

# Los adolescentes españoles y su salud

Resumen del estudio  
*Health Behaviour in School Aged Children*  
(*HBSC-2002*)



**UNIVERSIDAD DE SEVILLA**  
DEPARTAMENTO DE  
PSICOLOGÍA EVOLUTIVA  
Y DE LA EDUCACIÓN



**Health Behaviour  
in School-aged Children**

A WORLD HEALTH ORGANIZATION CROSS-NATIONAL STUDY

**Autores del estudio:**

*M<sup>a</sup> Carmen Moreno Rodríguez*

*M<sup>a</sup> Victoria Muñoz Tinoco*

*Pedro J. Pérez Moreno*

*Inmaculada Sánchez Queija*

**Colaboradores:**

*Jesús Muñoz Bellerín*

*Eva Leal López*

*Estudio financiado en España por el Ministerio de Sanidad y Consumo*



Edita y distribuye

© MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO

ISBN: 84-0000-000-0

NIPO: 000-00-000-0

Depósito Legal: M-00.000-2004

Imprime: Solana e Hijos, A.G., S. A.

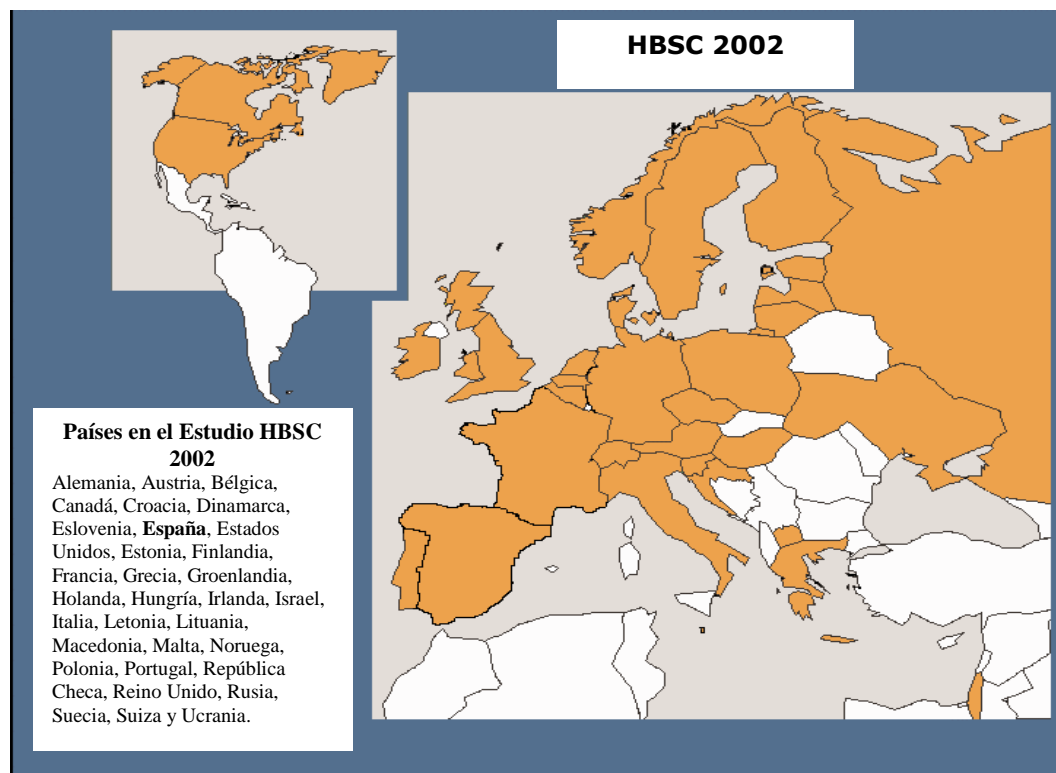
<b>0. INTRODUCCIÓN: EL ESTUDIO HBSC</b> .....	5
<b>1. ESTILOS DE VIDA</b> .....	9
1.a. Alimentación y dieta .....	9
1.b. Higiene dental .....	15
1.c. Actividad física y sedentarismo .....	16
1.d. Consumo de tabaco, alcohol y drogas ilegales .....	18
<i>En resumen</i> .....	26
<b>2. EL CONTEXTO FAMILIAR</b> .....	27
2.a. Estructura de las familias .....	28
2.b. Comunicación con los progenitores .....	28
2.c. Supervisión de los progenitores .....	32
2.d. Los vínculos afectivos con los progenitores .....	34
2.e. Los estilos educativos .....	35
2.f. Actividades compartidas .....	36
2.g. Bienestar económico y equipamiento de los hogares .....	38
2.h. Percepción del barrio de residencia como contexto físico y social ..	39
<i>En resumen</i> .....	40
<b>3. EL CONTEXTO ESCOLAR</b> .....	41
3.a. El ambiente psicosocial de la escuela .....	41
3.a.1. <i>Percepción de apoyo por parte del profesorado</i> .....	41
3.a.2. <i>Percepción de apoyo de los compañeros</i> .....	42
3.a.3. <i>Demandas escolares</i> .....	43
3.b. Ajuste escolar .....	44
3.c. Rendimiento escolar .....	46
<i>En resumen</i> .....	49
<b>4. LOS IGUALES Y EL TIEMPO LIBRE</b> .....	51
4.a. Tiempo libre: horario, lugares y actividades .....	51
4.b. El grupo como promotor de conductas relacionadas con la salud y el ajuste escolar y familiar .....	55
4.c. Violencia y maltrato entre iguales .....	58
4.d. Relaciones sexuales .....	61
<i>En resumen</i> .....	67
<b>5. SALUD Y AJUSTE PSICOLÓGICO</b> .....	69
5.a. Autopercepción de salud .....	69
5.b. Autoestima .....	71
5.c. Satisfacción vital .....	74
<i>En resumen</i> .....	77
<b>A modo de conclusiones</b> .....	78



## INTRODUCCIÓN: EL ESTUDIO *HBSC*

El *HBSC* (*Health Behavior in School Aged Children*) es un estudio sobre los hábitos de vida relacionados con la salud<sup>1</sup> de los adolescentes en diferentes países occidentales. Se trata de una investigación que se realiza cada cuatro años con el apoyo de la Organización Mundial de la Salud (O.M.S.). Como puede apreciarse en el mapa de la Ilustración 1, en esta edición del estudio *HBSC*-2002 han participado un total de 32 países. En el caso de España, y para esta edición 2002, su realización ha sido posible gracias al Convenio de Colaboración firmado entre el Ministerio de Sanidad y Consumo (Dirección General de Salud Pública) y la Universidad de Sevilla.

Ilustración 1. Países que han formado parte de la edición 2002 del *HBSC*



Los equipos de trabajo de cada país están compuestos por investigadores adscritos a disciplinas diversas relacionadas con la salud (antropología, biología, educación, medicina, psicología, sociología, trabajo social, etc.) y en ámbitos de trabajo también diferentes (universidades, hospitales, institutos públicos o priva-

<sup>1</sup> Siguiendo la definición de la O.M.S. se entiende por *salud* el estado completo de bienestar físico, mental y social, y no sólo la ausencia de enfermedad o dolencia.

dos de investigación, etc.), algo que sin duda se acaba plasmando en todos y cada uno de los productos del estudio. En cualquier caso, el interés común de los investigadores es poder obtener una visión global de los estilos de vida de los adolescentes y disponer así de herramientas útiles para el debate sobre la promoción de la salud en esta población.

### Los adolescentes que han participado en el estudio

Las directrices internacionales del estudio establecen que cada país debe estudiar a chicos y chicas representativos de la población escolarizada de 11, 13 y 15 años. El estudio internacional, sumando lo aportado por todos los países, ha tenido acceso así a algo más de 160.000 adolescentes de estas edades.

España ha cumplido con los requisitos metodológicos exigidos internacionalmente y ha añadido, como opción nacional, el grupo de edad de 17 años y el estudio de las edades intermedias (12, 14 y 16 años), de manera que la muestra española ha estado formada finalmente por un total de 13.552 adolescentes escolarizados con edades comprendidas entre los 11 y los 18 años (ver Tabla 1).

Tabla 1. *Composición de la muestra española en función del sexo y edad de los adolescentes que participaron*

	Chicas	Chicos	Total
11 a 12	1.580	1.769	3.349
13 a 14	1.643	1.739	3.382
15 a 16	2.074	1.902	3.976
17 a 18	1.534	1.311	2.845
<b>Total</b>	<b>6.831</b>	<b>6.721</b>	<b>13.552</b>

El procedimiento de selección de los sujetos fue complejo, técnicamente se denomina “muestreo aleatorio polietápico” y, aunque por razones de espacio no va a ser descrito en este documento, sí conviene destacar que para que la muestra fuera representativa de la población española de estas edades se tuvo en cuenta –además de la edad de los adolescentes- la zona geográfica, el hábitat y la titularidad del centro educativo (público o privado). (El error de precisión para la muestra completa se ha estimado en 1,10%).

### ¿Cómo han sido estudiados los adolescentes?

Son tres las condiciones básicas que debía cumplir el procedimiento de recogida de información:

- En primer lugar, debían ser los propios escolares quienes respondieran al cuestionario;
- En segundo lugar, se debía asegurar y respetar escrupulosamente el anonimato de las respuestas y,

- Por último, la administración de los cuestionarios debía realizarse dentro del contexto escolar.

Para asegurar que estos supuestos se cumplieran con rigor, en la primavera de 2002 el equipo coordinador desplazó a encuestadores debidamente entrenados a las aulas de los centros educativos que habían sido seleccionados al azar (y con cuya dirección se había concretado previamente el momento de la visita<sup>2</sup>), ellos efectuaron la administración de los cuestionarios dentro del horario escolar (solía ocupar un módulo de una hora) y ofrecieron al alumnado garantías totales de anonimato (por ejemplo, al finalizar el cuestionario, lo incluían ellos mismos en un sobre que se les facilitaba).

En relación con el cuestionario que los adolescentes debieron cumplimentar, a continuación se enuncian algunas de sus características más significativas:

- Algunas preguntas, como las referidas al consumo de ciertas drogas y a las relaciones sexuales, sólo aparecían en el cuestionario de los adolescentes de más edad (a partir de 15 años).
- Las dos versiones del cuestionario (la más extensa, para los mayores de 15 años, y la más reducida, para los menores de esa edad) fueron traducidas del castellano a las otras tres lenguas oficiales del estado: el catalán, el gallego y el euskera, de manera que los adolescentes podían elegir en qué lengua preferían responder al cuestionario.
- Finalmente, en el cuestionario existían tres tipos de preguntas en función de su uso por parte de los países del estudio: a) preguntas obligatorias que todos los países debían incluir en su cuestionario; en algunos casos se trata de ítems que se mantienen desde ediciones anteriores del HBSC y que permiten comparar las tendencias a través del tiempo, b) preguntas optativas de cada bloque de temas cuya inclusión deciden los equipos investigadores de cada país y c) preguntas propias de cada país que responden a preocupaciones o demandas sociales del momento (por ejemplo, en el caso del cuestionario español, la mayor parte de las preguntas relacionadas con ocupación del tiempo libre y con la evaluación del ajuste psicológico son opciones propias).

A continuación se presenta una síntesis de algunos de los resultados más significativos. Los lectores que deseen conocer más detalles del estudio y de sus resultados pueden consultar el informe completo<sup>3</sup>. En ocasiones, y siempre que se trate de datos compartidos con el resto de países del estudio, se incluirán algu-

---

<sup>2</sup> Sin duda éste es el lugar en el que se debe dejar constancia del agradecimiento por la colaboración que en todo momento se recibió de los 272 centros educativos visitados (190 públicos y 82 privados). El equipo de investigación del Dpto. de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Sevilla, ejecutor del estudio, se comprometió con ellos a enviarles los resultados y ahora es un placer poder devolver estas páginas a quienes las hicieron posible. Muchas gracias.

<sup>3</sup> MORENO, M.C.; MUÑOZ, M.V.; PÉREZ, P. y SÁNCHEZ-QUEIJA, I. (2004), *Los adolescentes españoles y su salud. Un análisis en chicos y chicas de 11 a 17 años*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo.

nas de esas comparaciones internacionales<sup>4</sup> y, de igual manera, cuando se trate de datos que permiten comparaciones con los del HBSC español de 1990 también serán presentados (es decir, cuando se trate de preguntas que se han mantenido a través del tiempo y con opciones de respuesta equivalentes)<sup>5,6</sup>.

---

<sup>4</sup> Para más información acerca de los resultados internacionales del estudio HBSC-2002, se puede consultar el informe completo en CURRIE, C., ROBERTS, CH., MORGAN, A., SMITH, R., SETTERTOBULTE, W., SAMDAL, O. & RASMUSSEN, V.B. (Eds.) (2004). *Young People's Health In Context. Health Behaviour in School-aged Children: a WHO cross-national collaborative study (HBSC International Report from the 2001/02 survey)*. Copenhagen: World Health Organization ([http://www.euro.who.int/InformationSources/Publications/Catalogue/20040601\\_1](http://www.euro.who.int/InformationSources/Publications/Catalogue/20040601_1)).

<sup>5</sup> Para conocer más datos acerca de los resultados del HBSC-1990 se puede consultar el informe de MENDOZA, R.; SAGRERA, R. y BATISTA, J.M. (1990), *Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud (1986-1990)*. Madrid: Consejo Superior de Investigaciones Científicas.

<sup>6</sup> El lector que acuda al informe internacional de Currie *et al* (2004) que acaba de citarse puede advertir que los valores que aparecen en él referidos a España no coinciden exactamente con los que se reseñan en estas páginas. La razón de esa discrepancia está en que la muestra con la que se realizan las comparaciones internacionales es sólo la de los chicos y chicas de 11, 13 y 15 años. Como se ha comentado más arriba, el estudio en España ha incorporado más edades que las estipuladas en el diseño internacional (se han añadido las edades intermedias 12 y 14, así como 16 y 17 años) y es con toda esta muestra con la que se ha realizado el presente informe.



## 1. ESTILOS DE VIDA

- 1.a. Alimentación y dieta
- 1.b. Higiene dental
- 1.c. Actividad física y sedentarismo
- 1.d. Consumo de tabaco, alcohol y drogas ilegales

### 1.a. Alimentación y dieta

Los cambios físicos propios de la adolescencia la convierten en un periodo en el que la ingesta de nutrientes cobra una especial importancia. Se sabe que cuanto antes se adquieran hábitos alimentarios saludables más fácil será mantenerlos y, con ellos, disminuirá la proclividad a desarrollar más adelante un amplio abanico de enfermedades (cardiovasculares, digestivas, endocrinas, etc.); asimismo, unos buenos hábitos dietéticos contribuirán a mejorar la calidad de vida de la persona y su rendimiento en diferentes ámbitos (por ejemplo, no desayunar puede producir fatiga y un peor rendimiento cognitivo y escolar).

En este bloque se van a presentar datos relacionados con dos grandes asuntos. En primer lugar, la frecuencia con la que se realizan las principales comidas del día (desayuno, comida del mediodía y cena) y, en segundo lugar, la frecuencia con que se ingieren diferente tipo de alimentos.

#### *¿Cuántos desayunan, comen y cenan?*

Conviene precisar, en primer lugar, que la manera en que se preguntaba por estas comidas planteaba un cierto grado de exigencia en el sentido de que se especificaba que desayunar era algo más que tomar un vaso de leche o un zumo de fruta y que comer al mediodía o cenar era ingerir algo más que una bebida o un aperitivo. Los adolescentes debían señalar el número de días a la semana (diferenciando entre los días entre semana y los del fin de semana) que realizaban cada una de estas comidas.

De las tres comidas principales del día que fueron estudiadas (desayuno, comida del mediodía y cena) los datos que se presentan a continuación se centran fundamentalmente en el desayuno y la cena, ya que son las que arrojan más diferencias entre sexos y edades (la comida del mediodía es realizada por más del 90% de los adolescentes).

Así, por ejemplo, en relación con el *desayuno*, y tal como muestran las Tablas 2 y 3, son más los chicos que las chicas quienes realizan esta comida a diario (aunque durante los fines de semana desaparecen las diferencias entre ellos y ellas) y la tendencia en ambos sexos es a que disminuya el porcentaje de quienes desayunan todos los días conforme avanza la edad.

Tabla 2. *Porcentaje de adolescentes que realiza un desayuno completo en días entre semana según la edad y el sexo*

Sexo Edad	Chicos				Chicas			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18
Ningún día	5,4	11,4	15,1	19,6	7,1	14,1	25,3	27,0
Un día	4,0	3,6	3,0	3,3	4,2	4,2	5,7	5,2
Dos días	2,2	3,3	4,1	3,8	3,1	4,3	4,4	5,1
Tres días	2,5	3,2	2,9	3,2	3,9	4,5	4,9	4,3
Cuatro días	1,7	3,5	2,3	3,6	2,8	3,2	2,8	3,0
Cinco días	82,2	73,3	71,5	65,9	77,9	68,8	56,5	55,1
No contesta	2,0	1,7	1,1	,7	1,0	,9	,4	,2

Tabla 3. *Porcentaje de adolescentes que realiza un desayuno completo en días de fin de semana según la edad y el sexo*

Sexo Edad	Chicos				Chicas			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18
Ningún día	3,5	4,9	7,2	12,7	3,3	4,5	9,5	11,4
Un día	6,9	10,7	10,4	17,4	6,2	8,9	15,1	18,8
Dos días	86,5	82,4	81,2	69,1	89,3	85,3	74,9	69,5
No contesta	3,1	2,1	1,2	,8	1,3	1,2	,5	,3

En relación con la *cena* (ver las Tablas 4 y 5), las diferencias entre los sexos son claras, en cuanto que siguen siendo los varones quienes cenan más noches (por ejemplo, en el grupo de los mayores –17 a 18 años-, cenan a diario un 23% más de chicos que de chicas). Sin embargo, y en relación con la edad, la tendencia a que disminuya el porcentaje de quienes cenan todos los días conforme se van haciendo mayores sólo se encuentra en este caso en ellas, tanto los días entre semana como los fines de semana.

