Diferencias significativas (P<0,05)**

Mayor práctica de relaciones sexuales sin protección entre mujeres y jóvenes de 25 a 29 años. Entre los hombres destaca la participación en peleas

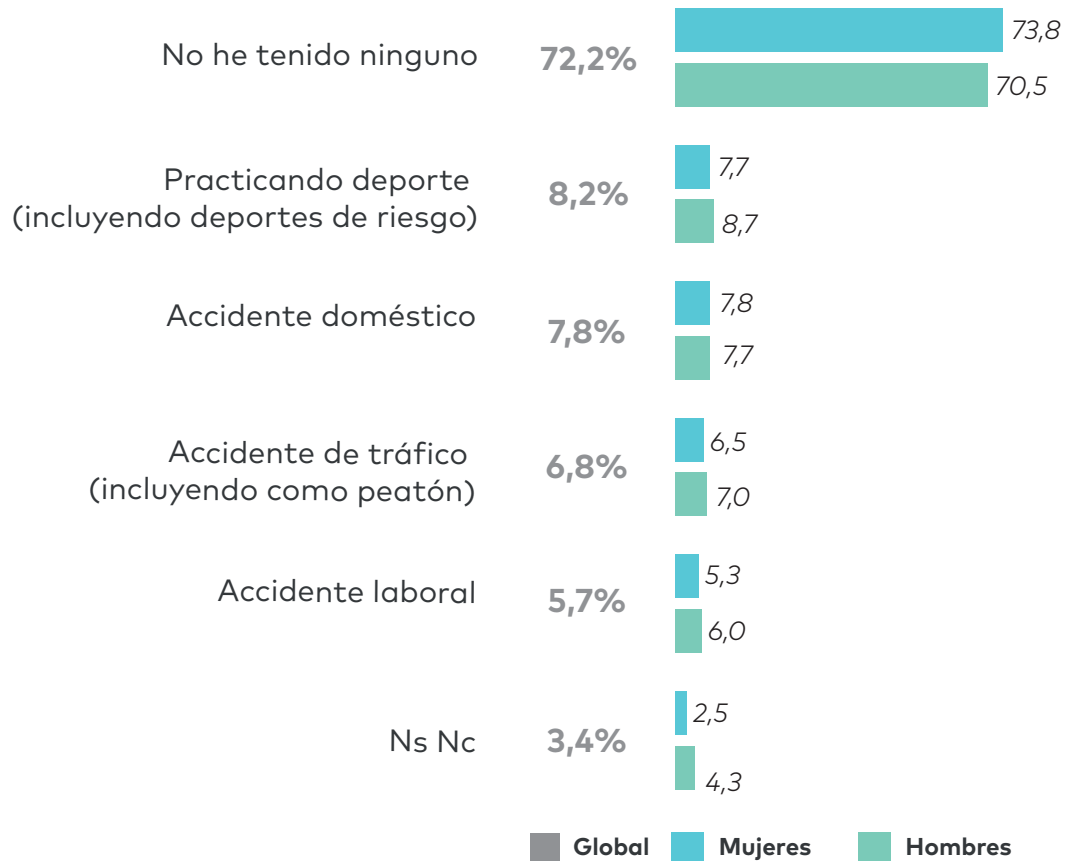
## ACCIDENTALIDAD

Consultamos sobre el nivel de accidentalidad y si estos accidentes requirieron o no algún tipo de hospitalización:

- ◇ Casi un **25%** de los y las jóvenes declara haber **sufrido algún accidente** que haya requerido asistencia médica en los últimos 12 meses. **No hay un tipo principal de accidente vivenciado**, pues se reparten de manera similar entre los debidos a tráfico (6,8%), los provocados por la práctica deportiva (8,2%) o los domésticos (7,8%). Los laborales son algo más minoritarios (5,7%).
- ◇ En el **65,5%** de los casos, tales percances **no requirieron de hospitalización**, es decir, no pueden calificarse como graves.

## ACCIDENTES CON NECESIDAD DE ATENCIÓN MÉDICA (últimos 12 meses)(\*)

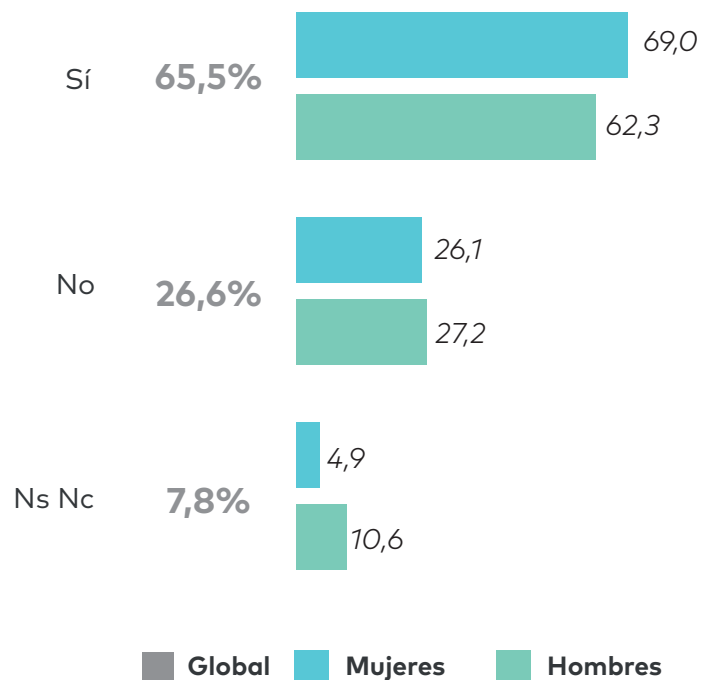
Respuesta múltiple. Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



(\*): No puede compararse con el año 2017 por cambio en la formulación de la pregunta

## ¿ALGUNO DE LOS ACCIDENTES REQUIRIÓ QUE INGRESARAS MÁS DE 24 HORAS EN UN HOSPITAL?(\*)

Datos en %. Base: han tenido accidentes en los últimos 12 meses (N=293)



(\*): No puede compararse con el año 2017 por cambio en la formulación de la pregunta

## 5. PERCEPCIONES SOBRE DECISIONES VITALES

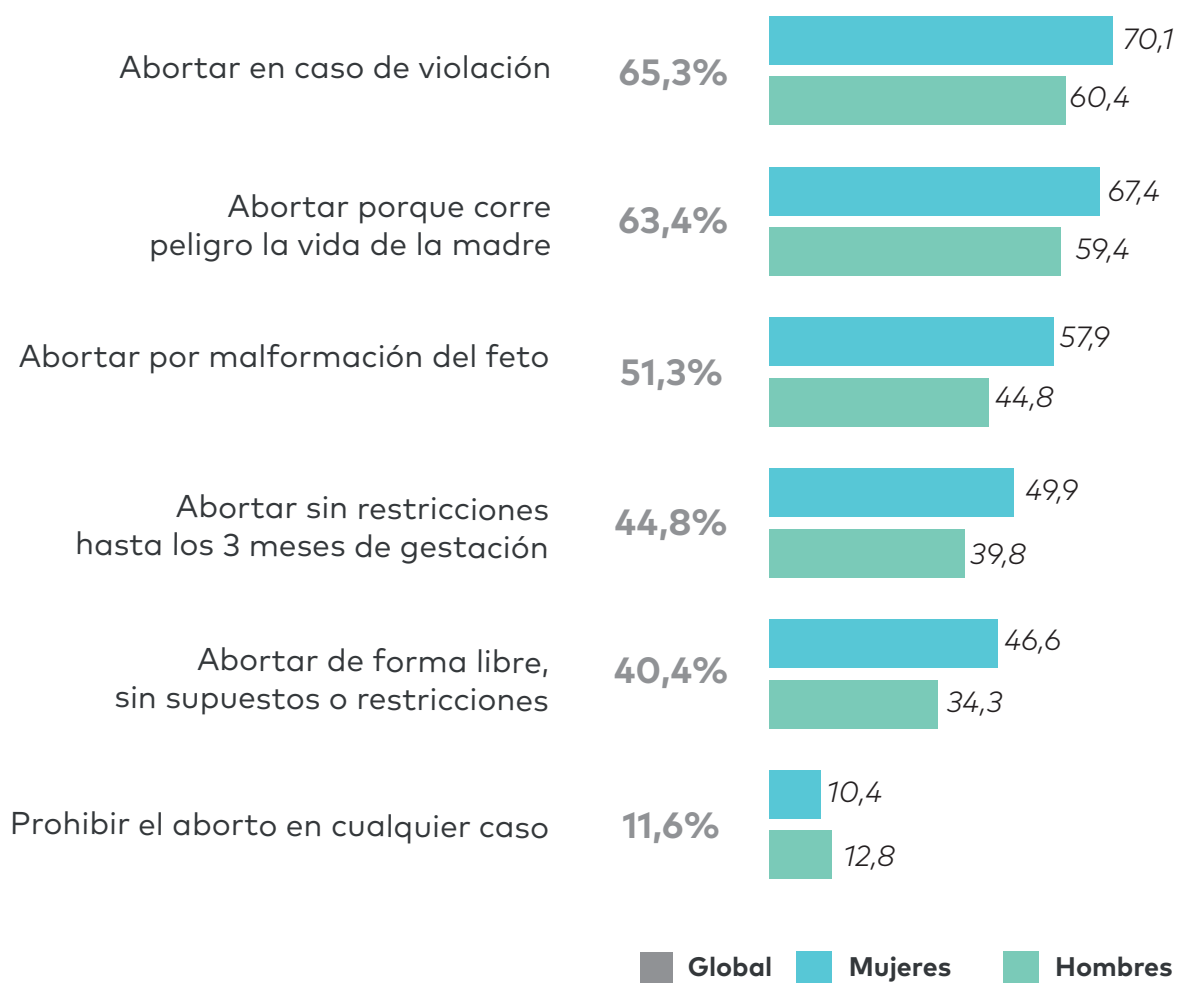
### A FAVOR O EN CONTRA

¿Cómo se posicionan en torno a estas cuestiones?

- ◇ **Entre el 40 y el 65% de jóvenes se posicionan a favor del aborto**, considerando los diferentes supuestos. Ellas se posicionan más a favor de todas las formas de aborto.
- ◇ **La adopción** es la fórmula por la que más se decantarían, en caso de necesidad, para tener hijos/as (37,6% chicas; 18,6% chicos); **la reproducción asistida** en segundo lugar (28,5% chicas; 15,5% chicos). Un 23,4% de chicas optarían por la vitrificación de óvulos.
- ◇ **1 de cada 10 jóvenes consideran que no debería aplicarse la eutanasia en ningún caso**, un 76% de jóvenes está a favor de la eutanasia bajo diferentes supuestos y el 13% prefiere no contestar.

**¿HASTA QUÉ PUNTO TE PARECE ACEPTABLE CADA UNA DE LAS SIGUIENTES SITUACIONES? (\*)**

Resultados agrupados de ALTA ACEPTACIÓN (7-10).  
Escala original de 0 (totalmente inaceptable) a 10 (totalmente aceptable).  
Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



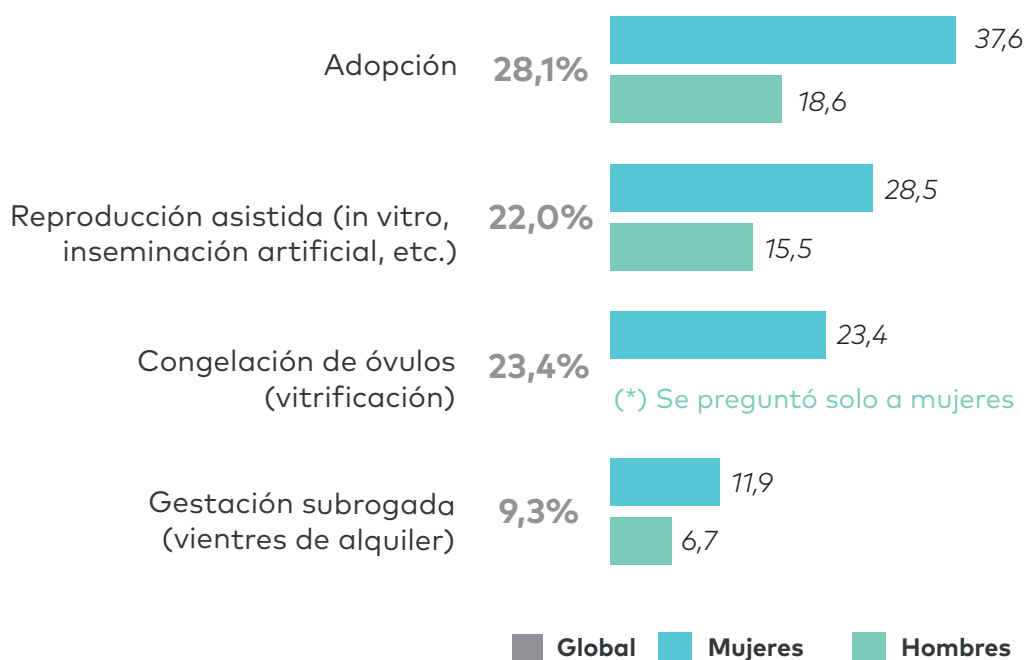
(\*): No se puede comparar con 2017 por cambio en la categorías de respuesta