Tabla 4. *Porcentaje de adolescentes que cena en los días entre semana según la edad y el sexo*

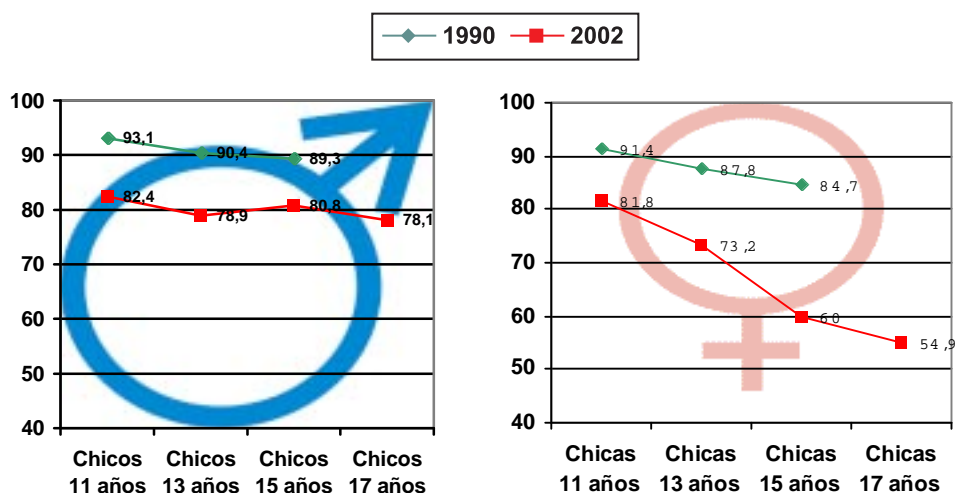
Sexo Edad	Chicos				Chicas			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18
Ningún día	2,3	1,8	1,0	,9	1,6	2,4	3,7	3,9
Un día	3,0	1,9	1,0	,4	2,2	1,7	1,3	1,4
Dos días	2,0	2,5	1,2	1,1	1,9	2,4	2,6	3,5
Tres días	2,7	4,4	3,9	3,5	3,9	6,5	10,2	10,5
Cuatro días	3,9	5,4	7,5	6,6	4,9	8,1	12,0	11,9
Cinco días	83,8	82,0	84,3	87,0	84,1	77,8	69,5	68,6
No contesta	2,3	2,0	1,2	,6	1,5	1,1	,6	,3

Tabla 5. *Porcentaje de adolescentes que cena en los días del fin de semana según la edad y el sexo*

Sexo Edad	Chicos				Chicas			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18
Ningún día	2,5	2,5	1,6	2,2	2,4	2,8	5,7	6,9
Un día	8,2	10,6	10,4	14,5	7,5	13,7	22,8	28,3
Dos días	85,7	84,5	86,5	82,6	88,2	82,3	70,9	64,4
No contesta	3,7	2,4	1,5	,7	1,9	1,2	,6	,4

Como se comentó al inicio, los países que participan en el estudio HBSC recogen datos cada cuatro años; de esta forma, utilizando los resultados aportados por este estudio, y tal como muestran las gráficas de la Ilustración 2, es posible apreciar cómo ha evolucionado la frecuencia de realización de la cena en los últimos 12 años por sexos y por edades. Aun considerando que en 2002 se especificaba que no se consideraba como cenar la ingestión de un vaso de leche o un zumo, y que esta consideración no se introducía en 1990, lo cierto es que se aprecia un descenso en estos 12 años en el porcentaje de adolescentes que dice cenar todos los días de la semana, especialmente entre las chicas.

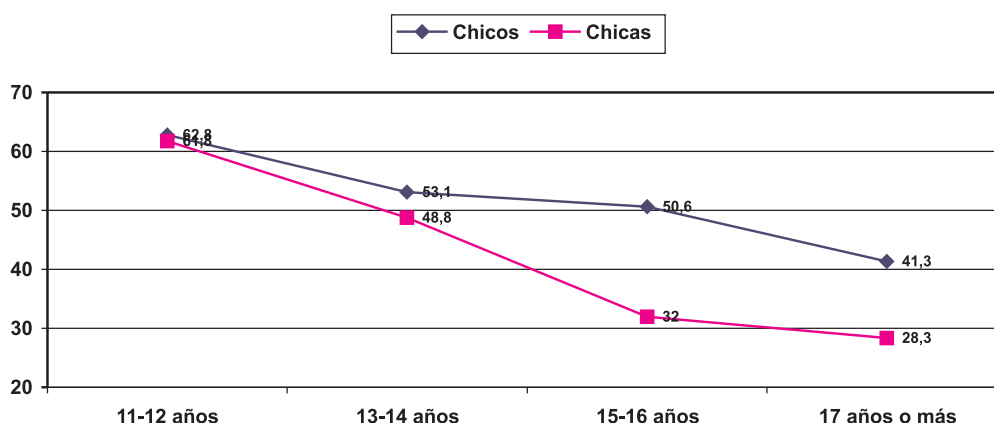
Ilustración 2. Datos españoles del HBSC en 1990 y en 2002:  
*Porcentaje de chicos y chicas de diferentes edades que dice cenar los siete días de la semana*



Los resultados que se presentan a continuación muestran cuántos adolescentes realizan todas las comidas principales del día. Como se advierte en la Ilustración 3, las tendencias en función de la edad y el sexo son claras, en el sentido de que, por un lado, a medida que aumenta la edad va disminuyendo

el número de adolescentes que dice realizar las tres comidas principales todos los días de la semana (desayuno, comida del mediodía y cena) y que, por otro, son ellas quienes menos comidas dicen hacer a lo largo de la semana. Es decir, si bien se advierte un claro descenso a medida que aumenta la edad, éste es aún más marcado en el caso de las chicas, de manera que, por ejemplo, las diferencias entre ellos y ellas a los 15-16 años es de casi un 20% y a los 17 años sólo el 28,3% de las chicas afirma que hace las tres comidas todos los días.

Ilustración 3. *Porcentaje de chicos y chicas de diferentes edades que dice realizar las tres comidas principales todos los días de la semana*

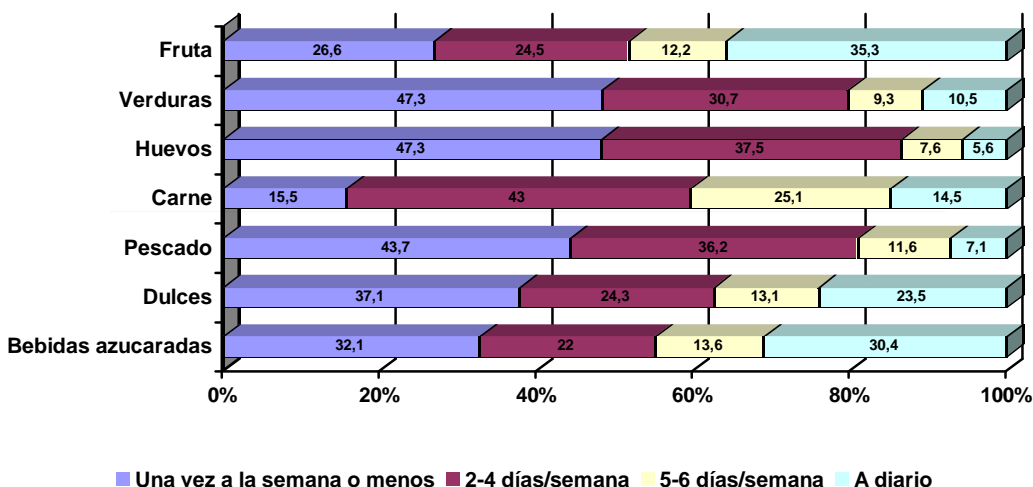


Para valorar con rigor estos resultados es necesario tener presente al menos dos cuestiones. Por un lado, y como ya se ha comentado, en este estudio se fue exigente a la hora de considerar qué se entendía por desayunar y por realizar las otras comidas. Por otro lado, no se ha tenido en cuenta que muchos de nuestros adolescentes realizan comidas a deshoras o a media mañana y media tarde que aquí no han sido contabilizadas.

### *¿Qué comen los adolescentes?*

Los resultados revelan que muchos adolescentes hacen un consumo escaso de algunos productos respecto a los índices considerados óptimos (así, por ejemplo, sólo el 35'3% de los adolescentes –en el caso de la fruta– y el 10'5% –en el de la verdura– dicen consumir al menos una vez a diario estos alimentos). A continuación presentamos un breve resumen de los resultados en algunos de los alimentos estudiados. La ilustración 4 presenta datos globales de toda la muestra y la Tabla 6 lo hace especificando la frecuencia de consumo en función del sexo y la edad.

Ilustración 4. *Porcentaje de adolescentes que consume cada una de las bebidas y comidas señaladas y frecuencia con que lo hacen*



El consumo de *fruta* da lugar a diferencias significativas tanto en función del sexo (son las chicas quienes comen algo más de fruta que los chicos) como de la edad (disminuye el consumo conforme aumenta la edad de los adolescentes; así, si a los 11-12 años el 41,3% come fruta al menos una vez al día todos los días, el porcentaje desciende al 32,1% en el grupo de más edad).

En cuanto al consumo de *verdura*, también se encuentran diferencias significativas en función del sexo (las chicas son algo más consumidoras de verdura que los chicos), mientras que las diferencias en función de la edad no arrojan valores de significación estadística.

Los chicos y las chicas también ingieren diferente cantidad de *huevos* (ellas comen menos huevos que los chicos) y *carne* (es más alto el porcentaje de chicos que son consumidores diarios de carne que el de chicas, especialmente en los grupos de más edad); sin embargo, el consumo de *pescado* no da lugar a patrones diferenciales entre ellos y ellas ni entre los grupos de edad.

Se encuentran diferencias entre los grupos de edad en lo que respecta al consumo de *dulces*, en el sentido de que a medida que aumenta la edad (y más entre las chicas), tiende a aumentar ligeramente.

Por otro lado, los chicos varones y los adolescentes de más edad ingieren más *refrescos u otras bebidas que contienen azúcar* que las chicas y los adolescentes más jóvenes.

En lo que respecta a las comparaciones internacionales, los adolescentes españoles se sitúan por debajo de la media de los países del estudio en el consumo de verduras y dulces, en torno a la media en el consumo de otros productos (como los refrescos) y por encima en el consumo de fruta.

Tabla 6. *Porcentaje de adolescentes según la frecuencia con que consumen diferentes alimentos*

	Sexo Edad	Chicos				Chicas			
		11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18
Fruta	Una vez a la semana o menos	24,8	26,9	30,9	29,7	19,7	25,5	27,3	26,7
	Dos a cuatro veces	20,5	25,1	25,3	27,1	24,4	23,8	24,8	25,4
	Cinco a seis veces a diario	11,2	13,2	11,7	15,2	11,9	12,6	11,4	11,1
	No contesta	40,6	32,8	30,6	27,3	42,1	36,8	36,0	36,5
Verduras	Una vez a la semana o menos	3,0	2,0	1,5	,6	1,9	1,4	,5	,3
	Dos a cuatro veces	53,0	50,0	47,5	45,9	49,5	45,5	45,0	42,3
	Cinco a seis veces a diario	20,5	28,3	34,8	35,7	26,1	31,3	33,6	34,7
	No contesta	8,3	8,7	8,0	10,1	7,1	10,4	10,1	11,4
Huevos	Una vez a la semana o menos	13,6	9,9	7,8	7,3	13,8	10,5	10,3	11,0
	Dos a cuatro veces	4,6	3,1	1,9	,9	3,5	2,2	1,0	,6
	Cinco a seis veces a diario	52,0	48,0	39,6	36,1	57,3	52,8	47,5	45,5
	No contesta	25,8	32,1	43,8	47,9	26,9	34,6	42,4	44,3
Carne	Una vez a la semana o menos	7,4	8,0	9,4	10,6	5,8	6,3	6,1	7,2
	Dos a cuatro veces	10,3	9,1	5,3	4,5	6,5	4,4	3,0	2,3
	Cinco a seis veces a diario	4,4	2,8	2,0	,9	3,5	1,9	1,1	,7
	No contesta	25,1	17,3	9,7	5,9	26,0	18,3	11,9	10,5
Pescado	Una vez a la semana o menos	32,8	37,0	44,3	47,5	39,3	44,5	46,8	50,7
	Dos a cuatro veces	17,9	24,7	28,2	31,5	16,9	22,7	28,3	29,0
	Cinco a seis veces a diario	20,3	18,0	15,9	14,0	14,9	12,4	11,9	9,3
	No contesta	3,9	3,0	2,0	1,1	2,9	2,0	1,1	,6
Dulces	Una vez a la semana o menos	46,5	44,6	45,6	44,4	46,8	42,6	41,7	38,3
	Dos a cuatro veces	27,8	31,7	35,4	40,8	31,4	37,3	41,3	42,7
	Cinco a seis veces a diario	10,4	11,6	11,5	10,9	10,2	12,6	11,9	13,8
	No contesta	12,4	10,2	6,0	3,3	9,3	6,5	4,4	4,9
Refrescos	Una vez a la semana o menos	2,9	1,8	1,5	,7	2,2	1,0	,7	,3
	Dos a cuatro veces	45,1	35,8	33,6	35,4	45,3	36,0	34,5	32,1
	Cinco a seis veces a diario	19,3	22,9	25,8	29,7	21,4	25,6	24,6	25,1
	No contesta	9,2	13,5	16,1	15,1	8,6	13,1	14,1	14,5
Refrescos	Una vez a la semana o menos	22,5	25,0	22,5	18,7	21,7	23,6	26,1	27,4
	Dos a cuatro veces	3,9	2,8	2,0	1,0	2,9	1,8	,8	,9
	Cinco a seis veces a diario	37,3	24,3	19,1	20,3	48,2	37,1	37,8	33,5
	No contesta	20,8	22,4	23,0	23,3	18,7	20,5	23,3	23,4
Refrescos	Una vez a la semana o menos	10,5	16,6	17,7	18,6	9,1	12,7	11,4	12,7
	Dos a cuatro veces	28,1	34,2	38,4	36,7	21,4	27,9	26,8	30,0
	Cinco a seis veces a diario	3,3	2,5	1,8	1,1	2,6	1,8	,9	,4
	No contesta								

Finalmente, la Tabla 7 muestra el porcentaje de adolescentes que está siguiendo alguna dieta o que a través de algún otro procedimiento trata de perder peso. Como puede apreciarse, son más los chicos que las chicas quienes consideran que su peso es correcto, son ellas quienes más sienten que deberían perder peso (percepción que aumenta con la edad), ellos son algo más tendentes a manifestar que más bien lo que necesitan es ganar peso y, con todo lo anterior, son las chicas las que en mayor porcentaje (y más cuanto mayor van siendo) dicen estar siguiendo una dieta (u otro procedimiento) para perder peso.

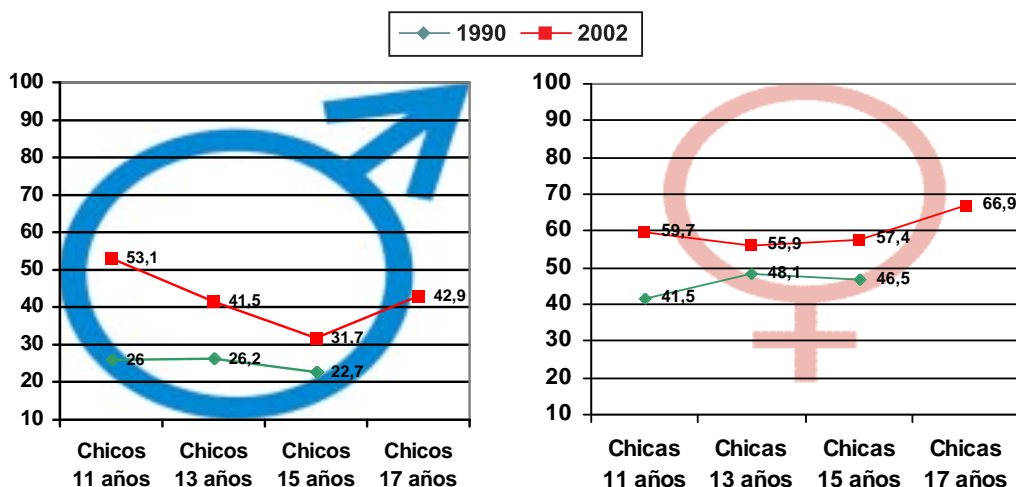
Tabla 7. *Porcentaje de adolescentes que responden a la pregunta "¿En este momento estás siguiendo alguna dieta o haciendo otra cosa para perder peso?", por sexo y edad*

Sexo Grupos de edad	Chico				Chica			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más
No, mi peso es correcto	47,0	53,4	57,8	54,1	50,0	46,3	36,7	35,7
No, pero debería perder	22,2	23,1	22,2	23,8	24,1	31,0	36,5	39,3
No, necesito ganar peso	15,1	11,6	11,7	14,3	13,6	8,0	6,3	6,4
Sí	10,9	8,8	6,6	7,1	9,1	13,3	19,9	18,3
No contesta	4,7	3,0	1,7	,7	3,3	1,4	,6	,3

### 1.b. Higiene dental

Las comparaciones que nos permite hacer el HBSC a través del tiempo nos muestran con claridad los avances que se han realizado en los hábitos de salud bucodental de los adolescentes españoles en los últimos 12 años, al menos en lo que atañe al cepillado de dientes. Como puede apreciarse en la Ilustración 5, ha aumentado de manera muy significativa el número de adolescentes que dice cepillarse los dientes más de una vez al día, y esto ha sucedido tanto en chicos como en chicas y en todos los intervalos de edad estudiados.