**Diferencias significativas (P<0,05)**

Mayor propensión a permitir el aborto entre mujeres, personas de izquierdas y poco religiosas

**¿CON QUÉ PROBABILIDAD OPTARÍAS POR LAS SIGUIENTES OPCIONES PARA TENER HIJOS/AS?(\*)**

Resultados agrupados de ALTA PROBABILIDAD (7-10).  
Escala original de 0 (nada probable) a 10 (totalmente probable).  
Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



(\*): No se puede comparar con 2017 por cambio en la categorías de respuesta

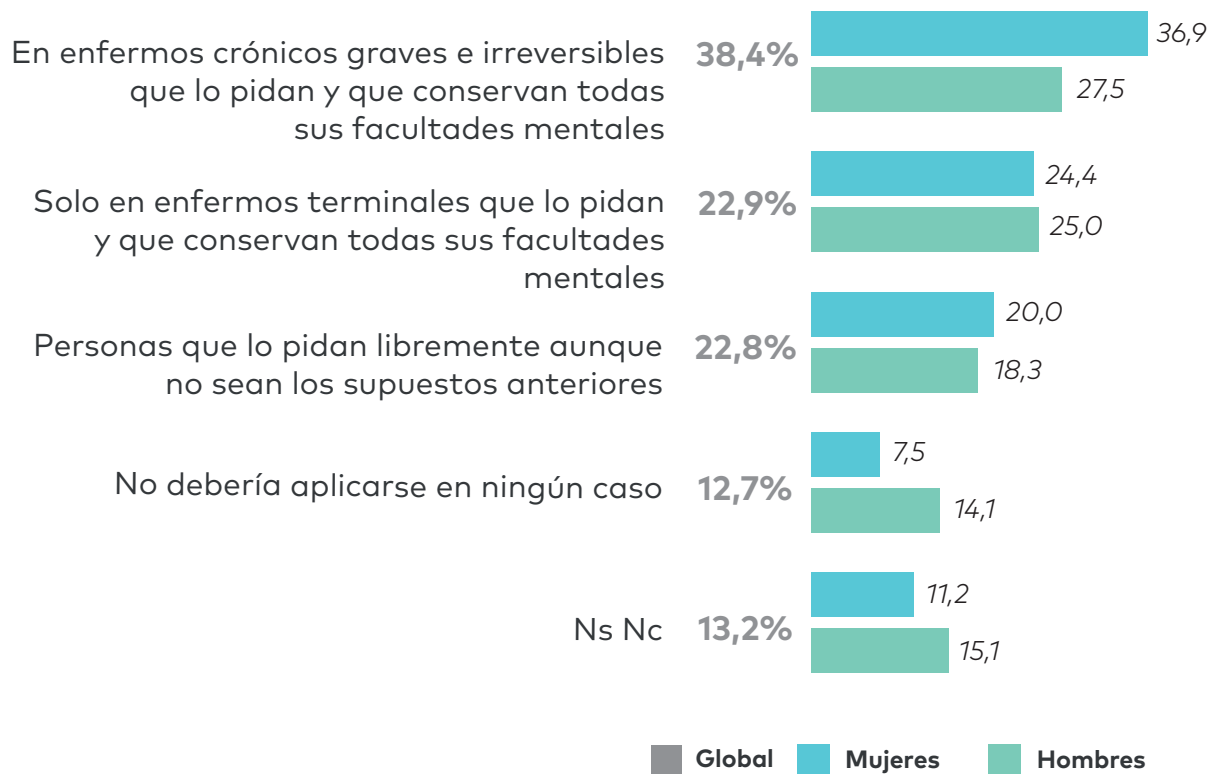
**Diferencias significativas (P<0,05)**

Mayor propensión a usar servicios de reproducción asistida y adopción entre mujeres y personas de más de 20 años



## ¿EN QUÉ SUPUESTOS DEBERÍA APLICARSE LA EUTANASIA?

Datos en %. Base: total muestra (N=1.200)



### Diferencias significativas (P<0,05)

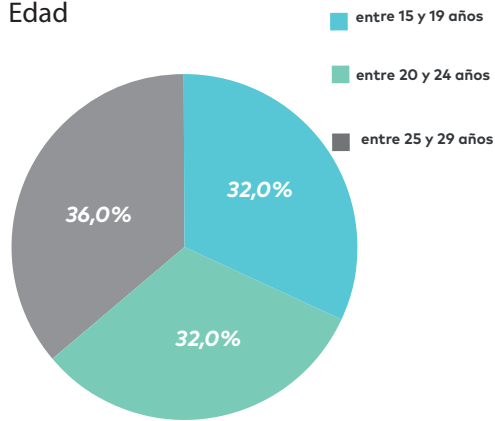
Los hombres, los jóvenes entre 15 y 19 años, las personas religiosas y de derechas son más reacias a la eutanasia

# ANEXO

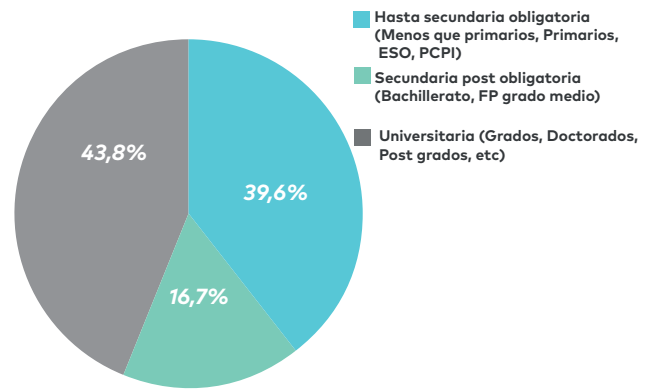
## Características de la muestra

# Características sociodemográficas básicas de la muestra:

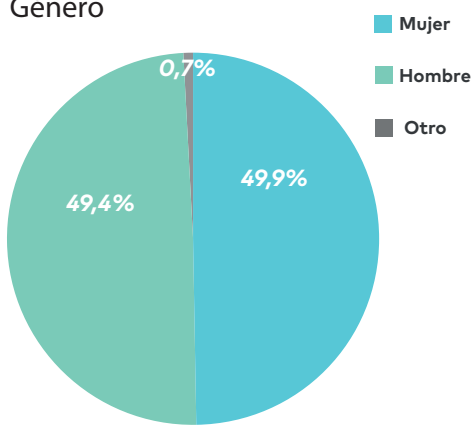
Edad



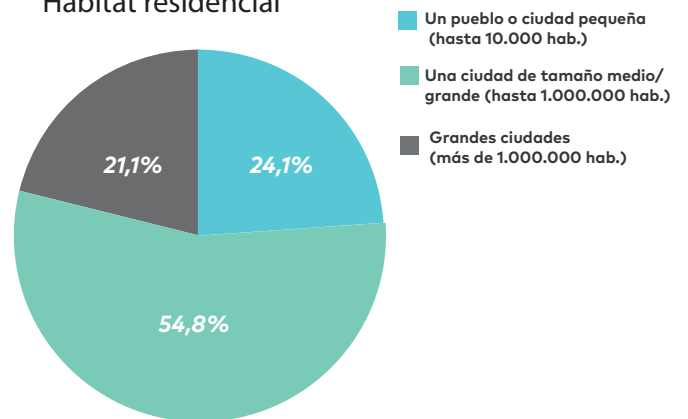
Nivel más alto de estudios alcanzados (agrupada)