Ilustración 5. Datos españoles del HBSC en 1990 y en 2002: *Porcentaje de chicos y chicas de diferentes edades que dicen cepillarse los dientes más de una vez al día*



Sin embargo, si bien es cierto lo anterior (las mejoras experimentadas), también lo es que el cepillado de dientes sigue siendo un aspecto de la higiene bucodental en el que es necesario continuar mejorando. Así, por ejemplo, si nos cen-

tramos en los datos de 2002, a los 15 años, sólo un 31,7% de los chicos dice cepillarse los dientes más de una vez al día, algo que afirma hacer un 57,4% de las chicas.

Las cifras anteriores, analizadas desde la perspectiva de las comparaciones internacionales que también permite hacer el HBSC-2002, muestran que los adolescentes españoles están entre los que tienen una tasa más baja de cepillado de dientes (en concreto, en el intervalo de 15 años, España está entre los cinco países –de 32– con valores más bajos).

### 1.c. Actividad física y sedentarismo

La importancia de la actividad física en el desarrollo, especialmente a estas edades, está suficientemente documentada. La participación regular en actividades físicas contribuye a mejorar significativamente la calidad de vida, teniendo efectos positivos sobre la salud física y psicológica. Aunque estos efectos positivos puedan resultar menos llamativos durante la infancia y la adolescencia, lo cierto es que contribuyen de manera decisiva a definir los estilos y la calidad de vida adultos.

Lo que se les pedía en el estudio a los adolescentes es que especificaran el número de días de la última semana en los cuales se habían sentido físicamente activos (con el corazón acelerado y con una cierta dificultad para respirar) durante un total de al menos 60 minutos por día. Se les explicaba, además, que esos 60 minutos debían entenderlos como tiempo total, es decir, que no era necesario que se tratara de 60 minutos seguidos, sino que podían sumar los distintos momentos del día en que hubieran realizado algún tipo de actividad física.

La Tabla 8 muestra cómo en todas las edades estudiadas son los chicos quienes despliegan más actividad física que las chicas. De igual manera, y afectando en este caso a los dos sexos, se observa que a partir de los 13-14 años desciende ligeramente la actividad física a medida que aumenta la edad.

Tabla 8. *Media de días de la última semana en que se sintieron físicamente activos durante un mínimo de 60 minutos, en función del sexo y la edad de los adolescentes*

	11 – 12 años	13 – 14 años	15 – 16 años	17 – 18 años
Chicos	4,04	4,13	3,97	3,87
Chicas	3,46	3,55	3,27	3,18

Por otro lado, y continuando con las comparaciones internacionales, la Tabla 9 muestra los valores medios del conjunto de países del HBSC-2002. Como puede apreciarse, si se comparan estos valores con los de la Tabla 8, a los 11 años tanto los chicos como las chicas españoles están por debajo de los valores



medios de la muestra total del estudio; sin embargo, a los 13 y 15 años la media de días en que los adolescentes españoles se sienten físicamente activos es bastante parecida a la media de los países participantes. Por último, los resultados internacionales muestran tendencias muy parecidas a las encontradas en España: los promedios descienden con la edad en ambos sexos, siendo los valores siempre más bajos entre las chicas.

Tabla 9. Datos internacionales del HBSC-2002: *Media de días en que se sintieron físicamente activos durante un mínimo de 60 minutos los chicos y chicas de la muestra internacional*

	11 años	13 años	15 años	17 años
<b>Chicos</b>	4.3	4.2	3.9	---
<b>Chicas</b>	3.8	3.5	3.2	---

El análisis se centra a continuación en el reverso de la moneda: la actividad sedentaria. Así, tal y como se encarga de mostrar la Tabla 10, hay actividades sedentarias que no muestran un patrón diferencial entre los sexos (tal es el caso del tiempo dedicado a ver la TV), otras tienden a estar más asociadas a los varones (tiempo dedicado al ordenador jugando, chateando, con el correo electrónico o navegando en Internet) y otras más ligadas a las chicas (como, por ejemplo, hacer deberes o tareas escolares).

Tabla 10. *Promedio de horas diarias dedicadas a diversas actividades sedentarias, en función del sexo y la edad de los adolescentes*

	Chicos				Chicas			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18
<b>Televisión</b>	2,49	2,77	2,83	2,67	2,23	2,70	2,87	2,62
<b>Deberes</b>	1,74	1,74	1,59	1,67	1,93	2,25	2,29	2,58
<b>Ordenador</b>	1,08	1,38	1,48	1,41	,68	,88	,85	,87

La Tabla 11 se detiene en mostrar algunos datos internacionales; en concreto, el porcentaje de chicos y chicas españoles de diferentes edades que ven cuatro o más horas de televisión diarias comparados con la media del resto de países participantes en el HBSC-2002. Como puede apreciarse, y en lo que atañe a los datos internacionales, hasta los 13-14 años se observa una tendencia creciente en el alto consumo de televisión tanto en chicos como en chicas (siendo ellos quienes ven más televisión que ellas en todos los tramos de edad), detectándose sin embargo un cierto descenso a partir de los 15-16 años. En el caso de España, los chicos siguen una evolución parecida a esta tendencia internacional (aunque por debajo de ella en valores absolutos), pero en las chicas sigue en aumento, de manera que a partir de los 15 años (y las diferencias se incrementan aún más en el siguiente tramo de edad) el porcentaje de ellas con alto consumo televisivo supera al de chicos.

Tabla 11. Datos españoles e internacionales del HBSC-2002: *Porcentaje medio de chicos y chicas que dice ver la televisión durante cuatro horas o más al día los días entre semana*

	Media HBSC-Internacional 2002 <sup>(*)</sup>				España 2002			
	11	13	15	17	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17-18
<b>Chicos</b>	26,5	30,5	28	--	19,8	24	24,9	21,7
<b>Chicas</b>	22,1	27,2	23,4	--	15,8	23,7	26,3	31,4

(\*) Los datos internacionales del HBSC se han obtenido sólo con los adolescentes de 11, 13 y 15 años.

#### 1.d. Consumo de tabaco, alcohol y drogas ilegales

Otro de los hechos constatados en relación con la adolescencia tiene que ver con el aumento de las conductas de riesgo, entre ellas el consumo de sustancias tóxicas. En la actualidad los investigadores sostienen que hay un conjunto de factores que lo explican, de manera que es posible identificar tanto procesos neurobiológicos (ligados, por ejemplo, a la maduración del lóbulo prefrontal del cerebro), como psicológicos (el sentimiento de que se es invulnerable, el pensar que las cosas que le ocurren sólo le pasan a él/ella, que su vida se rige por reglas diferentes a las del resto, el deseo de sensaciones y experiencias novedosas, etc.) y contextuales (una cierta permisividad dentro de la familia y en la sociedad en general para que estas conductas tengan lugar, un predominio de expectativas sociales que sostienen que el adolescente tarde o temprano termina implicándose en ellas, lo que constituye un incuestionable apoyo a que aparezcan, etc.). A continuación se presentan los resultados obtenidos en este estudio en relación con conductas de riesgo relacionadas con el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas ilegales.

#### **TABACO:**

El consumo de tabaco en la población adolescente española se resume en cifras como que el 46% de los adolescentes de las edades estudiadas (11 a 18 años) manifiesta *haber fumado tabaco alguna vez*, siendo el porcentaje más elevado entre las chicas que entre los chicos a partir de los 15 años.

En lo que atañe al *consumo diario de tabaco* los resultados muestran que un 14,5% de los adolescentes españoles entre 11 y 18 años fuma a diario, llegando a ser un 31,8% en el grupo de más edad (dentro de este grupo —el de 17-18 años— son un 25,7% los varones que fuman a diario frente a un 37,4% de ellas).

La Tabla 12 muestra los valores referidos a distintos aspectos del consumo de tabaco: si ha probado el tabaco o no, la frecuencia de consumo actual, la edad a la que se inició y el porcentaje de su grupo de amigos que fuma; en relación con estos dos últimos contenidos se presentan los porcentajes tanto de la muestra

total como, específicamente, de aquellos adolescentes que reconocen consumir tabaco todos los días. Entre otras cosas, se puede observar cómo los que dicen fumar en la actualidad a diario fueron los que probaron el tabaco por primera vez antes y los que pertenecen a grupos de iguales en los que hay una mayor proporción de fumadores.

Tabla 12. *Porcentaje de adolescentes en relación con diferentes contenidos referidos al consumo de tabaco*

	Sexo	Chicos				Chicas			
	Edad	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18
Ha probado el tabaco	Sí	11,6	35,9	59,2	68,8	7,7	32,5	66,7	79,2
	No	83,7	60,3	39,4	30,7	89,1	65,5	32,6	20,5
	No contesta	4,7	3,8	1,5	,5	3,2	2,0	,7	,3
Frecuencia de consumo actual	Diaria	1,2	4,5	16,8	25,7	,6	3,7	22,7	37,4
	Semanal	1,6	3,5	6,9	7,1	,8	4,3	7,7	6,8
	Menor que semanal	2,6	5,0	7,5	6,1	1,6	5,0	6,3	5,9
	No fuma	92,1	84,8	66,9	60,3	95,3	85,3	62,8	49,5
	No contesta	2,5	2,4	1,8	,9	1,8	1,7	,6	,4
Promedio en la edad de inicio (considerando a todos los que dicen haber probado el tabaco alguna vez)		10,23	11,55	12,94	14,03	10,25	11,85	13,00	14,02
Promedio en la edad de inicio (considerando sólo a quienes dicen fumar a diario)		9,77	10,90	12,53	13,57	9,83	11,67	12,71	13,67
Personas que fuman en su grupo de amigos (en toda la muestra)	Ninguno	75,6	48,8	25,8	15,1	73,2	49,8	22,5	13,3
	La mitad o menos	8,6	27,0	36,6	40,5	9,0	25,8	34,9	34,5
	Más de la mitad o todos	1,7	10,0	32,5	41,1	2,4	9,5	38,4	50,3
	No lo sabe	12,5	13,5	4,5	1,9	13,2	13,7	3,0	,8
	No contesta	1,6	,7	,6	1,3	2,2	1,2	1,1	1,1
Personas que fuman en su grupo de amigos (en los que fuman a diario)	Ninguno	40,0	2,8	,3	,2	33,3	1,8	,7	,5
	La mitad o menos	45,0	29,2	24,7	19,6	,0	22,8	14,7	20,7
	Más de la mitad o todos	,0	61,1	74,0	78,0	44,4	70,2	83,7	78,0
	No lo sabe	10,0	5,6	,3	1,0	22,2	5,3	,5	,3
	No contesta	5,0	1,4	,7	1,2	,0	,0	,5	,6

Por otra parte, la Tabla 13 muestra algunos de estos datos pero referidos a doce años atrás. Comparando los datos de 1990 con los de 2002 se encuentra un ligero descenso en lo que tiene que ver con haber probado alguna vez el tabaco entre los de menos edad (parecería que tardaran ahora algo más en iniciarse), pero un aumento en los porcentajes de consumo habitual (diario y semanal) tanto en los chicos como en las chicas.

En resumen, aunque en la última década, y en el caso de los más pequeños (menos de 15 años) se podría hablar de un cierto descenso en el porcentaje de los que alguna vez han probado el tabaco, esto no es así para los que dicen fumar habitualmente, cuyo porcentaje claramente ha aumentado y sobre todo entre las chicas.

Tabla 13. Datos españoles del HBSC en 1990: *Porcentaje de adolescentes que dice haber probado el tabaco y frecuencia de consumo actual en función del sexo y la edad*

HBSC-1990 <sup>(*)</sup>	Sexo	Chicos				Chicas			
	Edad	11	13	15	17	11	13	15	17
Ha probado el tabaco	Sí	17.0	42.0	57.8	—	11.7	33.2	57.9	—
	No	83.0	58.0	42.2	—	88.3	66.8	42.1	—
Frecuencia de consumo actual	Diaria	0.2	1.5	11.0	—	0.3	1.9	15.5	—
	Semanal	0.7	2.8	6.5	—	0.6	2.7	8.2	—
	Menor que Semanal	3.7	11.3	12.1	—	2.5	6.7	8.0	—
	No fuma	95.4	84.4	70.5	—	96.7	88.7	68.3	—

(\*) Los porcentajes están calculados sin considerar a los adolescentes que responden "no sabe/no contesta"

Por último, tomando como referencia los datos internacionales del HBSC-2002, los adolescentes españoles de 15 años están entre los ocho primeros en lo que atañe al consumo diario de tabaco. La edad promedio a la que consumieron tabaco por primera vez estos adolescentes de 15 años que hoy fuman a diario en los 32 países del estudio fue, en el caso de los varones, los 11,7 años y, en el de las chicas, 12,4 (para los adolescentes españoles esta edad coincide en ellos y en ellas en los 12,7 años).

### ALCOHOL:

La Tabla 14 muestra en detalle algunos de los resultados encontrados en relación con el consumo de alcohol de los adolescentes: si lo han probado o no, la frecuencia actual de consumo, la edad de inicio en el consumo, si se han emborrachado o no y, si así ha sido, la edad en que sucedió por primera vez. En relación con este último asunto, un 67,2% de los adolescentes encuestados manifiesta no haberse emborrachado nunca, aunque un 10,5% dice haberlo hecho al menos cuatro veces. Globalmente (considerando toda la muestra estudiada) no se observan diferencias significativas en cuanto al sexo, pero sí en función de la edad. Así, por ejemplo, el porcentaje de adolescentes que no se ha emborrachado nunca disminuye drásticamente a medida que aumenta la edad (se pasa del 94,5% a los 11-12 años, al 57,6% a los 15-16 y al 33,9% a los 17-18 años) y, de igual manera, se incrementa el porcentaje de adolescentes que dice haberse emborrachado más de 10 veces (del 0,3% a los 11-12 años, se va pasando en los grupos de edad de 13-14, 15-16 y 17-18 años al 1,1%, 5,8% y 14,4%, respectivamente).

Si la comparación entre 1990 y 2002 se realiza analizando el consumo diario o semanal de bebidas alcohólicas concretas (ver Tabla 15), se observa que, por ejemplo, en relación con la cerveza o el vino, ha disminuido ese consumo habitual tanto en ellos como en ellas. En cuanto al consumo de licores destilados, se detecta un aumento de adolescentes que dice no ingerir nunca este tipo de bebidas (por ejemplo, si en 1990, el 34,3% de los chicos de 15 años decía no consu-

Tabla 14. *Porcentaje de adolescentes en relación con diferentes contenidos referidos al consumo de alcohol*

	Sexo Edad	Chicos				Chicas			
		11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18
Ha probado el alcohol	Sí	13,5	35,5	67,6	85,7	6,1	27,3	71,9	87,6
	No	82,7	59,9	29,0	11,7	91,4	69,6	26,2	10,6
	No contesta	3,7	4,6	3,5	2,6	2,6	3,1	1,9	1,8
Frecuencia de consumo actual de alcohol	A diario	1,6	2,0	3,1	3,2	,4	,0	,2	,7
	Semanalmente	,8	4,8	21,4	43,1	,1	2,0	18,3	32,8
	Mensualmente	1,5	4,5	14,1	17,0	,6	2,0	13,6	19,6
	Rara vez	12,2	20,1	26,3	22,2	6,9	16,5	32,3	28,2
	Nunca	81,4	66,3	33,6	14,0	89,9	77,9	35,2	18,5
	No contesta	2,5	2,2	1,5	,5	2,2	1,6	,5	,2
Frecuencia de consumo actual de cerveza	A diario	1,1	1,4	2,0	2,1	,3	,0	,0	,6
	Semanalmente	,4	2,5	11,9	23,2	,1	,4	3,5	9,7
	Mensualmente	1,0	2,0	7,5	10,2	,1	,6	2,9	6,1
	Rara vez	5,7	12,3	22,0	24,5	2,8	5,6	18,5	24,8
	Nunca	88,5	78,5	53,9	38,0	94,2	91,1	73,5	56,9
	No contesta	3,4	3,3	2,6	2,0	2,5	2,3	1,6	1,9
Frecuencia de consumo actual de vino	A diario	,8	1,0	1,2	1,3	,0	,0	,1	,1
	Semanalmente	,8	2,1	7,1	11,5	,1	,5	3,7	9,9
	Mensualmente	1,2	1,6	8,0	10,9	,3	,8	5,0	6,9
	Rara vez	9,0	13,7	22,2	29,4	3,7	7,0	20,9	25,0
	Nunca	84,9	78,0	58,3	44,6	93,0	89,1	68,5	55,8
	No contesta	3,3	3,5	3,1	2,3	2,9	2,6	1,8	2,3
Frecuencia de consumo actual de licores	A diario	,6	1,1	1,0	,4	,1	,0	,2	,1
	Semanalmente	,4	2,8	16,9	36,6	,1	1,6	16,2	26,0
	Mensualmente	,5	3,8	13,7	18,2	,5	1,5	12,6	18,9
	Rara vez	4,0	12,3	23,0	23,8	2,2	12,1	28,3	29,1
	Nunca	90,6	77,0	43,6	20,0	94,1	82,8	42,1	25,4
	No contesta	3,9	3,0	1,9	,9	2,9	1,9	,7	,6
Edad de inicio	Promedio	9,68	11,33	13,05	14,17	9,91	11,90	13,48	14,34
Número de veces que se ha emborrachado	Más de 10 veces	,6	1,7	7,2	20,2	,1	,5	4,5	9,1
	De 4 a 10 veces	,1	1,1	6,1	12,2	,1	,6	7,0	11,4
	Dos o tres veces	,6	3,1	11,1	19,7	,1	2,0	14,7	23,2
	Una vez	3,0	9,0	14,8	13,7	1,1	6,0	17,2	21,7
	Nunca	92,8	82,5	59,4	33,7	96,4	89,0	56,0	34,1
	No contesta	2,8	2,7	1,5	,5	2,4	1,9	,6	,4
Edad primera borrachera	Promedio	10,10	12,44	14,00	15,10	10,00	12,65	14,14	15,19
Personas que se emborrachan en su grupo de amigos	Ninguno	85,0	63,0	29,6	12,2	82,5	65,9	26,5	13,5
	La mitad o Menos	2,9	13,6	34,2	37,0	2,9	13,8	40,8	41,6
	Más de la Mitad o todos	,5	5,5	25,5	45,6	,3	3,8	25,3	40,2
	No lo sabe	10,7	17,1	10,0	4,2	13,2	16,0	6,8	4,1
	No contesta	,9	,7	,7	,9	1,1	,5	,7	,6

mir estas bebidas, el porcentaje ha subido al 55,28% en 2002) y, para quienes sí son consumidores habituales, no se aprecian tendencias de cambio importantes. Por otro lado, si la atención se centra en el porcentaje de adolescentes que dice no haberse emborrachado nunca, se observa que este patrón abusivo de consumo ha disminuido ligeramente, excepto entre las chicas a partir de 15 años (por ejemplo, si en 1990 el 66% de las adolescentes de esta edad decía no haberse emborrachado nunca, este porcentaje ha descendido al 56% en 2002, siendo esta cifra incluso menor que la de chicos de la misma edad –59,4%– que dicen lo mismo).

Tabla 15. Datos españoles del HBSC en 1990 y en 2002: *Porcentaje de adolescentes que consume cerveza, vino y licores semanalmente o a diario y que nunca se ha emborrachado, en función del sexo y la edad*

	Sexo Edad	Chicos				Chicas			
		11	13	15	17	11	13	15	17
Consumo de cerveza semanal o diario	1990	4,9	11,9	31,0	--	1,1	2,7	18,4	--
	2002 (*)	0,9	3,1	11,7	25,9	0,5	,0	1,8	10,5
Consumo de vino semanal o diario	1990	13,9	15,2	26,5	--	6,7	11,5	23,1	--
	2002 (*)	1,1	3,1	8,2	11,2	0,3	0,3	2,1	9,4
Consumo de licores semanal o diario	1990	1,2	3,4	17,9	--	,0	1,4	12,9	--
	2002 (*)	1,1	2,4	12,4	37,4	0,3	0,4	11,3	26,2
Nunca consumen licores	1990	86,4	70,7	34,3	--	95,7	77,7	48,2	--
	2002 (*)	95,4	84,7	55,3	20,2	97,0	91,1	50,0	25,5
No se han emborrachado	1990	89,9	76,8	53,9	--	93,8	85,3	66,0	--
	2002 (*)	92,8	82,5	59,4	33,7	96,4	89,0	56,0	34,1

(\*) Para poder comparar los datos del 2002 con los de 1990 se han calculado los porcentajes del 2002 considerando en esta ocasión sólo a los sujetos que respondieron a la pregunta, eliminando los "no sabe/no contesta"

Las comparaciones con los otros 32 países que han formado parte de la edición 2002 del HBSC revelan que, tomando como referencia a los adolescentes de 15 años, los españoles están entre los tres de menor consumo semanal de cerveza y en torno a la posición vigésima en el consumo semanal de vino, pero en séptimo lugar en el consumo semanal de licores destilados.

### **HACHÍS:**

La Ilustración 6 permite apreciar el consumo de *hachís* entre chicos y chicas y en las edades en las que se preguntó por esta sustancia.

Por su parte, la Tabla 16 permite apreciar, entre otras cosas, la evolución del consumo en doce años en nuestro país y confirma un incremento significativo; así, por ejemplo, si en 1990, el 80,9% de los chicos de 15-16 años manifestaba no haberse fumado nunca un *porro*, este porcentaje ha descendido en 2002 al 68,2%, encontrándose un descenso aún más marcado entre las chicas (si en 1990 el 89% decía no haberlo probado nunca, en 2002 dice lo mismo el 71,2%).

Si se toman como referencia los datos internacionales del HBSC-2002, y considerando sólo a los adolescentes de 15 años, España está entre los seis primeros países en el consumo de *cannabis*. Los datos muestran, por ejemplo, que en el conjunto de los países del estudio un 21,7% de los varones y un 16% de las chicas manifiestan haberlo consumido en los últimos 12 meses (estos porcentajes en el caso de España son del 31,6% y del 30%, respectivamente).

Ilustración 6. *Número de veces que se ha consumido hachís ("porros") en la vida en función del sexo y la edad de los adolescentes*

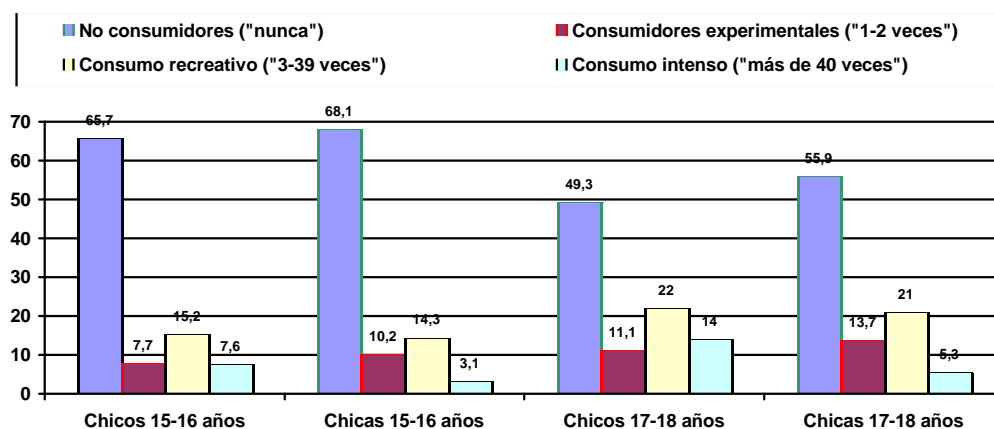


Tabla 16. Datos españoles del HBSC en 1990 y en 2002 y datos internacionales del HBSC-2002: *Porcentaje de adolescentes que dice no haber consumido nunca hachís*

	Sexo Edad	Chicos		Chicas	
		15 - 16	17 - 18	15 - 16	17 - 18
Nunca ha consumido hachís ("porros") en su vida	España 1990	80,9	56,2	89,0	75,2
	España 2002 (*)	68,2	51,2	71,2	58,3
	Promedio internacional del HBSC-2002	78,4	—	84,2	--

(\*) Para poder comparar los datos del 2002 con los de 1990 se han calculado los porcentajes del 2002 considerando en esta ocasión sólo a los sujetos que respondieron a la pregunta, eliminando los "no sabe/no contesta".

## COCAÍNA:

El consumo de cocaína, aunque afortunadamente no tan generalizado como el de *porros*, ha experimentado una evolución parecida al de esta última sustancia, en el sentido de haber aumentado su consumo en todas las edades estudiadas y tanto en chicos como en chicas (ver datos del 2002 en la Tabla 17). Así, por ejemplo, si en 1990 un 93,2% de los varones de 17-18 años decía no haber probado nunca la cocaína, este porcentaje desciende al 85,3% en 2002 (ver Tabla 18).



Tabla 17. Consumo de cocaína en función del sexo y la edad de los participantes

	Sexo Edad	Chicos		Chicas	
		15 – 16	17 - 18	15 - 16	17 – 18
Número de veces que ha consumido cocaína en su vida	Nunca	92,4	83,7	93,9	90,1
	Una-dos veces	2,5	5,5	2,2	4,0
	Tres-cinco veces	,8	1,9	,4	1,2
	Seis-nueve veces	,5	1,7	,4	1,2
	Diez-diecinueve veces	,2	2,1	,3	1,0
	Veinte a treinta y nueve veces	,3	1,4	,1	,2
	Cuarenta veces o más	,8	1,8	,3	,4
	No contesta	2,5	1,9	2,5	2,0

Tabla 18. Datos españoles del HBSC en 1990 y en 2002: Porcentaje de adolescentes que dice no haber consumido nunca cocaína

	Sexo Edad	Chicos		Chicas	
		15 – 16	17 - 18	15 - 16	17 – 18
Nunca ha consumido cocaína en su vida	España 1990	98,6	93,2	99,7	94,9
	España 2002 <sup>(*)</sup>	94,7	85,3	96,3	91,9

(\*) Para poder comparar los datos del 2002 con los de 1990 se han calculado los porcentajes del 2002 considerando en esta ocasión sólo a los sujetos que respondieron a la pregunta, eliminando los “no sabe/no contesta”

## EL CONSUMO SIMULTANEO DE MÁS DE UNA SUSTANCIA<sup>7</sup>

Se realizaron otros análisis a los datos para comprobar la relación entre los consumos de las distintas sustancias estudiadas. Se encontraron resultados como los siguientes:

- Existe relación entre el consumo de tabaco y el consumo de *cannabis*. Así, por ejemplo, entre las personas que no fuman es significativamente menor el porcentaje de los que consumen *cannabis* que entre las que fuman. En concreto, dentro de los “no fumadores” el porcentaje de “no consumidores de porros” es del 79%, mientras que entre los “fumadores” los que no consumen *cannabis* son el 22%.
- Tras el *cannabis*, la droga ilegal más consumida son las drogas de diseño. Tanto los consumidores de ésta como del resto de drogas son preferentemente también consumidores de tabaco. Así, por ejemplo, hay un 23% de

<sup>7</sup> Como ya se comentó al presentar la metodología del estudio, las preguntas referidas al consumo de drogas ilegales sólo estaban incluidas en el cuestionario de los adolescentes de más edad (15 años o más). Por lo tanto, la referencia que a continuación se hace a esas sustancias se circunscriben necesariamente sólo a estas edades.



adolescentes no fumadores que han consumido al menos una vez una droga ilegal, mientras que dentro de los fumadores este porcentaje es del 80%.

- El consumo de bebidas alcohólicas antecede en el tiempo al de tabaco y existe una relación significativa entre la edad en la que se fuma el primer cigarrillo y la edad en que se prueba la primera bebida alcohólica (los chicos y chicas que tomaron antes su primera bebida alcohólica son también quienes comienzan a fumar a menor edad). De hecho, un año menos en la edad de inicio de la primera bebida alcohólica se asocia con unos ocho meses menos en la edad de probar el primer cigarrillo.
- En el grupo de adolescentes que no ha probado nunca el alcohol se da un 86% de los que nunca ha probado el *cannabis*. Esta cifra se reduce hasta el 60% en el caso de que se consuma alcohol rara vez o mensualmente, y hasta un 20% en el caso de que se dé un consumo semanal o diario de alcohol.

**ESTILOS DE VIDA***Alimentación y dieta:*

- El desayuno es la comida que más adolescentes se saltan (el 16,1% no desayuna ningún día entre semana), sobre todo a medida que avanza la adolescencia y especialmente entre las chicas.
- La conducta alimentaria de un porcentaje importante de adolescentes dista de ser saludable, hasta el punto de que alrededor de la cuarta parte de los adolescentes presenta un consumo bajo de frutas y verduras y elevado de dulces y refrescos.
- A medida que aumenta la edad, empeoran los patrones alimentarios: mayor porcentaje de adolescentes pierde alguna o varias de las comidas diariamente, disminuye el consumo de frutas y aumenta el de dulces y bebidas azucaradas.
- El porcentaje de chicas que se salta algunas comidas a lo largo de la semana es mayor que el de chicos, siendo esta diferencia bastante llamativa a partir de los 15 años.
- Algunos aspectos de la conducta alimentaria parecen haber empeorado durante la última década. Por ejemplo, ha disminuido más de un 20% el porcentaje de chicas de 15 años que cena diariamente.
- Considerar su peso como correcto es más común entre los chicos que entre las chicas. Por otro lado, mientras que ellas son quienes más sienten que deberían perder peso (sensación que aumenta incluso con la edad), ellos tienden más a manifestar que lo que necesitan es engordar. Es fácil entender que, en consecuencia, sean las chicas las que en mayor porcentaje (y más cuanto mayor van siendo) reconozcan estar siguiendo una dieta (u otro procedimiento) para perder peso.

*Cepillado de dientes:*

- En la última década ha aumentado significativamente el porcentaje de adolescentes que dice cepillarse los dientes todos los días más de una vez (siendo las chicas quienes significativamente muestran mejores niveles de higiene bucodental en este aspecto), sin embargo los adolescentes españoles están entre los que muestran una tasa más baja de cepillado de dientes entre los países del HBSC-2002.

*Actividad física y sedentarismo:*

- Podemos afirmar que la actividad física de nuestros adolescentes es baja: como media, los adolescentes realizan actividad física moderada la mitad de los días recomendados.
- En todas las edades estudiadas los chicos despliegan más actividad física que las chicas.
- A partir de los 13 años, y a medida que aumenta la edad de la muestra, disminuye el hábito de realizar actividad física y, por tanto, aumenta la conducta sedentaria.
- Algunos hábitos de ocupación del tiempo libre muy presentes entre los adolescentes (uso del ordenador, de la TV, etc.) contribuyen al aumento de la conducta sedentaria.

*Consumo de tabaco, alcohol y drogas ilegales:*

- Las conductas de riesgo, como el consumo de tabaco, alcohol o hachís aumentan con la edad
- A medida que aumenta la edad, la participación de las chicas en conductas de riesgo se hace mayor, superando en el caso del tabaco al consumo masculino a partir de los 15 años.
- En los últimos 12 años han variado los patrones de consumo de sustancias de riesgo:
  - o Se inician más tarde en el consumo de tabaco, pero ha aumentado el número de fumadores que lo hacen a diario (especialmente entre las chicas).
  - o Ha aumentado el número de adolescentes abstemios, pero también el de aquellos que reconocen un consumo excesivo.
  - o Ha disminuido el consumo de cerveza, pero ha aumentado (especialmente entre las chicas) el consumo de licores.
  - o En los últimos años se ha producido un incremento en el consumo de "porros" y cocaína.

## 2. EL CONTEXTO FAMILIAR

- 2.a. Estructura de las familias
- 2.b. Comunicación con los progenitores
- 2.c. Supervisión de los progenitores
- 2.d. Los vínculos afectivos con los progenitores
- 2.e. Los estilos educativos
- 2.f. Actividades compartidas
- 2.g. Bienestar económico y equipamiento de los hogares
- 2.h. Percepción del barrio de residencia como contexto físico y social

La familia es el contexto de desarrollo más importante para el ser humano. Durante las últimas décadas del siglo XX, y de manera especial en occidente, su estructura formal ha cambiado de forma significativa (ej.: disminución de la natalidad, aumento de los divorcios, de las familias monoparentales y reconstituidas, etc.), aunque sus funciones básicas permanecen siendo las mismas: aportar cuidados físicos y psicológicos a sus miembros.

La familia, por lo tanto, es un sistema dinámico que se ve afectado por los cambios sociales, culturales e históricos, así como por los ciclos y transiciones que le son propios. Una de estas transiciones es la que tiene lugar cuando los hijos llegan a la adolescencia. Durante estos años, y como consecuencia –entre otros factores– de los cambios físicos, sociales y cognitivos del adolescente, todo el sistema familiar tiene que ajustarse a esa nueva circunstancia.

La investigación en psicología evolutiva ha demostrado que durante estos años aumentan los conflictos entre padres e hijos, cambia en los hijos el concepto de autoridad paterna en el sentido de que se hace más diversificada y compleja (los adolescentes reconocen su legitimidad, por ejemplo, en temas morales, pero no en aquellos asuntos que consideran “personales”), se observa un cambio en la estructura de poder dentro de la familia (los adolescentes asumen un papel más activo en la toma de decisiones familiares), cambian también las percepciones mutuas entre padres e hijos (los hijos cuestionan y critican a sus progenitores como tales y éstos perciben que la idea que tenían de su hijo ideal está ahora más lejos) y, desde la perspectiva emocional, disminuyen las manifestaciones explícitas de afecto, aunque para los adolescentes el significado de la familia como recurso emocional básico permanece intacto. Como se comentará más adelante, muchos de estos cambios deben interpretarse simplemente como una consecuencia lógica de una etapa de transición en la que las relaciones deben ser redefinidas y hacer esos ajustes cuesta y lleva tiempo.

En la exposición que se realiza a continuación se presenta un amplio abanico de datos referidos a la vida familiar del adolescente. Los temas abordados van desde lo más estructural (¿con quién viven?) hasta el análisis de procesos complejos, como la comunicación padres-hijo, las relaciones de apego, la supervisión

paterna, los estilos educativos y las actividades “en familia”; se analizará igualmente el bienestar económico de la familia y el equipamiento del hogar, así como un asunto que excede al ámbito familiar pero que condiciona con mucho su calidad de vida y la de sus miembros, nos referimos al barrio en el que reside y, más en concreto, a cómo es percibido como contexto físico y social.