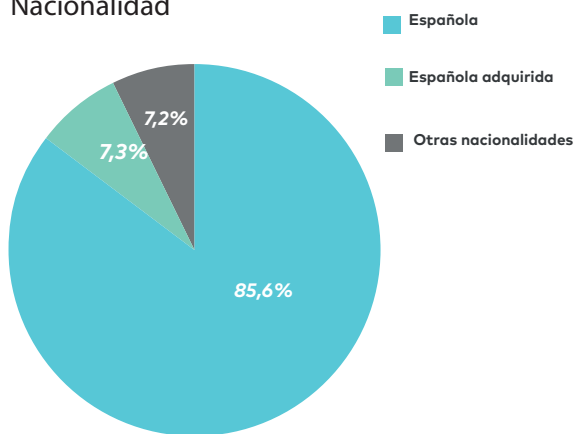
Género



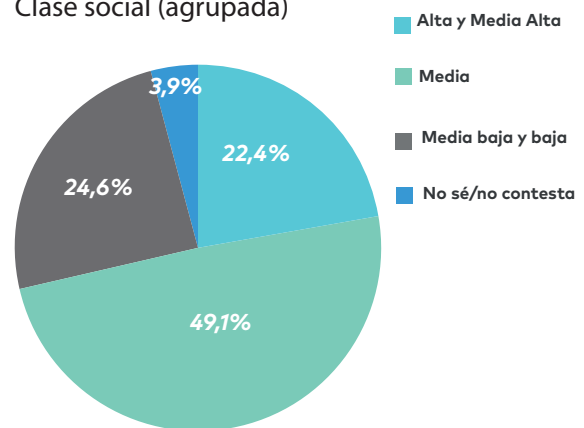
Hábitat residencial



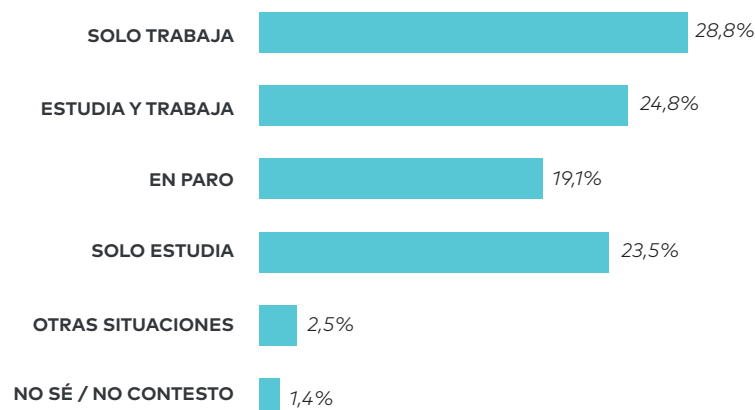
Nacionalidad



Clase social (agrupada)



Actividad (agrupada)



# ANEXO

## Cuestionario

# Barómetro Salud y bienestar (2019)

## CUESTIONARIO

---

### BLOQUE 0. VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

---

**P1. Anota tu edad exacta en años:**

Años: \_\_\_\_\_

**P2. Tu género es:**

Hombre..... 1  
Mujer ..... 2  
Otro ..... 3

**P3. ¿Cuál es tu nacionalidad?**

Español/a de nacimiento..... 1  
Nacionalidad española adquirida ..... 2  
Otra nacionalidad ..... 3  
NS/NC ..... 9

**P4. Muchas personas se definen por su clase social, es decir, por su profesión, sus ingresos económicos, y por los estudios que tienen... En tu caso, y si piensas en tu profesión y estudios, o en los de tus padres (si estás dependiendo de ellos)... ¿En qué clase social te incluirías?**

Alta ..... 1  
Media alta ..... 2  
Media ..... 3  
Media baja ..... 4  
Baja ..... 5  
NS/NC ..... 9

**P5. ¿Cuál es tu actividad actual?**

**DEFINICIÓN DE TRABAJO.** Actividad realizada por cuenta propia o ajena, con o sin contrato, permanente, esporádica u ocasional, realizada a cambio de un sueldo, salario u otra forma de retribución conexas, en metálico o en especie. Las actividades realizadas por BECARIOS (personal en formación en empresas o instituciones) y por PERSONAL INVESTITADOR EN FORMACIÓN tienen la consideración de trabajo. No se considera trabajo actividades no remuneradas (por ejemplo voluntariado, ayuda en casa, colaboración en empresa familiar no remunerada, etc.)

Sólo trabajo .....	1
Principalmente trabajo y además estudio.....	2
Principalmente estudio y hago algún trabajo .....	3
Sólo estudio .....	4
Estudio y además estoy buscando trabajo.....	5
Estoy en paro buscando trabajo exclusivamente.....	6
Estoy en paro sin buscar trabajo en este momento.....	7
Otra situación .....	8
NS/NC .....	9

**P6. Independientemente de si continúas estudiando o no, ¿Cuál es el nivel de estudios más alto que has finalizado, es decir, del que tienes título oficial?**

Menos que primarios .....	1
Primarios (EGB, 1ciclo ESO, PCPI) .....	2
Secundarios obligatorios (2º ciclo ESO) .....	3
Secundarios post obligatorios (Bachillerato) .....	4
FP Grado medio.....	5
Medios universitarios (Diplomaturas) .....	6
FP Grado superior .....	7
Superiores universitarios (licenciaturas, Grados) .....	8
Postgrado, Master y/o doctorado .....	9
Otra formación.....	10
NS/NC .....	99

**P7. Vives en...**

Un pueblo o una ciudad pequeña (10.000 habitantes o menos) .....	1
Una ciudad de tamaño medio-medio grande (entre 10.000 habitantes y 1 millón) .....	2
Una gran ciudad (Más de un millón de habitantes) .....	3
NS/NC .....	9

**P8. ¿Con quién convives en la actualidad?**

Vivo solo/a.....	1
Vivo con mi padre y/o madre (con alguno de ellos) o con otros familiares.....	2
Vivo con mi pareja (e hijos si se tienen) .....	3
Comparto piso con otras personas.....	4
NS/NC .....	9

*[SOLO SI VIVE CON SUS PADRES. P8=2]*

**P9. ¿Cuáles dirías que es el principal motivo para estar viviendo en el hogar familiar?**

*[ESCOGER SOLO UNA]*

Falta de trabajo, inestabilidad económica, laboral .....	1
Estoy a gusto, bien conviviendo con mi padre y/o madre.....	2
Todavía soy muy joven, estoy estudiando. ....	3
Por cuidar/ ayudar a mi padre y/o madre.....	4
Otros motivos .....	5
NS/NC .....	9

---

**BLOQUE A. PERCEPCIÓN SOBRE EL ESTADO DE SALUD**

---

*[A TODOS]*

**P10. En los últimos doce meses, ¿dirías que tu estado de salud ha sido muy bueno, bueno, regular, malo o muy malo?**

Muy bueno .....	1
Bueno .....	2
Regular.....	3
Malo.....	4
Muy malo.....	5
NS/NC .....	9

**P11. Pensando ahora en los últimos 12 meses, ¿en qué medida te has visto limitado/a debido a un problema de salud para realizar actividades habituales?**

Gravemente limitado/a .....	1
Limitado/a, pero no gravemente .....	2
Nada limitado/a .....	3
NS/NC .....	9

**P12. ¿Con qué frecuencia tomas algún medicamento sin prescripción médica?**

Diariamente .....	1
Varias veces a la semana .....	2
Una vez a la semana .....	3
Varias veces al mes .....	4
Varias veces al año .....	5
Nunca o casi nunca .....	6
NS/NC .....	9

**P13. ¿Has empleado en los últimos 12 meses algunos de estos tratamientos de medicina alternativa? [RESPUESTA MÚLTIPLE. SEÑALAR TODAS LAS QUE CORRESPONDAN]**

Homeopatía.....	1
Naturopatía.....	2
Acupuntura .....	3
Ninguna (si marca esta, ninguna más) .....	4



[A TODOS]

**P14\_25.** Durante los últimos 6 meses, ¿con qué frecuencia has tenido alguno de los siguientes problemas?

Pregunta	Nunca	Varios días	Más de la mitad de los días	Muy probable	NS/NC
<b>P14.</b> Poco interés o alegría por hacer cosas	1	2	3	4	9
<b>P15.</b> Sensación de estar decaído/a, deprimido o desesperanzado/a	1	2	3	4	9
<b>P16.</b> Problemas para quedarse dormido/a, para seguir durmiendo, o dormir demasiado	1	2	3	4	9
<b>P17.</b> Sensación de cansancio o de tener poca energía	1	2	3	4	9
<b>P18.</b> Poco apetito o comer demasiado	1	2	3	4	9
<b>P19.</b> Sentirse mal consigo mismo/a, sentirse que es un fracasado/a, o que ha decepcionado a su familia o a sí mismo/a.	1	2	3	4	9
<b>P20.</b> Problemas para concentrarse en algo, como leer el periódico o ver la televisión	1	2	3	4	9
<b>P21.</b> Moverse o hablar tan despacio que los demás pueden haberlo notado. O lo contrario: estar tan inquieto/a o agitado/a que se ha estado moviendo de un lado a otro más de lo habitual	1	2	3	4	9
<b>P22.</b> Pensar que bebes demasiado alcohol	1	2	3	4	9
<b>P23.</b> Sentirse irritable, violento/a y agresivo/a	1	2	3	4	9
<b>P24.</b> Dificultad para controlar mis impulsos	1	2	3	4	9
<b>P25.</b> Pensar que la vida no vale la pena.	1	2	3	4	9

**P26.** En los últimos doce meses ¿Has tenido o has creído tener alguna vez un problema psicológico, psiquiátrico o de salud mental?

- Nunca [pasar a P29] ..... 1
- Una sola vez..... 2
- De vez en cuando ..... 3
- Con frecuencia ..... 4
- Continuamente..... 5
- NS/NC [pasar a P29]..... 9

[HA TENIDO ALGÚN PROBLEMA. P26= 2,3,4,5]

**P27. ¿Y buscaste la ayuda de un profesional? [RESPUESTA MÚLTIPLE. MARCAR TODAS LAS QUE PROCEDAN]**

Sí, fui al psicólogo.....	1
Sí, fui al psiquiatra .....	2
Sí, fui al médico de cabecera .....	3
Sí, fui a otro profesional.....	4
No (si marca esta, ninguna más).....	5
NS/NC .....	9

**P28. ¿Qué tipo o tipos de problemas psicológicos/psiquiátricos o de salud mental tienes o tuviste diagnosticados? [RESPUESTA MÚLTIPLE. MARCAR TODAS LAS QUE PROCEDAN]**

Depresión .....	1
Trastornos por ansiedad, pánico o fobias.....	2
Trastornos Obsesivos-Compulsivos (TOC) .....	3
Trastornos por estrés post-traumático.....	4
Trastornos por adicción a sustancias .....	5
Trastornos por alimentación (bulimia-anorexia) .....	6
Trastornos del sueño .....	7
Otros (especificar): _____	
NS/NC .....	9

[A TODOS]

**P29. Escoge, de las siguientes afirmaciones, la que mejor se ajusta a tu situación. En los últimos 12 meses...**

He estado bajo tratamiento psicofarmacológico prescrito por el médico (ansiolíticos, hipnóticos, antidepresivos, anticomiciales...).....	1
No he estado en tratamiento psicofarmacológico prescrito por el médico, pero he tomado psicofármacos no prescritos (ansiolíticos, hipnóticos, antidepresivos, anticomiciales...) .....	2
No he estado con tratamiento psicofarmacológico, pero lo estuve con anterioridad. ....	3
Nunca estuve bajo este tipo de tratamientos. ....	4
NS/NC .....	9

**P30. ¿Has experimentado alguna vez ideas de suicidio?**

Nunca.....	1
Alguna vez .....	2
Con cierta frecuencia .....	3
Con mucha frecuencia .....	4
Continuamente.....	5
NS/NC .....	9

---

**BLOQUE C. ACTIVIDAD FÍSICA Y ALIMENTACIÓN**

---

**P31. En general ¿Cuál dirías que es tu forma física?**

Excelente .....	1
Buena .....	2
Aceptable .....	3
Deficiente.....	4
Francoamente mala.....	5
NS/NC .....	9

**P32. ¿Cuál de estas posibilidades describe mejor la frecuencia con la que realizas alguna actividad física en tu tiempo libre?**

No hago ejercicio. El tiempo libre lo ocupo de forma casi completamente sedentaria (leer, ver la televisión, ir al cine, etc.) .....	1
Hago alguna actividad física o deportiva ocasional (caminar o pasear en bicicleta, jardinería, gimnasia suave, actividades recreativas que requieren un ligero esfuerzo, etc.).....	2
Hago actividad física varias veces al mes (deportes, gimnasia, correr, natación, ciclismo, juegos de equipo, etc.).....	3
Hago entrenamiento deportivo o físico varias veces a la semana.....	4
NS/NC .....	9

**P33\_P40.** De la siguiente serie de alimentos dime cuáles de ellos consumes a diario, varias veces a la semana, una vez a la semana, menos de una vez a la semana o casi nunca o nunca.