En relación con estas variables analizadas, puede afirmarse que, con independencia de la estructura que tenga la familia, el ajuste del adolescente será mayor cuanto más fácil le resulte comunicarse con sus progenitores, cuanto más vinculado afectivamente se sienta a ellos, cuanto más asentadas sobre patrones democráticos y de adecuada supervisión estén las relaciones entre ellos y cuanto más se continúe participando en actividades conjuntas, todo ello en medio, a ser posible, de un entorno de bienestar y de confianza básica en el entorno.

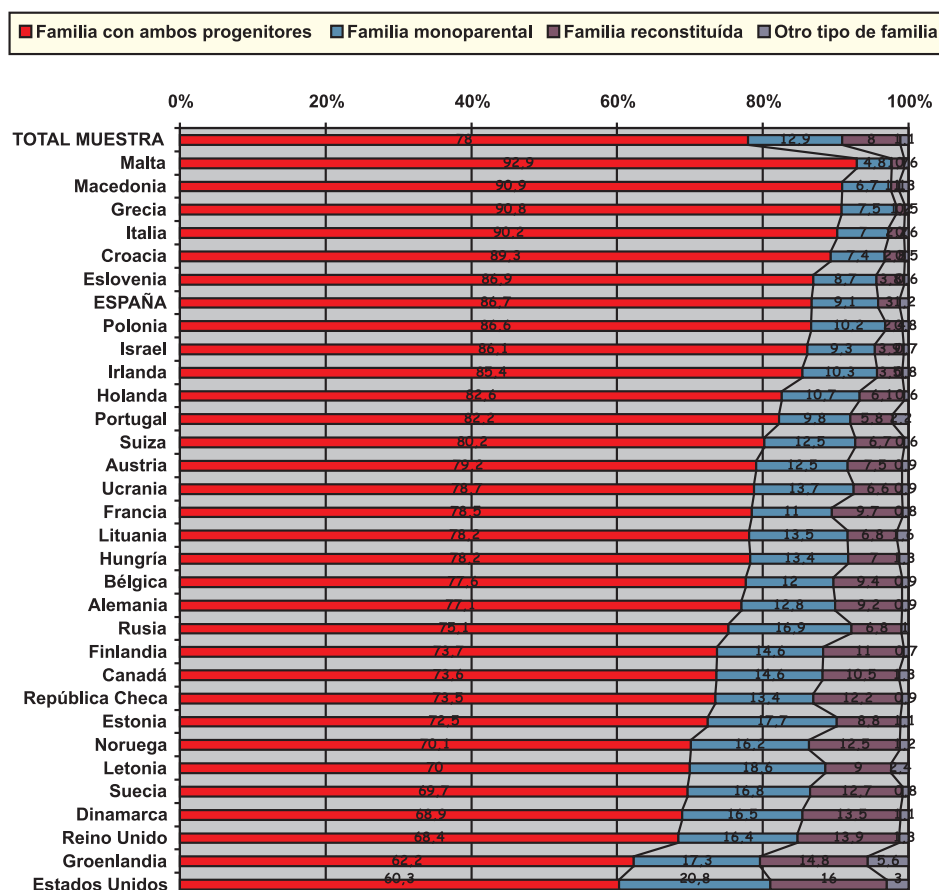
## **2.a. Estructura de las familias**

La estructura familiar de los hogares de los adolescentes españoles encuestados es biparental en un 86,7% de los casos, monoparental en un 9,1% y reconstituida en el 3%. Por último, un 1,2% de los adolescentes vive en circunstancias familiares diversas: sólo con las madrastras o padrastros, con abuelos como cuidadores principales, en casas de acogida, sólo con hermanos o en otros tipos de hogares. La Ilustración 7 permite apreciar las semejanzas y diferencias de la estructura familiar de los adolescentes españoles con la de los otros adolescentes de los países que han formado parte del estudio HBSC-2002.

## **2.b. Comunicación con los progenitores**

En relación con el *padre*, la Tabla 19 y la Ilustración 8 muestran con claridad el perfil evolutivo de ambos sexos. Como puede apreciarse, la dificultad percibida para hablar con el padre aumenta con la edad en ambos sexos, pero siempre son las chicas las que perciben mayor dificultad para comunicarse con este progenitor.

En relación con la *madre*, y a diferencia de lo que sucede con la figura del padre, no se detectan diferencias significativas entre los chicos y las chicas en cómo perciben la comunicación con ella. Sin embargo, sí existen diferencias en función de la edad, de manera que también a medida que aumenta la edad aumenta la percepción de dificultad. Es decir, y como se aprecia en la Tabla 20 y la Ilustración 8, la dificultad percibida en la comunicación con la madre aumenta con la edad de forma muy parecida en ellos y ellas. A pesar de lo anterior, las madres continúan siendo un recurso emocional de comunicación muy importante a estas edades, con independencia de que también durante estos años aumente el protagonismo de otros agentes socializadores (hermanos y, fundamentalmente, iguales), algo en lo que este informe se detiene más adelante.

Ilustración 7. Datos internacionales del HBSC-2002: *Estructura de las familias de los adolescentes en la muestra internacional*Tabla 19. Datos españoles del HBSC en 1990 y en 2002 y datos internacionales del HBSC-2002: *Facilidad para la comunicación con el padre.*

	Sexo	Chicos				Chicas				
		Edad	11	13	15	17	11	13	15	17
HBSC-España 1990 (*)	Difícil		20,8	28,3	36,5	--	26,6	44,8	49,2	--
	Fácil		76,9	68,8	62,4	--	71,1	53	47	--
	No tengo o veo a esa persona		2,3	2,8	1,1	--	2,3	2,2	3,8	--
HBSC-España 2002	Difícil		20,5	29,0	33,4	44,3	30,8	48,0	53,3	53,8
	Fácil		73,5	65,5	60,4	49,8	62,3	45,3	38,4	39,0
	No tengo o veo a esa persona		3,8	4,1	5,2	4,7	5,2	5,2	7,1	6,5
	No contesta		2,2	1,3	1,0	1,2	1,7	1,5	1,2	,7
HBSC-Internacional 2002	Difícil		18,7	24,7	31,4	--	30,0	41,2	47,3	--
	Fácil		72,5	64,9	59,1	--	60,5	47,5	41,5	--
	No tengo o veo a esa persona		5,4	6,6	7,0	--	6,4	7,9	9,3	--
	No contesta		3,4	3,8	2,5	--	3,1	3,5	1,9	--

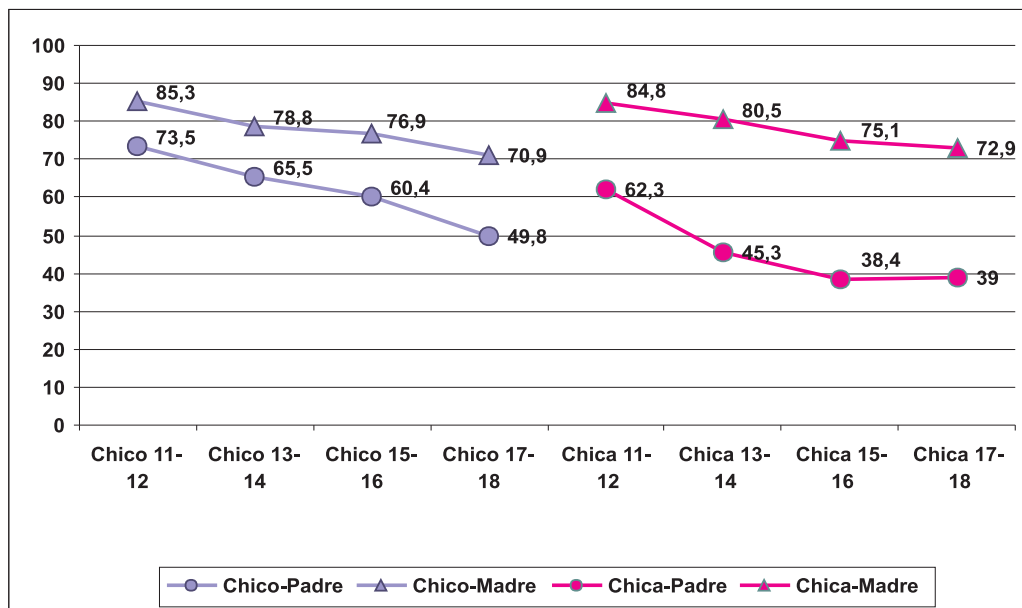
(\*) Los porcentajes de HBSC-España 1990 están calculados sin considerar a los adolescentes que "no saben/no contestan"

Tabla 20. Datos españoles del HBSC en 1990 y en 2002 y datos internacionales del HBSC-2002: *Facilidad para la comunicación con la madre*

	Sexo Edad	Chicos				Chicas			
		11	13	15	17	11	13	15	17
HBSC-España 1990 <sup>(*)</sup>	Difícil	15,6	15,7	19,9	--	12,0	17,0	22,4	--
	Fácil	84	83,2	78,7	--	87,7	82,4	76,1	--
	No tengo o veo a esa persona	0,5	1,1	1,4	--	0,3	0,5	1,5	--
HBSC-España 2002	Difícil	11,3	18,6	20,1	26,6	12,3	17,0	22,9	24,9
	Fácil	85,3	78,8	76,9	70,9	84,8	80,5	75,1	72,9
	No tengo o veo a esa persona	1,0	1,1	1,7	1,1	,8	1,2	1,0	1,1
	No contesta	2,4	1,5	1,3	1,4	2,0	1,3	1,0	1,1
HBSC-Internacional 2002	Difícil	11,6	16,3	21,6	--	11,0	16,8	22,0	--
	Fácil	83,1	78,1	73,4	--	83,8	78,7	74,0	--
	No tengo o veo a esa persona	1,8	2,3	2,3	--	2,0	2,2	2,2	--
	No contesta	3,6	3,4	2,7	--	3,2	2,3	1,8	--

(\*) Los porcentajes de HBSC-España 1990 están calculados sin considerar a los adolescentes que "no saben/no contestan"

Ilustración 8. *Porcentaje de chicos y chicas españoles a los que les resulta fácil o muy fácil hablar con su padre y con su madre según la edad*



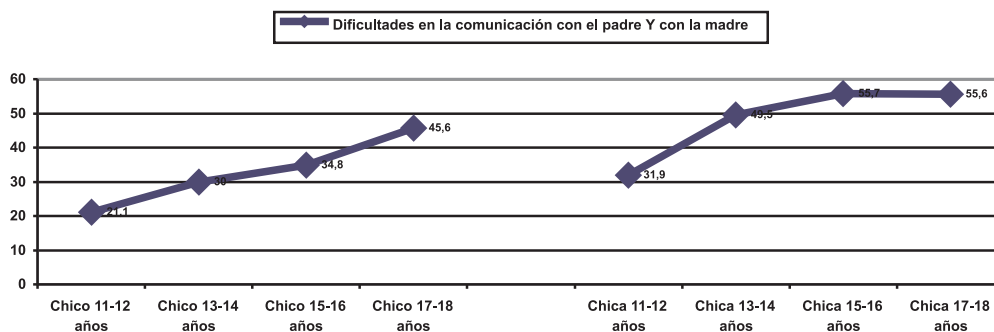
Es importante destacar que estas pautas que definen la comunicación de los adolescentes españoles con sus progenitores (disminución en la percepción de facilidad en la comunicación con el padre y con la madre, pero de manera mucho más marcada en relación con el padre y más aún entre las chicas) es algo que caracteriza también a los patrones de comunicación de los adolescentes de la

muestra de todo el estudio internacional. En las Tablas 19 y 20 están incluidos también los datos de los más de 160.000 adolescentes de toda la muestra internacional y, como puede apreciarse, se constatan las tendencias comentadas en el caso de los españoles.

Las mismas tablas permiten comparar los datos españoles del HBSC-2002 con los del HBSC-1990. En ellos se puede apreciar que, tanto en relación con el padre como con la madre, las tendencias comentadas más arriba no son nuevas, y los valores en la mayor parte de las casillas son muy parecidos en los dos años.

Sin duda, el desarrollo adolescente se ve estimulado cuando los niveles de comunicación son buenos con ambos progenitores. Cuando eso no sucede, al menos es deseable que se tenga a uno de los progenitores como recurso comunicativo. Desgraciadamente la situación se vuelve más problemática aún para aquellos adolescentes que perciben tener dificultades de comunicación tanto con el padre como con la madre. Son estos chicos y chicas los que aparecen recogidos en las cifras de la Ilustración 9. Como puede apreciarse, de nuevo son más las chicas que los chicos quienes manifiestan tener dificultad en la comunicación con ambos progenitores.

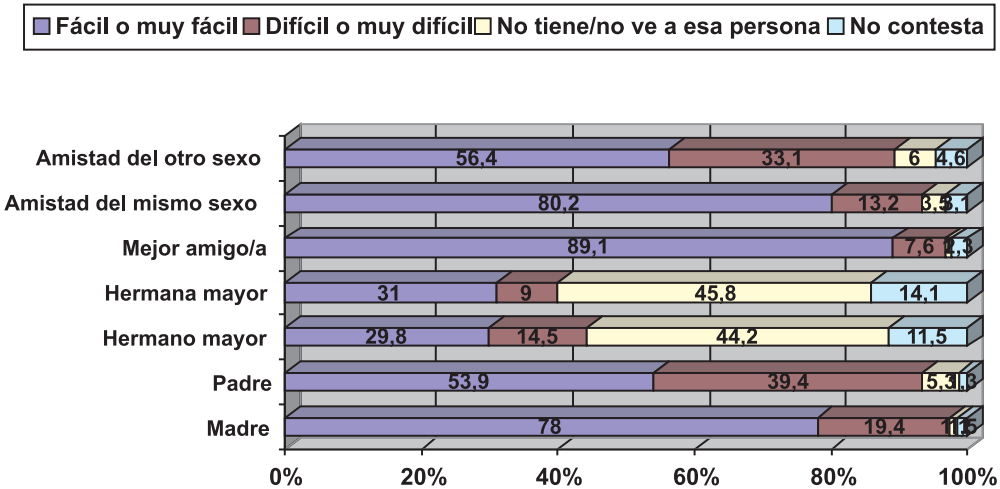
Ilustración 9. *Porcentaje de chicos y chicas de diferentes edades que dicen tener dificultad para comunicarse con su madre y también con su padre*



La Ilustración 10 presenta información acerca de cómo se estructura la red de apoyo social del adolescente en este periodo del ciclo vital. Así, si bien es cierto que la madre ocupa un lugar importante (sobre todo si se compara con el padre), también lo es que las amistades, y en especial las del mismo sexo (y más aún la del mejor amigo/a), cobran una extraordinaria importancia. En la gráfica también se aprecia que, para quienes dicen tener hermanos o hermanas mayores, estas figuran resultan también una fuente de apoyo importante. Los datos muestran, además, que la importancia del recurso emocional de personas de la misma edad y del mismo sexo es más evidente a medida que va avanzando la adolescencia entre las chicas que entre los chicos, siendo especialmente crítico el periodo de los 13-14 años, momento que la literatura científica ha situado el fenómeno de la

auto-revelación (cuando los adolescentes –y sobre todo ellas– se muestran uno al otro como vulnerable, contándose sus preocupaciones, miedos y ansiedades), un indicador de intimidad en la relación muy valorado en estas edades.

Ilustración 10. Respuesta de toda la muestra de chicos y chicas a la pregunta: “¿Cuánto de fácil te resulta hablar con las siguientes personas sobre cosas que realmente te preocupan?”



### 2.c. Supervisión de los progenitores

Como puede apreciarse en la Ilustración 11, las madres suelen estar más informadas que los padres en todos los asuntos que aquí han sido considerados, o al menos así lo perciben los adolescentes. Puede observarse también que hay asuntos sobre los que los progenitores están algo más informados (saben más acerca de las amistades de sus hijos e hijas o dónde están después del colegio) que sobre otros (como dónde van cuando salen de noche, cómo gastan el dinero o qué hacen en su tiempo libre).

La Tabla 21 especifica los valores de supervisión de las madres y de los padres por sexo y edad. A las tendencias generales anteriores se añade, por ejemplo, que la supervisión de las madres es mayor con las hijas que con los hijos en todos los asuntos explorados (con el padre no siempre ocurre así).

Sin embargo, si para la prevención de conductas de riesgo es importante que los adolescentes de estas edades estén supervisados por sus padres y madres, también lo es para el desarrollo de su autonomía que éstos sepan ir cediendo terreno al hijo o hija de manera que el control externo paterno se vaya sustituyendo poco a poco por mecanismos ajustados de control interno. Es decir, los progenitores deben ayudar a que el adolescente vaya poco a poco aprendiendo



a llevar las riendas de su vida. La Ilustración 12 ha seleccionado uno de los contenidos que los padres y madres pueden supervisar (cómo sus hijos gastan el dinero) y permite apreciar cómo, en efecto, a medida que los hijos e hijas crecen, los adultos van cediendo su supervisión.