Pregunta	A diario	Varias veces a la semana	Una vez a la semana	Menos de una vez a la semana	Casi nunca o nunca	NS/NC
<b>P33. Carnes</b>	1	2	3	4	5	9
<b>P34. Pescados</b>	1	2	3	4	5	9
<b>P35. Hueves</b>	1	2	3	4	5	9
<b>P36. Leche y derivados</b>	1	2	3	4	5	9
<b>P37. Verduras y hortalizas</b>	1	2	3	4	5	9
<b>P38. Frutas frescas</b>	1	2	3	4	5	9
<b>P39. Cereales (pan, arroz, cereales elaborados)</b>	1	2	3	4	5	9
<b>P40. Dulces y pastelería</b>	1	2	3	4	5	9

**P41. En general, ¿Dirías que llevas una alimentación...?**

- Muy saludable ..... 1
- Bastante saludable..... 2
- Algo saludable..... 3
- Poco saludable ..... 4
- Nada saludable..... 5
- NS/NC ..... 9

**P42. En general, ¿cómo te describirías en relación a tu peso? Dirías que estás...**

- Muy delgado/a ..... 1
- Algo delgado/a..... 2
- Bien, en mi peso correcto ..... 3
- Con algo de sobrepeso ..... 4
- Con mucho sobrepeso..... 5
- NS/NC ..... 9

**P43. Pensando en tu peso, dirías que...**

- Me gustaría pesar más ..... 1
- Me gustaría pesar menos..... 2
- Estoy conforme con mi peso..... 3
- NS/NC ..... 9

**P44. ¿Has seguido o sigues en la actualidad algún tipo de dieta?**

- Hice dieta bajo supervisión médica, pero ahora no .....1
- Hice dieta sin supervisión médica, pero ahora no .....2
- Estoy actualmente a dieta, con supervisión médica .....3
- Estoy actualmente a dieta, sin supervisión médica .....4
- Nunca he seguido una dieta [pasar a P48] .....5
- NS/NC [pasar a P48] .....9

*[HA SEGUIDO ALGUNA DIETA. P44= 1,2,3,4]*

**P45. Y ¿cuántas veces comenzaste una dieta?**

Número de veces: \_\_\_\_\_ NS/NC [99]

**P46. ¿Qué motivos te llevaron a iniciar las dietas? [RESPUESTA MÚLTIPLE. ESCOGE DOS RESPUESTAS COMO MÁXIMO]**

- Por indicación médica (problemas de salud) ..... 1
- Para sentirme más saludable ..... 2
- Por verme mejor estéticamente..... 3
- Porque los amigos/as me lo aconsejaron..... 4
- Porque me lo aconsejó mi familia ..... 5
- Para gustarle a mi pareja..... 6
- Para gustarle a la gente en general ..... 7
- Otras ..... 8
- NS/NC [si marca esta, ninguna más] ..... 99

*[INTERRUMPIÓ LA DIETA. P44= 1,2]*

**P47. ¿Qué motivos te llevaron a interrumpir la dieta?**

- Por indicación médica..... 1
- Porque pasaba mucha hambre ..... 2
- Porque no era efectiva, no perdía peso ..... 3
- Porque perdí el peso que quería ..... 4
- Porque me afectaba anímicamente ..... 5
- Otras ..... 6
- NS/NC ..... 9

[A TODOS]

**P48.** En relación a tu estilo de vida, es decir, a tu alimentación, si haces o no deporte, si fumas o no, etc., ¿dirías que llevas un estilo de vida muy saludable, bastante, poco o nada saludable?

- Muy saludable ..... 1
- Bastante saludable..... 2
- Poco saludable ..... 3
- Nada saludable..... 4
- NS/NC ..... 9

**P49.** ¿Te preocupa tu imagen externa, es decir, lo que los demás piensan de ti por tu aspecto físico?

- Sí, me preocupa bastante ..... 1
- Me preocupa algo..... 2
- Apenas me preocupa ..... 3
- No me preocupa nada..... 4
- NS/NC ..... 9

**P50\_P51.** ¿Has practicado o practicas en la actualidad alguna de estas dietas alimentarias?

Pregunta	Sí, la practica en la actualidad	La hice pero ahora no	Nunca la he practicado	NS/NC
<b>P50. Vegetarianismos (incluye huevos y leche)</b>	1	2	3	9
<b>P51. Veganismo (ningún producto de origen animal)</b>	1	2	3	9

[A LOS QUE DECLARAN PRACTICARLAS O HABERLAS PRACTICADO. P50= 1,2 y/o P51=1,2]

**P52.** ¿Por qué razones la practicas o las practicaste? [Escoge LA MÁS IMPORTANTE]

- Por cuestiones de salud, es una dieta más saludable .....1
- Por respeto a los animales .....2
- Por cuestiones ecologistas .....3
- Por influencia de mi familia y/o amigos .....4
- Porque me gusta más que otro tipo de alimentación.....5
- Otros (especificar): \_\_\_\_\_
- NS/NC ..... 9

## BLOQUE D. PERCEPCIÓN DE ESTRÉS

[A TODOS]

**P53\_P58** ¿Qué grado de estrés te generan los siguientes aspectos de tu vida diaria? En una escala de 0 (nada estresado/a) a 10 (muy estresado/a).

Pregunta	Nada estresado/a					Muy estresado/a					NS/NC	
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10
<b>P53.</b> Tu trabajo a los estudios	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P54.</b> Tus relaciones familiares	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P55.</b> Tus relaciones interpersonales (amigos, pareja, vecinos, compañeros, colegas, etc.)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P56.</b> Tu situación económica	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P57.</b> Tu salud física o mental	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P58.</b> Tu interacción en las redes sociales	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99

**P59.** Si has tenido o si tuvieras que afrontar alguna situación de estrés. ¿Cuáles de las siguientes actividades has realizado o crees que realizarías para relajarte? [RESPUESTA MÚLTIPLE. ESCOGER MÁXIMO 2]

- Actividades divertidas o relajantes (leer, ver una serie, escuchar música,...).....1
- Actividad física (hacer deporte, mantenerse en forma, etc.).....2
- Compartir el problema y buscar apoyo para solucionarlo.....3
- No lo comparto con nadie, evito que los demás conozcan que tengo algún problema.....4
- Ninguna de las anteriores (si escoge esta, ninguna más).....9

## BLOQUE E. SATISFACCIÓN CON DIFERENTES ASPECTOS DE LA VIDA

**P60\_64.** En una escala del 0 al 10, cuál dirías que es tu nivel de satisfacción en relación a los siguientes aspectos de tu vida personal, teniendo en cuenta que 0 significa "nada satisfecho" y 10 "completamente satisfecho".