Ilustración 11. *Padres y madres saben mucho acerca de...*

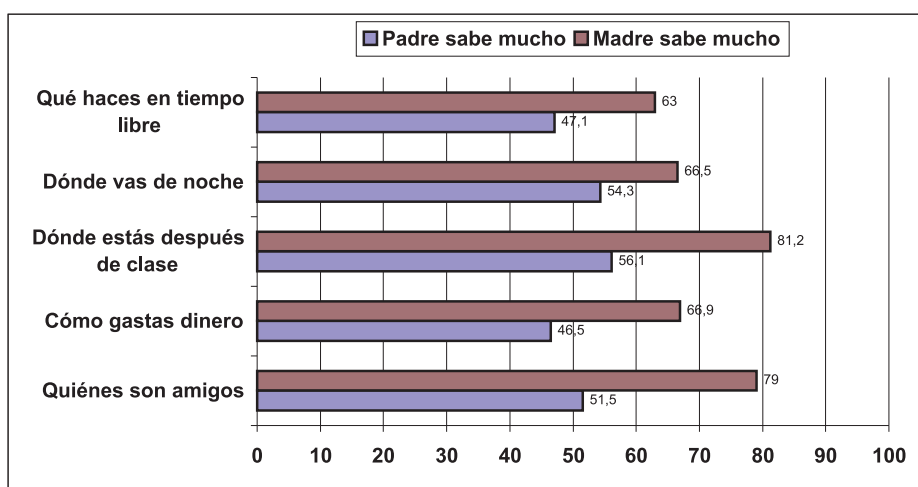
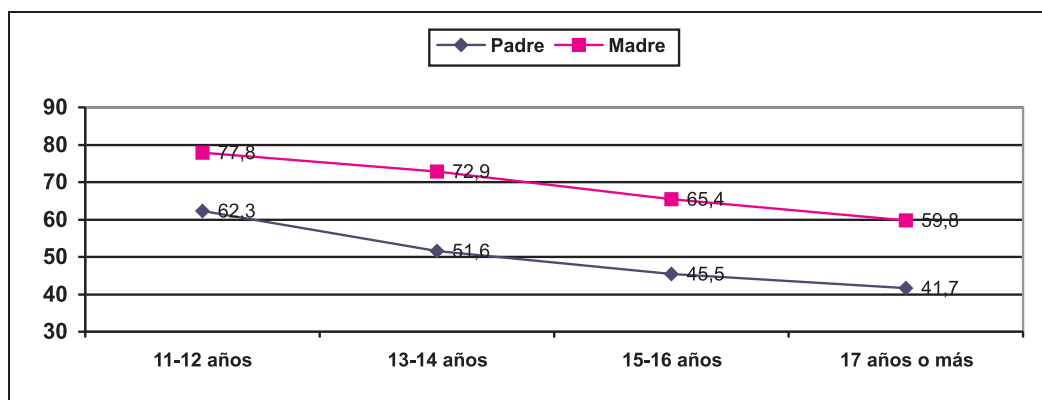


Tabla 21. *Porcentaje de respuesta “Mucho” a la pregunta “Qué sabe tu madre/padre sobre las siguientes cosas” (\*)*

		Chicos				Chicas			
		11-12	13-14	15-16	17-18	11-12	13-14	15-16	17-18
Quiénes son sus amigos	Madre	81,7	77,5	75,8	72,8	84,1	83,8	85,4	84,9
	Padre	60,1	58,9	58,1	52,4	52,6	51,0	54,3	53,7
En qué gasta el dinero	Madre	76,2	69,5	62,0	54,0	79,4	76,5	68,4	65,2
	Padre	62,7	53,3	48,4	42,2	61,9	49,8	42,8	41,2
Qué hace después de clase	Madre	84,4	79,5	79,0	76,5	89,7	86,5	86,6	85,7
	Padre	65,7	58,8	57,9	55,5	69,4	60,7	57,8	58,3
Dónde va por las noches	Madre	80,8	68,5	61,8	56,2	85,6	78,3	71,3	69,2
	Padre	73,8	61,4	53,6	46,7	78,8	65,7	56,1	52,6
Qué hace en su tiempo libre	Madre	67,9	56,3	61,2	59,0	72,8	67,5	65,7	67,9
	Padre	59,3	47,4	51,8	50,3	59,1	47,9	43,5	47,0

(\*) Las categorías de respuesta eran “mucho”, “poco” y “nada”. Los porcentajes están calculados sobre el total de adolescentes que responden a la pregunta; es decir, sin considerar a los “no sabe/no contesta”.

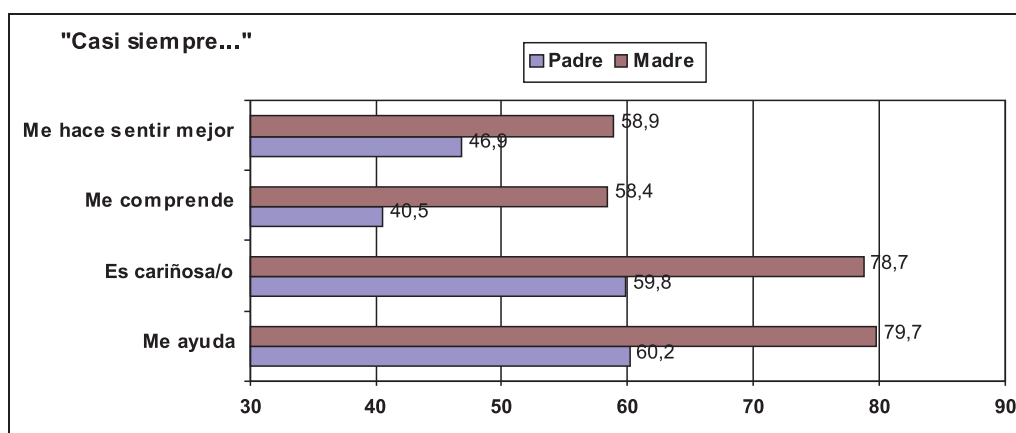
Ilustración 12. *Porcentaje de chicos y chicas de diferentes edades que dicen que sus progenitores saben mucho acerca de cómo gastan su dinero*



## 2.d. Los vínculos afectivos con los progenitores

Como se aprecia en la Ilustración 13, la percepción del progenitor como base segura es más clara respecto a la madre que al padre, lo que concuerda con lo comentado anteriormente respecto a la relevancia de la figura materna cuando se presentaron los resultados de comunicación.

Ilustración 13. *Percepción del padre y la madre como una persona que "casi siempre..."*



También, y como muestra la Tabla 22, chicos y chicas tienden a percibir las cosas de una manera muy parecida (especialmente en relación con la madre), mientras que entre los adolescentes pequeños y los mayores sí se advierten diferencias (los primeros, más tendentes a percibir a los progenitores como más cercanos).

Tabla 22. Porcentaje de respuesta “Casi siempre” a la pregunta “Mi madre / padre.” (\*)

		Chicos				CHICAS			
		11-12	13-14	15-16	17-18	11-12	13-14	15-16	17-18
Me ayuda tanto como lo necesito	Madre	89,2	84,8	77,6	75,2	89,3	86,8	76,8	73,9
	Padre	78,7	71,8	65,2	59,0	73,4	63,9	54,7	51,2
Me deja hacer las cosas que me gusta hacer	Madre	36,3	34,9	38,5	43,0	29,0	29,5	28,5	35,8
	Padre	42,9	43,9	45,8	46,5	34,4	35,7	35,6	41,2
Es cariñoso/a	Madre	89,1	82,1	78,4	76,3	88,4	83,7	75,8	72,3
	Padre	78,2	66,4	56,3	46,7	81,2	72,7	60,6	54,2
Comprende mis problemas y preocupaciones	Madre	76,8	64,8	54,5	48,5	75,2	63,8	49,5	48,7
	Padre	67,6	55,2	45,3	36,6	56,3	38,1	26,0	25,4
Le gusta que tome mis propias decisiones	Madre	39,8	38,9	47,6	49,7	39,0	37,9	43,5	53,3
	Padre	43,7	47,7	51,8	55,5	40,5	38,2	40,0	50,0
Intenta controlar todo lo que hago	Madre	56,4	47,4	38,6	36,6	49,0	42,4	35,4	29,6
	Padre	46,9	37,9	31,1	24,2	41,5	35,2	27,9	25,2
Me trata como si fuera un niño pequeño	Madre	17,2	16,6	16,6	17,7	14,0	12,8	16,0	14,2
	Padre	13,9	12,0	12,5	10,6	14,5	15,3	17,7	19,0
Consigue hacerme sentir mejor cuando estoy triste	Madre	83,6	64,7	51,2	41,2	81,2	66,3	49,9	47,8
	Padre	73,4	58,9	42,0	29,5	73,5	53,8	39,9	35,0

\* Las categorías de respuesta eran “Casi siempre”, “Algunas veces” y “Nunca”. Los porcentajes están calculados sin considerar las respuestas “no sabe/no contesta”.

## 2.e. Los estilos educativos

La Ilustración 14 muestra cómo evoluciona con la edad la percepción que los adolescentes tienen de los estilos disciplinarios de sus madres (la que tienen de sus padres no está representada, pero sigue el mismo perfil, tal y como se aprecia en la Tabla 23). Como puede observarse, se advierte un predominio del estilo inductivo-explicativo –“me explica por qué me castiga”– en los más pequeños y del estilo más permisivo –“me lo dice, pero no me castiga”– entre los de más edad, al tiempo que los estilos más indiferentes –“no me castiga, le da igual”– o, por el contrario, más basadas en el ejercicio unilateral del poder –“me castiga sin decirme por qué”– se presentan como poco frecuentes en todas las edades.

Es importante señalar que lo que se está considerando aquí no es cómo los adultos describen sus estilos disciplinarios o cómo éstos son medidos por un observador, sino cómo son percibidos por los hijos e hijas adolescentes, una perspectiva que durante mucho tiempo no ha sido tenida en cuenta, pero que recientemente está cobrando auge por entender que la manera en que los hijos “leen” el mensaje o el comportamiento adulto puede resultar más relevante para su desarrollo que las otras medidas hasta ahora utilizadas.

Ilustración 14. *Percepción de la madre como alguien que “a menudo o muy a menudo”*

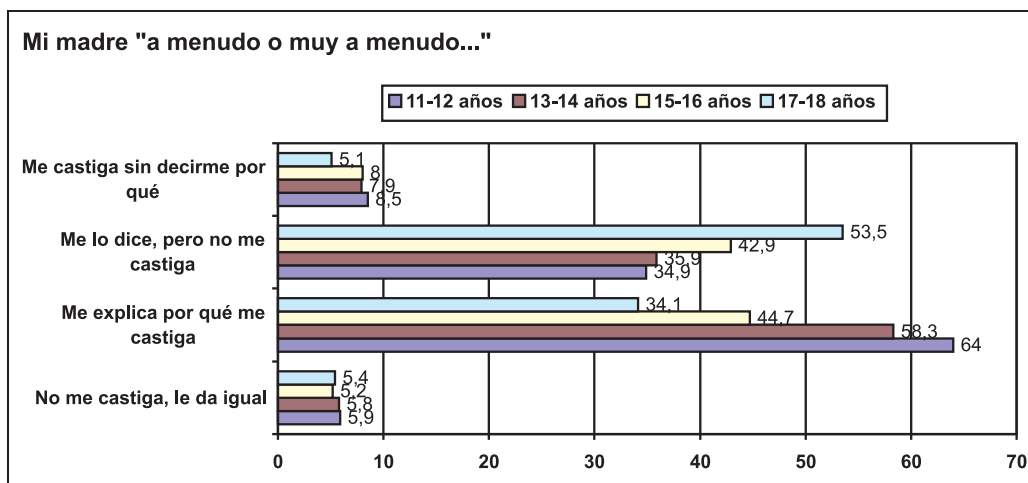


Tabla 23. *Porcentaje de respuesta “Muy a menudo / A menudo” a la pregunta “Cómo actúa tu padre/madre cuando haces algo que él/ella piensa que es incorrecto” (\*)*

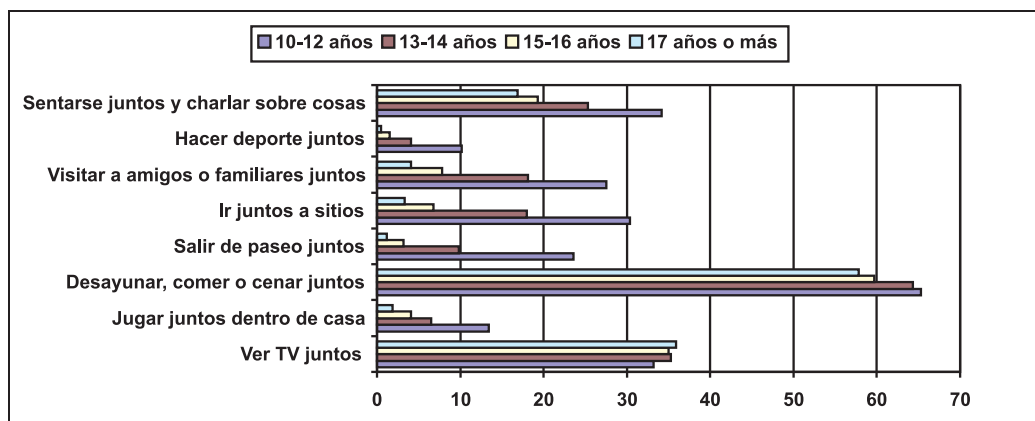
		Chicos				Chicas			
		11-12	13-14	15-16	17-18	11-12	13-14	15-16	17-18
No castiga, le da igual	Madre	7,2	8,1	7,4	6,3	5,1	4,0	3,5	5,0
	Padre	8,9	9,9	8,4	10,1	6,4	5,9	7,5	8,2
Explica y castiga	Madre	70,1	64,7	46,9	34,3	62,6	56,2	45,1	35,8
	Padre	63,9	55,5	44,4	32,1	55,2	46,1	38,9	29,7
Explica y no castiga	Madre	36,7	35,7	42,5	54,4	36,4	39,2	45,6	55,1
	Padre	33,8	35,6	38,7	46,2	33,8	38,3	40,8	46,8
Castiga	Madre	10,9	9,8	8,1	5,3	6,6	6,6	8,4	5,4
	Padre	14,4	13,6	11,9	8,5	6,8	7,8	8,6	8,2

(\*) Las categorías de respuesta eran “Muy a menudo”, “A menudo”, “Algunas veces”, “Rara vez” y “Nunca”. Los porcentajes están calculados sin considerar las respuestas “no sabe/no contesta”.

## 2.f. Actividades compartidas

La Ilustración 15 muestra cómo evoluciona la realización de las diferentes actividades de los adolescentes con su familia (a diario) a medida que van creciendo. Excepto ver juntos la televisión, el resto de actividades muestra un descenso importante a medida que pasa el tiempo, unas de forma muy acusada (salir de paseo juntos, ir juntos a sitios o visitar a amigos o familiares juntos) y otras menos (hacer deporte juntos, sentarse juntos y charlar sobre cosas, jugar juntos dentro de casa o comer juntos).

Ilustración 15. *Porcentaje de adolescentes que realizan a diario actividades con la familia a lo largo de la adolescencia*



La Tabla 24 presenta los datos separando entre chicos y chicas. Puede apreciarse que, siendo aplicables las tendencias generales en función de la edad que acaban de comentarse, en ellas suelen darse valores algo más bajos de participación en actividades “en familia” a diario que en ellos.

Tabla 24. *Porcentaje de adolescentes que realizan “a diario” actividades con la familia a lo largo de la adolescencia*

	Chicos				Chicas			
	11-12	13-14	15-16	17-18	11-12	13-14	15-16	17-18
Ver TV	26,7	28,9	29,0	29,5	21,8	25,6	27,2	28,8
Jugar juntos en casa	12,0	6,4	4,1	2,2	8,0	3,7	2,8	1,2
Comer juntos	60,0	58,9	53,4	53,6	57,9	58,0	52,8	50,1
Pasear juntos	17,2	7,2	2,6	0,8	16,8	6,3	2,1	1,0
Ir juntos a lugares	23,1	12,8	5,2	2,0	21,8	11,2	3,9	2,3
Visitar juntos	20,3	14,0	5,8	2,8	18,4	10,0	4,2	2,7
Hacer deporte juntos	10,0	4,8	1,9	0,6	6,4	2,1	0,9	0,3
Sentarse juntos y hablar	29,8	19,3	14,0	10,1	27,3	21,3	16,9	16,3

*Nota: Porcentajes calculados sobre las respuestas válidas.*

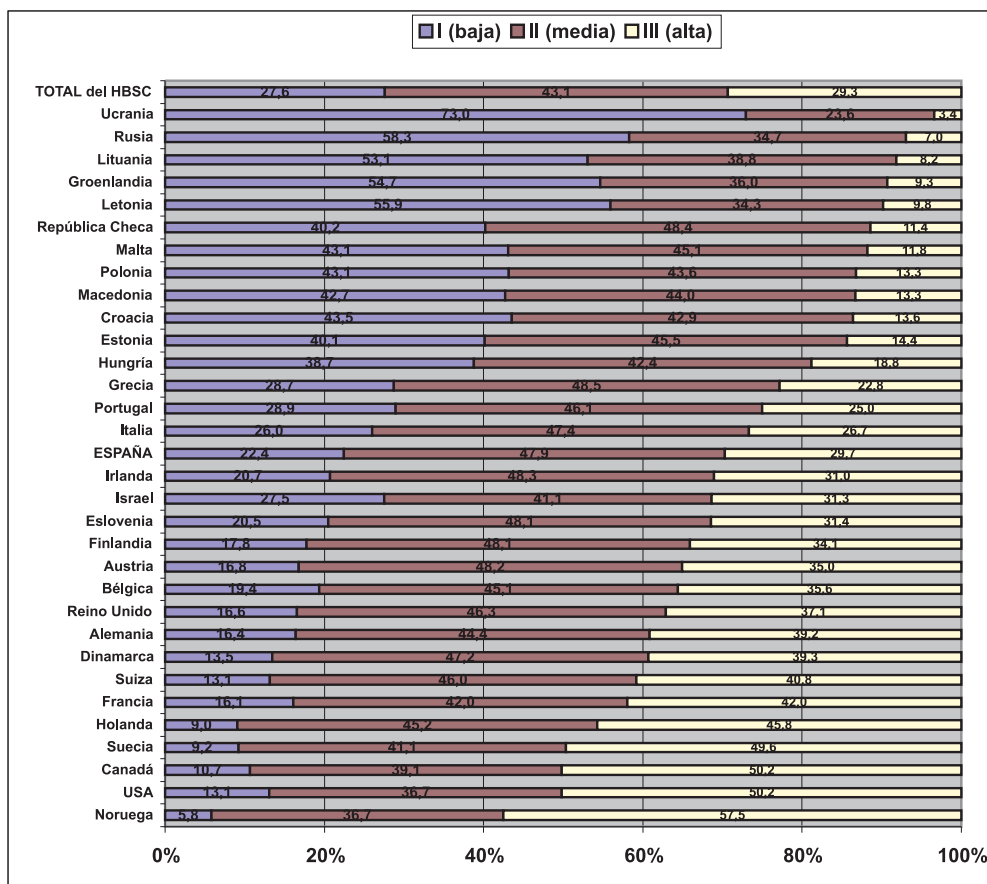
Sirva como argumento para destacar la importancia de realizar “actividades en familia” que en este mismo estudio se encuentra una asociación con la implicación precoz en conductas de riesgo, como por ejemplo fumar. Así, realizar actividades en familia con mayor frecuencia se asocia con que la proporción de fumadores en todas las edades sea menor: el grupo de adolescentes que realiza con cierta frecuencia actividades como sentarse a charlar, visitar amigos, pasear o visitar lugares juntos cuenta con proporciones de fumadores que oscila entre el 9% y el 18%, mientras que entre quienes no realizan nunca actividades en familia las cifras de fumadores se sitúan entre el 30% y el 43%. La única actividad que no resulta significativa es “ver juntos la TV” (no es casual que se trate de la más

pasiva, la que implica menos interacción entre quienes la realizan). La relación negativa encontrada entre “actividades en familia” y la conducta de fumar es (de menos a más): ir juntos a lugares, pasear juntos, visitar juntos a amigos, hacer deporte juntos, jugar juntos en casa y sentarse a charlar.