Pregunta	Nada satisfecho/a					Muy satisfecho/a					NS/NC	
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10
<b>P60.</b> Con tu familia	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P61.</b> Con tus estudios y/o trabajo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P62.</b> Con tu amigos	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P63.</b> Con tu situación económica	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P64.</b> Con tus perspectivas de futuro	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99

**P65.** Y ¿con qué frecuencia te sientes solo/a?

Nunca .....	1
Alguna vez .....	2
Con cierta frecuencia .....	3
Con mucha frecuencia .....	4
Continuamente.....	5
NS/NC .....	9

**P66\_P69.** En una escala de 0 a 10, donde 0 es "nada identificado" y 10 es "totalmente identificado", ¿en qué medida te sientes identificado/a con las siguientes afirmaciones?

Pregunta	Nada identificado/a					Totalmente identificado/a					NS/NC	
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10
<b>P66.</b> No tener a nadie con quién hablar	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P67.</b> Sentirse excluido/a, no encajar	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P68.</b> No sentirse comprendido/a	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99



*[A TODOS]*

**P69. ¿Podrías decirnos si fumas tabaco?**

- Sí, fumo a diario .....1
- Sí fumo, pero no a diario.....2
- No fumo actualmente pero he fumado antes .....3
- No fumo ni he fumado nunca de manera habitual [pasar a P72] .....4
- NS/NC [pasar a P72]..... 9

*[A LOS QUE DECLARAN FUMAR O HABER FUMADO. P69=1,2,3]*

**P70. Por término medio, ¿cuántos cigarrillos fumas o fumabas al día? (incluyendo tabaco de liar)**

Número de cigarrillos: \_\_\_\_\_  
NS/NC ..... [99]

**P71. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántos intentos de dejar de fumar has realizado en los que consiguieras estar al menos 24 horas sin fumar?**

Número de veces: \_\_\_\_\_  
NS/NC ..... [99]

*[A TODOS]*

**P72. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia has tomado bebidas alcohólicas de cualquier tipo (es decir, cerveza, vino, licores, bebidas destiladas y combinados u otras bebidas alcohólicas)?**

- Todos o casi todos los días .....1
- 2 o 3 veces a la semana .....2
- 1 vez a la semana.....3
- 2 o 3 veces al mes .....4
- No he tomado bebidas alcohólicas durante los últimos 30 días [pasar a P74].....5
- Nunca he tomado bebidas alcohólicas [pasar a P74] .....6

[A QUIENES DECLARAN CONSUMIR BEBIDAS ALCOHÓLICAS- P72= 1,2,3,4]

**P73.** En los últimos 30 días, ¿Con qué frecuencia has bebido lo suficiente para sentirte borracho (por ejemplo, sensación de inestabilidad o dificultades para hablar)?

- Todos o casi todos los días ..... 1
- 2 o 3 veces a la semana ..... 2
- 1 vez a la semana..... 3
- 2 o 3 veces al mes ..... 4
- No me he emborrachado en los últimos 30 días ..... 5
- Nunca me he emborrachado ..... 6

[A TODOS]

**P74\_P79.** Indica, por favor, con qué frecuencia has tomado o tomas las siguientes sustancias en los últimos 30 días...

Pregunta	Todos o casi todos los días	2 o 3 veces por semana	1 vez a la semana	2 o 3 veces al mes	No he consumido en los últimos 30 días	Nunca he consumido
<b>P74.</b> Cannabis (hachís, marihuana, porros)	1	2	3	4	5	6
<b>P75.</b> Anfetaminas	1	2	3	4	5	6
<b>P76.</b> Alucinógenos (MDMA, éxtasis...)	1	2	3	4	5	6
<b>P77.</b> Tranquilizantes e hipnóticos	1	2	3	4	5	6
<b>P78.</b> Cocaína	1	2	3	4	5	6
<b>P79.</b> Heroína	1	2	3	4	5	6

---

**BLOQUE G. DISCAPACIDAD**

---

**P80.** ¿Tienes algún tipo de discapacidad?

- Sí ..... 1
- No [pasar a P82]..... 2
- NS/NC [pasar a P82] ..... 9

**P81. ¿Qué tareas o actividades tienes dificultades para realizar por tu discapacidad? [RESPUESTA MÚLTIPLE. MARCA TODAS LAS NECESARIAS]**

Ver.....	1
Oír.....	2
Comunicarte.....	3
Aprender.....	4
Desplazarte fuera del hogar.....	5
Cuidar de ti mismo/a.....	6
Realizar tareas del hogar.....	7
Hacer deporte/ejercicio.....	8
Tener relaciones sexuales.....	9
Tener amigos/as.....	10
Tener pareja.....	11
Relacionarte con personas no discapacitadas.....	12
Trabajar.....	13
Tener un nivel de autonomía satisfactorio.....	14
Ninguna (si marca esta, ninguna más).....	15
Otras.....	16
NS/NC (si marca esta, ninguna más).....	99

---

## BLOQUE H. ACCIDENTALIDAD

---

[A TODOS]

**P82. Durante los últimos 12 meses, ¿has tenido algún accidente en el que hayas resultado herido/a o lesionado/a o hayas precisado algún tipo de atención sanitaria? Nota: Se incluyen los casos de intoxicación o picaduras de insectos con consecuencias graves, y las heridas provocadas por animales. Se excluyen los actos intencionados por parte de otra persona. [RESPUESTA MÚLTIPLE SEÑALA TODAS LAS QUE HAYAS TENIDO]**

Accidentes de tráfico (incluido aquellos en los que eras el peatón).....	1
Accidente doméstico.....	2
Accidente laboral.....	3
Accidente practicando deporte (incluyendo deportes de riesgo).....	4
No he tenido ninguna (si marca esta, ninguna más y pasar a P84).....	5
NS/NC (si marca esta, ninguna más y pasar a P84).....	9

**P83.** ¿Alguno de estos accidentes requirió que ingresaras más de 24 horas en un hospital?

Sí ..... 1  
 No ..... 2  
 NS/N ..... 9

**BLOQUE I. RIESGOS**

[A TODOS]

**P84\_P92.** En la vida casi todo tiene ventajas y desventajas. ¿Hasta qué punto te compensaría asumir los riesgos que puedan tener los siguientes comportamientos para poder disfrutar de las posibles ventajas? Puntúalos en una escala donde 0 es que no compensaría nada en absoluto y 10 que compensaría completamente. Si no sabes o no quieres contestar, marca 99.