## 2.g. Bienestar económico y equipamiento de los hogares

Y, por último, para completar este retrato de las familias de los adolescentes españoles estudiados, resumimos a continuación algunos resultados relacionados con el bienestar económico y el equipamiento con que cuentan en sus hogares. Para ello, se ha acudido a un indicador de la capacidad adquisitiva de la familia que es el resultado de las respuestas que los adolescentes dieron a cuatro ítems: si la familia tiene coche o furgoneta propio (y, si tiene, cuántos), si el adolescente dispone de dormitorio para el/ella solo/a, si hay ordenador (y cuántos) en la casa y si en los últimos 12 meses el adolescente viajó con la familia de vaca-

Ilustración 16. Datos internacionales del HBSC-2002: *Diferencias en la percepción que tienen los adolescentes acerca de la capacidad adquisitiva de sus familias en los diferentes países del estudio*



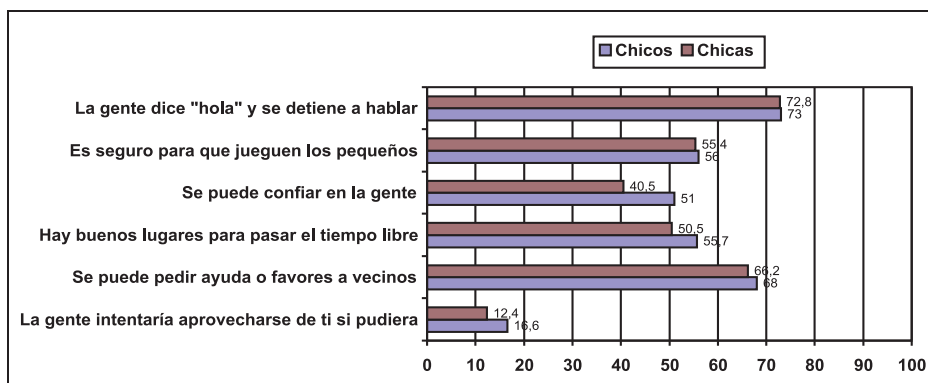
ciones (y si así fue, cuántas veces). Así, por ejemplo, sólo un 7% de los adolescentes respondió que su familia no tuviera coche propio o furgoneta (un 47% manifestó tener dos o más), un 74% de los adolescentes dice tener un dormitorio solo para él o ella, un 19% manifiesta que nunca salió de vacaciones con su familia en el último año (aunque un 52% dice haberlo hecho dos o más veces) y un 23% de los adolescentes del estudio respondió que en sus hogares no había ningún ordenador (precisamente este es un ítem en el que nuestro país ocupa uno de los puestos más bajos respecto al resto de países del estudio HBSC 2002). Con las respuestas a estos cuatro ítems es posible diferenciar tres grandes niveles en la percepción de la capacidad adquisitiva de la familia (alta, media y baja); precisamente la Ilustración 16 representa estos tres niveles en todos los países que participaron en el HBSC-2002.

## 2.h. Percepción del barrio de residencia como contexto físico y social

El desarrollo del adolescente se produce teniendo como referencia tres contextos fundamentales: el de la familia, el de los iguales y el de la escuela. Todos ellos son analizados en este informe. Lo que se presenta a continuación es la percepción que el adolescente tiene acerca de un aspecto de su entorno más amplio que los anteriores y que, a su vez, los engloba y condiciona (y de manera especial a la familia), su barrio.

La Ilustración 17 muestra la percepción que los adolescentes de 15 años en adelante tienen de diferentes aspectos, tanto físicos como sociales, de ese entorno. Como puede observarse, la percepción es algo más positiva entre los chicos que entre las chicas. De igual manera, el porcentaje de jóvenes rurales que manifiesta una percepción positiva es superior al de urbanos en todos los ítems (las diferencias entre rurales y urbanos no son estadísticamente significativas solo en dos ítems: "Hay buenos lugares para invertir el tiempo libre" y "La gente intentaría aprovecharse de ti si pudiera").

Ilustración 17. *Porcentaje de chicos y chicas de 15 a 18 años que están de acuerdo en percibir su barrio como un lugar donde (\*):*



(\*). Esta pregunta no estaba incluida en el cuestionario de los menores de 15 años

*En resumen...*

## **EL CONTEXTO FAMILIAR**

### *Estructura familiar:*

- Los adolescentes encuestados viven con su padre y con su madre en un 86,7% de los casos, lo que sitúa a España entre los países con porcentajes más altos de hogares biparentales.

### *Comunicación con el padre y con la madre:*

- A medida que aumenta la edad disminuye la percepción de tener una comunicación fácil tanto con la madre como con el padre, aunque siempre la comunicación con la madre es más fácil.
- Chicos y chicas no difieren a la hora de percibir su facilidad para comunicarse con la madre, pero sí con el padre, siendo los chicos los que claramente dicen tener más cercanía de comunicación con él.
- Estas tendencias se encuentran no sólo entre los adolescentes españoles sino, en general, en todos los encuestados por el HBSC-2002.

### *Supervisión de los progenitores:*

- Los adolescentes (y más las chicas que los chicos) se sienten más supervisados por sus madres que por sus padres.
- Tanto la supervisión materna como la paterna va disminuyendo conforme avanza la adolescencia.

### *Vinculación afectiva:*

- Los adolescentes se sienten muy vinculados afectivamente a sus progenitores (especialmente a las madres), aunque la percepción de cercanía emocional disminuya con la edad.

### *Estilos educativos:*

- Los estilos extremos (el más negligente y el más autoritario) caracterizan a muy pocas familias de adolescentes, mientras que predominan los estilos más democráticos y los más permisivos.
- A medida que los adolescentes se van haciendo mayores el estilo democrático va dejando paso a un estilo más permisivo.

### *Actividades compartidas:*

- Las actividades "en familia" tienden a disminuir conforme aumenta la edad de los adolescentes.

### *Bienestar económico y equipamiento de los hogares:*

- Un 22,4% de los adolescentes españoles aporta información que permite concluir que la capacidad adquisitiva de su familia es baja, un 47,9% de las familias tendrían una capacidad media y un 29,7%, alta.

### *Percepción del barrio de residencia como contexto físico y social:*

- En general, los varones y los adolescentes rurales tienen una percepción más positiva de su barrio que las chicas y los adolescentes urbanos, respectivamente, tanto por las relaciones sociales que en él se establecen como por sus características más físicas y estructurales.



### **3. EL CONTEXTO ESCOLAR<sup>1</sup>**

- 3.a. El ambiente psicosocial de la escuela
  - 3.a.1. Percepción de apoyo por parte del profesorado
  - 3.a.2. Percepción de apoyo de los compañeros
  - 3.a.3. Demandas escolares
- 3.b. Ajuste escolar
- 3.c. Rendimiento escolar

El contexto escolar tiene una especial significación durante la infancia y la adolescencia. Uno de sus componentes, el clima escolar, no sólo tiene una repercusión considerable sobre el rendimiento, sino también sobre la salud de los escolares. Se sabe, por ejemplo, que los niños y adolescentes que se divierten en la escuela se sienten mejor con ellos mismos, se implican en menos conductas de riesgo e informan de mayor bienestar general. La insatisfacción escolar, por el contrario, puede traducirse en conductas de riesgo, problemas de salud e insatisfacción vital.

Se exponen a continuación tres de los aspectos del ambiente escolar analizados en este estudio: el ambiente psicosocial de la escuela, el ajuste y el rendimiento escolar.

#### **3.a. El ambiente psicosocial de la escuela**

##### *3.a.1. Percepción de apoyo por parte del profesorado*

Varias preguntas del cuestionario HBSC-2002 evaluaron la percepción de los adolescentes acerca del apoyo recibido por parte del profesorado. A continuación se presentan algunos resultados.

Se encontró, por ejemplo, que existen diferencias significativas entre chicos y chicas y entre las edades, siendo los chicos y los de los grupos de edad más pequeños los que tienden más a responder que se sienten animados por sus profesores a expresar sus opiniones en clase. La Tabla 25 muestra estos valores desagregados por sexo y edad y permite apreciar con claridad esa tendencia descendente con la edad en ambos sexos, pero siempre con valores más bajos en las chicas que en los chicos.

---

<sup>1</sup> Es importante recordar especialmente en este capítulo que el grupo de adolescentes de 17-18 años no es comparable con el resto de grupos de edad, ya que en su mayor parte se trata de adolescentes que ya no cursan enseñanza obligatoria sino bachillerato y que, por lo tanto, es más probable que sus intereses y motivaciones hacia el sistema educativo sean distintos y, en principio, más positivos.

Tabla 25. *“Mis profesores me animan a expresar mis opiniones”, en función de la edad y el sexo de los participantes*

Sexo Edad	Chicos				Chicas			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más
Muy en desacuerdo	3,2	3,7	5,4	4,9	2,2	2,9	3,5	4,8
En desacuerdo	2,0	5,2	8,0	10,0	2,6	6,1	11,4	12,3
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	10,6	18,8	28,4	29,5	15,9	24,3	34,9	33,4
De acuerdo	30,5	35,9	35,6	38,1	35,8	38,0	33,1	33,8
Muy de acuerdo	47,3	32,8	20,4	16,3	39,2	26,2	16,3	14,8
No contesta	6,3	3,7	2,2	1,3	4,4	2,4	,8	1,0

Cuando se preguntó a los adolescentes si estaban de acuerdo con la afirmación “Mis profesores están interesados en mí como persona” se encontró que a medida que aumentaba la edad de los encuestados, disminuía el porcentaje de adolescentes que estaban de acuerdo con ella. Existen diferencias significativas entre chicos y chicas (especialmente a los 11-12 años), siendo algo mayor el porcentaje de chicos que siente que sus profesores están interesados en ellos como personas (ver Tabla 26).

Tabla 26. *“Mis profesores están interesados en mí como persona”, en función de la edad y el sexo de los participantes*

Sexo Edad	Chicos				Chicas			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más
Muy en desacuerdo	4,4	6,3	7,2	7,1	2,6	3,4	4,7	5,3
En desacuerdo	4,3	8,7	11,7	15,3	4,9	8,8	12,2	12,5
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	19,8	28,6	34,5	38,4	25,2	35,0	40,7	47,6
De acuerdo	30,0	32,8	32,1	28,7	32,4	33,4	29,8	26,0
Muy de acuerdo	34,4	18,8	11,7	8,1	29,4	15,5	10,8	6,8
No contesta	7,0	4,8	2,9	2,4	5,5	3,8	1,7	1,8

### 3.a.2. Percepción de apoyo de los compañeros

Cuando los adolescentes manifestaron en qué medida estaban de acuerdo con la afirmación “Mis compañeros/as se divierten estando juntos”, se encontró que tanto las diferencias relacionadas con la edad como con el sexo eran significativas, estando más de acuerdo con la afirmación los más pequeños y los varones (las diferencias entre chicos y chicas tienden incluso aumentar con la edad, ver Tabla 27).

Tabla 27. “Mis compañeros/as se divierten estando juntos”, en función de la edad y el sexo de los participantes

Sexo Edad	Chicos				Chicas			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más
Muy en desacuerdo	1,2	1,7	1,6	1,9	,7	,6	1,3	1,5
En desacuerdo	1,4	1,8	3,5	3,2	,8	1,7	2,3	6,4
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	6,0	9,3	15,8	18,7	8,3	14,9	24,8	24,1
De acuerdo	28,8	33,4	38,3	41,1	28,0	32,7	37,6	39,9
Muy de acuerdo	59,5	51,7	39,3	34,4	59,9	48,6	33,4	27,5
No contesta	3,1	2,1	1,6	,7	2,4	1,5	,7	,5

### 3.a.3. Demandas escolares

A la pregunta de “¿Cuánto te agobia el trabajo escolar? (nada, un poco, algo, mucho)” se encontró que hasta los 13 años casi la cuarta parte de los chicos y chicas no perciben ninguna carga importante en el trabajo escolar; sin embargo, a partir de esta edad sólo un 9,6% se siente libre de este agobio. A medida que aumenta la edad de los sujetos encuestados, aumenta progresivamente la sensación de sobrecarga, de forma que, a los 17-18 años, el 62,9% siente algo o mucho agobio por el trabajo escolar. Sin embargo, como se aprecia en la Tabla 28, los chicos y las chicas difieren en su percepción de agobio en función de la edad, de manera que entre los más pequeños (los menores de 15 años) suelen sentirse más presionados los varones, mientras que a partir de los 15 años suelen percibir más sensación de agobio las chicas.

Tabla 28. “¿Cuánto te agobia el trabajo escolar?”, porcentajes en función de la edad y el sexo de los participantes

Sexo Edad	Chicos				Chicas			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más
Nada	22,0	9,2	7,2	8,3	25,8	9,9	4,5	3,4
Un poco	43,6	39,2	31,5	32,7	46,6	44,0	31,6	28,8
Algo	18,8	29,2	33,4	33,0	17,1	30,4	36,4	35,2
Mucho	12,3	20,1	26,1	25,3	7,9	13,7	26,9	32,1
No contesta	3,2	2,3	1,7	,7	2,6	2,0	,6	,6

Las comparaciones internacionales del HBSC-2002 (ver resumen en Tabla 29) muestran que los adolescentes españoles de 11 años se encuentran entre los 11 primeros en lo que atañe a la sensación de presión que experimentan con las tareas escolares; a los 13 años aumenta esa percepción relativa de agobio, situándose entre los cinco primeros y a los 15, en séptimo lugar.

Tabla 29. Datos españoles e internacionales del HBSC-2002: *Porcentaje de adolescentes de 15 años de los diferentes países del HBSC-2002 que dice sentirse agobiado (algo o mucho) por el trabajo escolar*

	Chicos			Chicas		
	11 años	13 años	15 años	11 años	13 años	15 años
<b>España-2002</b>	33	51,2	57,7	25,3	46,2	64,7
<b>Promedio internacional del HBSC-2002</b>	27	34,2	40,7	22,9	36,6	48,2

### 3.b. Ajuste escolar

A la pregunta de “Hoy por hoy ¿qué sientes hacia la escuela?”, se encontró que el porcentaje de chicas con emociones positivas hacia la escuela (“me gusta mucho”) era mayor que el de chicos. También se encontró relación con la edad, de forma que los sentimientos negativos (“no me gusta nada”, “no me gusta mucho”) aumentan con la edad hasta los 15-16 años y los sentimientos positivos disminuyen: al 40,6% de los más pequeños les gusta mucho la escuela, mientras que a los 15-16 años el porcentaje es del 11,1% (ver Tabla 30 con valores desagregados por sexo y edad)

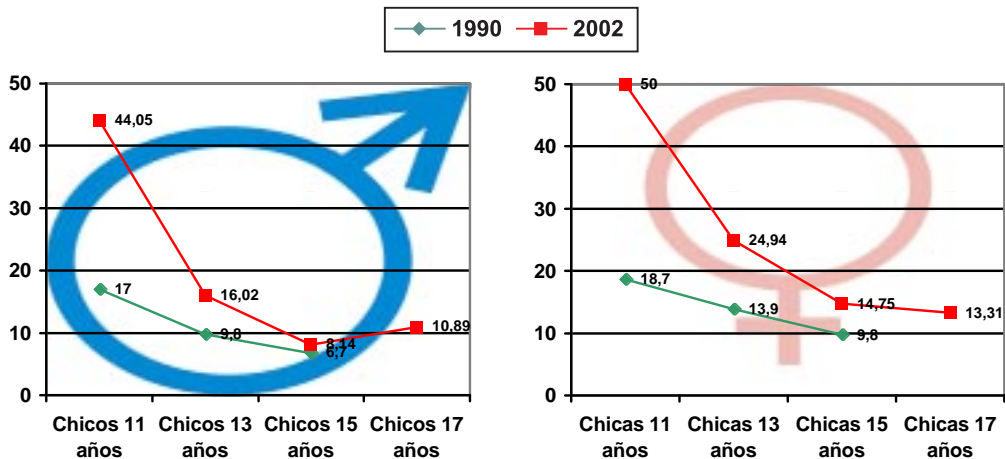
Tabla 30. *“Hoy por hoy, ¿qué sientes hacia la escuela?”, porcentajes en función de la edad y el sexo de los adolescentes*

Sexo Edad	Chicos				Chicas			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más
<b>No me gusta nada</b>	9,6	22,2	23,0	17,7	4,7	10,5	14,8	11,6
<b>No me gusta mucho</b>	14,9	25,6	32,8	32,3	13,8	22,9	28,2	27,8
<b>Me gusta un poco</b>	36,6	37,0	34,2	38,4	34,4	43,6	42,5	46,7
<b>Me gusta mucho</b>	36,3	13,3	8,0	10,8	45,2	21,6	13,9	13,2
<b>No contesta</b>	2,6	1,9	1,9	,8	1,9	1,4	,7	,6

Por su parte, la Ilustración 18 permite establecer comparaciones con los resultados hallados en España en la edición del HBSC de 1990, mostrando que se ha producido un aumento de sentimientos positivos hacia la escuela en los últimos doce años, sobre todo entre las chicas.