Pregunta	No compensaría nada en absoluto					Compensaría completamente					NS/NC	
<b>P84.</b> Colgar fotos íntimas en redes sociales	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P85.</b> Emborracharse sin perder el conocimiento	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P86.</b> No usar protección en las relaciones sexuales (ni siquiera con personas desconocidad)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P87.</b> Fumar porros	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P88.</b> Conducir vehículos cuando se han consumido drogas o alcohol	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P89.</b> Meterse en peleas	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P90.</b> Consumir cocaína o pastillas	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P91.</b> Practicar deportes de riesgo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P92.</b> Conducir a mucha velocidad	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99

**P93\_P98.** En líneas generales, dime en qué medida te sientes seguro/a en relación a los siguientes temas (sientes que para ti no son una amenaza, no te dan miedo), en una escala de 0 (no me siento nada seguro/a) a 10 (me siento absolutamente seguro/a). Si no sabes o no quieres contestar, marca 99.

Pregunta	No me siento nada seguro/a					Me siento absolutamente seguro/a					NS/NC	
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10
<b>P93.</b> Los riesgos del consumo de drogas	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P94.</b> Los riesgos de la conducción de vehículos	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P95.</b> Los riesgo sexuales (embarazo no deseado, contagios, violencia sexual...)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P96.</b> La violencia física	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P97.</b> El acoso en el centro de estudios o el trabajo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P98.</b> El acoso en las redes sociales	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99

**P99\_P103.** A continuación encontrarás una serie de situaciones posibles en momentos de ocio. Lee cada frase con atención y responde, sinceramente, con qué frecuencia realizas o has realizado las siguientes, en los últimos 6 meses. (NUNCA, POCAS VECES, ALGUNA VEZ, A MENUDO, SIEMPRE O CASI SIEMPRE). Si no conduces, marca 6. Si no sabes o no quieres contestar, marca 9.

Pregunta	Nunca	Pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre o casi siempre	No conduzco	NS/NC
<b>P99.</b> He conducido después de haber bebido	1	2	3	4	5	6	9
<b>P100.</b> He conducido habiendo consumido cannabis / marihuana / porros	1	2	3	4	5	6	9
<b>P101.</b> He conducido habiendo consumido cocaína, speed o pastillas	1	2	3	4	5	6	9
<b>P102.</b> He tenido relaciones sexuales sin protección	1	2	3	4	5	6	9
<b>P103.</b> He participado en peleas	1	2	3	4	5	6	9

**P104\_P108.** Con respecto a tu grupo de amigos, a la gente con la que sueles salir habitualmente de fiesta, de marcha... ¿Con qué frecuencia has visto a algún amigo/a o amigos/as realizar alguna de estas acciones en los últimos 6 meses?

Pregunta	Nunca	Pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre o casi siempre	No conduzco	NS/NC
<b>P104.</b> Conducir después de haber bebido	1	2	3	4	5	6	9
<b>P105.</b> Conducir habiendo consumido cannabis / marihuana / porros	1	2	3	4	5	6	9
<b>P106.</b> Conducir habiendo consumido cocaína, speed o pastillas	1	2	3	4	5	6	9
<b>P107.</b> Tener relaciones sexuales sin protección	1	2	3	4	5	6	9
<b>P108.</b> Participar en peleas	1	2	3	4	5	6	9

## BLOQUE J. POSTURAS - VALORES

[A TODOS]

**P109\_P112.** Si por algún motivo quisieras, ¿Con qué probabilidad optarías por las siguientes opciones para tener hijos/as? Contesta empleando una escala de 0 (nada probable) a 10 (totalmente probable).

Pregunta	Nada probable					Totalmente probable					NS/NC	
<b>P109.</b> Adopción	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P110.</b> Reproducción asistida (in vitro, inseminación artificial, etc.)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P111.</b> Gestación subrogada	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99
<b>P112.</b> Congelación de óvulos (vitrificación) [Solo para mujeres P2-2]	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99

**P113\_P118.** En otro orden de cosas, ¿hasta qué punto te parece aceptable cada una de las siguientes situaciones? Contesta empleando una escala de 0 (totalmente inaceptable) a 10 (totalmente aceptable).

Pregunta	Nada aceptable						Totalmente aceptable						NS/NC
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
<b>P113.</b> Abortar en caso de violación	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99	
<b>P114.</b> Abortar por malformación del feto	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99	
<b>P115.</b> Abortar porque corre peligro la vida de la madre	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99	
<b>P116.</b> Abortar sin restricciones hasta los 3 meses de gestación	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99	
<b>P117.</b> Abortar de forma libre, sin supuestos o restricciones	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99	
<b>P118.</b> Prohibir el aborto en cualquier caso	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99	

**P119\_P122.** Y, ¿En qué supuestos crees que debería aplicarse la eutanasia? Contesta Sí o NO.

Pregunta	Sí	No	NS/NC
<b>P119.</b> Solo en enfermos terminales que lo pidan y que conservan todas sus facultades mentales	1	2	9
<b>P120.</b> En enfermos crónicos graves e irreversibles que lo pidan y que conservan todas sus facultades mentales	1	2	9
<b>P121.</b> Personas que lo pidan libremente aunque no reúnan los supuestos anteriores	1	2	9
<b>P122.</b> No debería aplicarse en ningún caso	1	2	9

## BLOQUE K. OTRAS CUESTIONES

**P123.** ¿Con qué frecuencia lees libros en tu tiempo libre, como ocio? En cualquier soporte (impreso en papel o en formato digital).

- Todos o casi todos los días ..... 1
- Una o dos veces por semana ..... 2
- Alguna vez al mes..... 3
- Alguna vez al trimestre ..... 4
- Casi nunca ..... 5
- Nunca..... 6
- NS/NC ..... 9

**P124.** ¿Cómo te definirías en materia religiosa? Situándolo en una escala de 0 a 10, en el que 0 significa "nada religioso/a" y 10 "muy religioso/a"

Nada religioso/a					Muy religioso/a						NS/NC
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99

**P125.** Cuando se habla de política se utilizan normalmente las expresiones izquierda y derecha. En una escala de 0 a 10, en qué posición política te ubicas, siendo 0 "de izquierda" y 10 "de derecha".

De izquierda					De derecha						NS/NC
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	99