Finalmente, y en lo que respecta a la situación de los adolescentes españoles frente a los de los otros países del estudio, a los 11 años están entre los trece primeros a la hora de manifestar sentimientos positivos hacia el colegio, a los 13 años los adolescentes españoles descienden en esa posición comparativa al puesto vigésimo, descenso que se mantiene a los 15 años (ver datos globales en la Tabla 31).

Ilustración 18. Datos españoles del HBSC en 1990 y en 2002: *Porcentaje de chicos y chicas de diferentes edades que dicen gustarle mucho el colegio* (\*)



(\*) Para poder comparar los datos del 2002 con los de 1990 se han calculado los porcentajes del 2002 considerando en esta ocasión sólo a los sujetos que respondieron a la pregunta, eliminando los "no sabe/no contesta"

Tabla 31. Datos españoles e internacionales del HBSC-2002: *Porcentaje de chicos y chicas que dice gustarle mucho el colegio*

	Chicos			Chicas		
	11 años	13 años	15 años	11 años	13 años	15 años
<b>España-2002</b>	36,6	12,6	8,2	46,8	19,8	12,9
<b>Promedio internacional del HBSC-2002</b>	30,4	17,1	14,8	38,2	22,2	17,4

Otra medida indicadora de ajuste escolar es si se realizan los deberes escolares en su momento. La ilustración 19 muestra que a medida que aumenta la edad de los sujetos encuestados, disminuye claramente la cantidad de adolescentes que dice hacer los deberes en su momento, pasando de ser más del 60% a los 11 años a menos del 30% a los 17 años. En cuanto a la diferencia relacionada con el sexo, las chicas dicen terminar los deberes en su momento más frecuentemente que los chicos en todas las edades, siendo esta diferencia mayor a partir de los 13-14 años.

Sin estar reñido con lo anterior, la ilustración 20 muestra cómo a medida que avanza la adolescencia aumenta el tiempo de dedicación a los deberes, siendo también las chicas quienes dedican significativamente más tiempo a estas tareas. Todo parece indicar que, en efecto, las exigencias de la educación secundaria hacen que con cada curso aumente el tiempo de dedicación del alumnado al trabajo personal, aunque, a juzgar por lo comentado a propósito de la Ilustración 19,

no parece que sea suficiente como para cumplir con los requisitos que se les exigen. Por otro lado, vistos los datos con perspectiva temporal, las tendencias del 2002 son muy parecidas a las encontradas doce años atrás.

Ilustración 19. *Porcentaje de chicos y chicas de diferentes edades que manifiesta hacer los deberes en su momento muy a menudo*

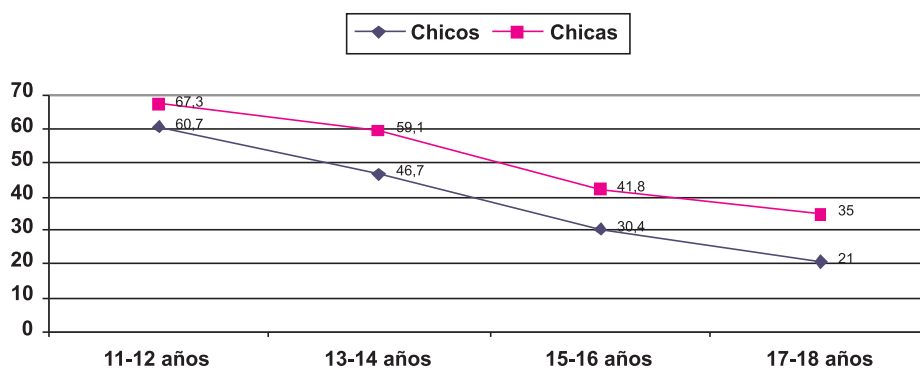
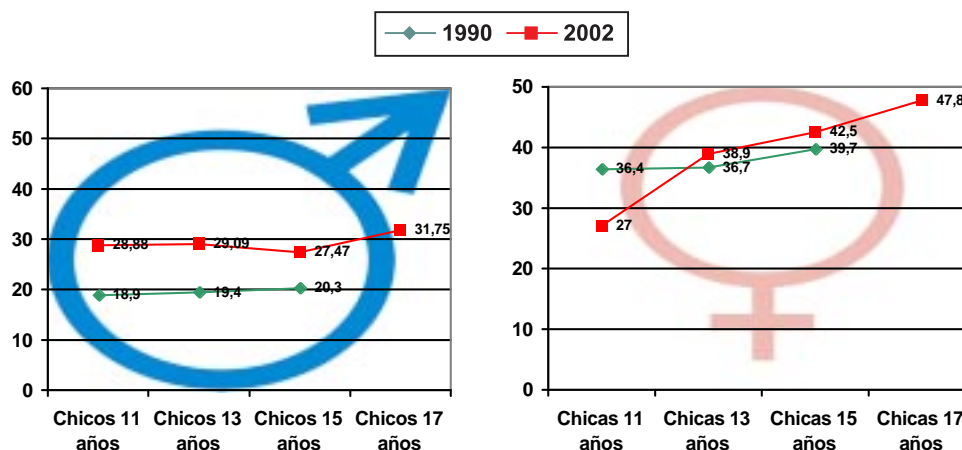


Ilustración 20. Datos españoles del HBSC en 1990 y en 2002: *Porcentaje de chicos y chicas de diferentes edades que dedican más de dos horas diarias a hacer deberes*



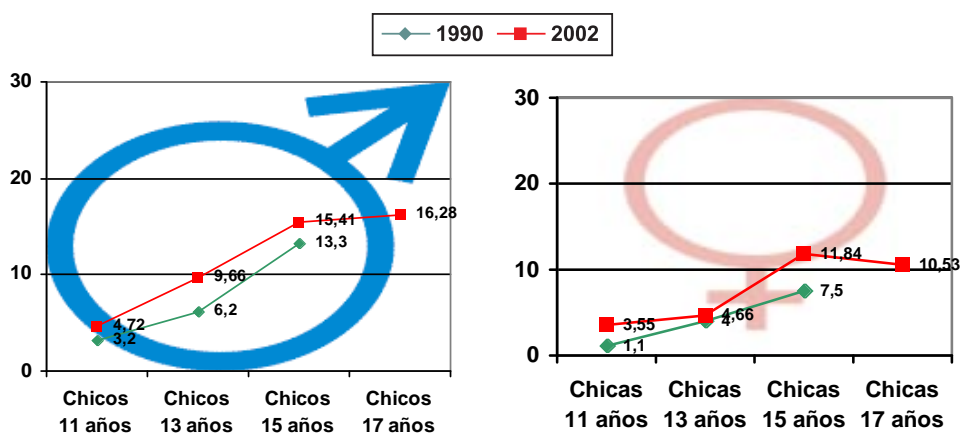
### 3.c. Rendimiento escolar

A los adolescentes se les propuso la pregunta “En tu opinión, tu(s) profesor(es) piensan que tu rendimiento escolar, comparado con tus compañeros de clase, es:” y las opciones de respuesta que se ofrecían eran: “muy bueno, bueno, promedio (del montón) y por debajo de la media”.

Los análisis de las respuestas han permitido encontrar una asociación con el sexo, siendo algo mayor el porcentaje de chicas con percepción positiva. Por otro lado, y en relación con la edad, el porcentaje de chicos y chicas con una percepción negativa de la opinión de sus profesores sobre su rendimiento aumenta significativamente con los años: entre los más pequeños el 4,7% cree que sus profesores piensan que su rendimiento es peor que la media de clase, mientras que a partir de los 15 años este porcentaje sube a más del 13%. También aumenta con la edad el porcentaje de sujetos que afirma que su rendimiento es promedio (del 12,5% en los más pequeños al 46,5% en los mayores). Por otro lado, y de forma complementaria, el porcentaje de adolescentes que cree que su rendimiento es bueno o muy bueno disminuye significativamente a medida que aumenta la edad de los sujetos de la muestra. Casi la mitad de los más pequeños cree que la opinión de sus profesores sobre su rendimiento en relación con el de sus compañeros es que éste es bueno, mientras que casi la mitad de los mayores consideran que es promedio. Esta evolución implica un empeoramiento del autoconcepto académico de los adolescentes con la edad, dato que coincide con los expuestos en el contenido de *autoestima académica* del último capítulo de este documento. En las descripciones de las variables de rendimiento que se encuentran a continuación se vuelve a encontrar el mismo perfil evolutivo.

La ilustración 21, además de presentar los valores desagregados por sexo y edad, permite efectuar las comparaciones entre los datos del HBSC-1990 y los de 2002, encontrándose que con los años parece haberse producido un cierto aumento en el porcentaje de adolescentes que dice tener un rendimiento menor que la media de su clase.

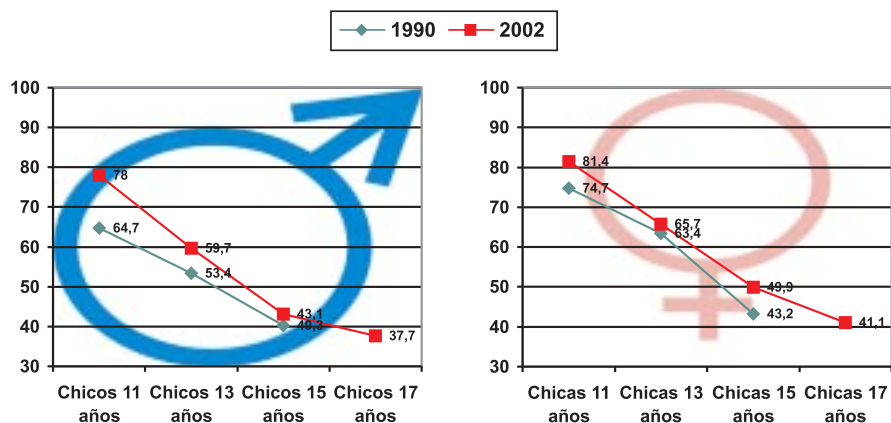
Ilustración 21. Datos españoles del HBSC en 1990 y en 2002: *Porcentaje de chicos y chicas de diferentes edades que dicen que sus profesores estiman que tienen un rendimiento escolar por debajo de la media de la clase*



Finalmente, la Ilustración 22 muestra el porcentaje de chicos y chicas en las distintas edades que afirma tener un rendimiento escolar bueno o muy bueno. Como puede apreciarse, la tendencia al descenso con la edad en esta percepción es clara en ambos sexos, siendo las chicas las que en todas las edades tienen

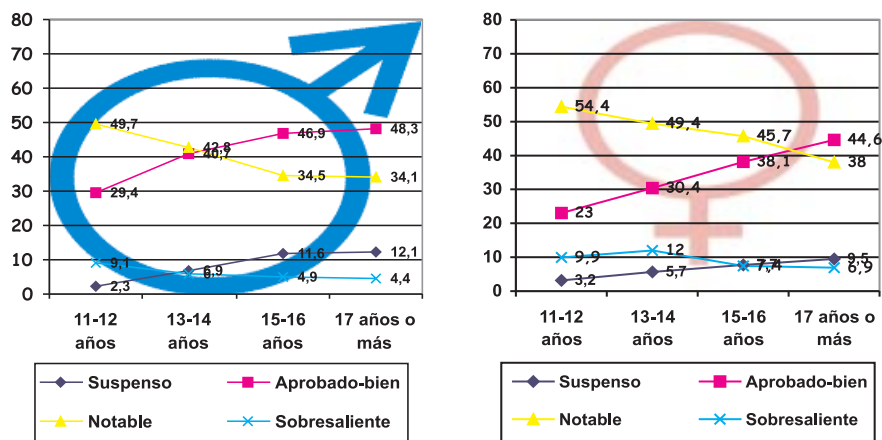
una percepción más positiva. Los datos de 2002, comparados con los de 1990, muestran tanto en ellas como en ellos y en todas las edades, una percepción más positiva del propio rendimiento académico, es decir, en 2002 hay más chicos y chicas que afirman en cualquier edad que su rendimiento es bueno o muy bueno, que lo que se podía detectar en 1990.

Ilustración 22. Datos españoles del HBSC en 1990 y en 2002: *Porcentaje de chicos y chicas de diferentes edades que dicen que sus profesores estiman que tienen un rendimiento escolar bueno o muy bueno<sup>2</sup>*



Los datos de la Ilustración 23 muestran la evolución con la edad de las calificaciones reales obtenidas el curso anterior por los adolescentes y coinciden en general con las tendencias que acaban de comentarse.

Ilustración 23. *Porcentaje de chicos y chicas de diferentes edades según las calificaciones obtenidas el curso anterior*



<sup>2</sup> Si se comparan los datos de la Ilustración 21 con los de la 22 se puede observar que en 2002 los adolescentes valoran su rendimiento tanto por debajo de la media como por encima más que en 1990; esto parece contradictorio, pero no lo es. Hay una categoría, que es la de rendimiento “medio” en la que se acumulan más porcentajes de respuesta en 1990 que en 2002.



**EL CONTEXTO ESCOLAR***En resumen...*

- A medida que aumenta la edad, la percepción del entorno escolar empeora (se percibe menos apoyo por parte de profesores y compañeros, mayor presión por las demandas escolares y menor ajuste escolar). No obstante, una vez que finaliza la edad de escolarización obligatoria (a partir de los 17 años) no se incrementa esta tendencia negativa, llegándose a encontrar en algunas variables (sentimientos hacia la escuela) una cierta mejoría en ese tramo de edad.
- Las chicas tienen peor percepción del entorno escolar: del apoyo de los profesores, del apoyo de los compañeros, etc., pero mejor ajuste escolar: les gusta más ir a la escuela o instituto, sacan mejores notas y afirman con más frecuencia hacer los deberes en su momento.



## 4. LOS IGUALES Y EL TIEMPO LIBRE

- 4.a. Tiempo libre: horario, lugares y actividades
- 4.b. El grupo como promotor de conductas relacionadas con la salud y el ajuste escolar y familiar
- 4.c. Violencia y maltrato entre iguales
- 4.d. Relaciones sexuales

La adolescencia es, sin duda, uno de los momentos del ciclo vital en el que los iguales cobran una especial importancia. Chicos y chicas comienzan a salir más frecuentemente de sus hogares, ampliándose tanto la red de contactos como el espectro de lugares a los que acudir y el abanico de actividades que hacer. Todos estos aspectos tendrán una clara incidencia sobre las conductas más o menos saludables que desarrollarán.

### 4.a. Tiempo libre: horario, lugares y actividades

Una buena estrategia para comprender cómo se forman los valores y las señas de identidad de una generación es analizar cómo estructura su tiempo libre y qué actividades desarrolla. Para los adolescentes, el tiempo de ocio es un tiempo muy especial y significativo, tanto desde el punto de vista cualitativo como cuantitativo. Para ellos son momentos muy esperados, a los que suele ir asociada una alta intensidad emocional y que, además, ocupan una parte muy significativa de sus vidas. En las siguientes páginas se muestra un análisis de cómo se estructura (la hora de regreso a casa por la tarde/noche), dónde se desarrolla (qué lugares frecuentan) y qué actividades se realizan.

#### *HORARIO:*

Al analizar las respuestas a la pregunta “cuando sales con tus amigos por la tarde o noche ¿a qué hora te sueles recoger el día que vuelves más tarde a casa?” se encuentra una clara progresión en la hora de llegada a casa conforme aumenta la edad. Como muestra la Ilustración 24, se pasa de llegar antes de las 10 de la noche cuando se trata de los preadolescentes de 11-12 años (debemos tener en cuenta que los datos se recogieron en primavera, cuando las horas de luz comienzan a aumentar) a llegar de madrugada en el grupo de 17 años (como muestra la Tabla 32, un 33,1% de los chicos y un 25,4% de las chicas de esta edad dicen llegar a casa a las cinco de la madrugada o después). De nuevo las diferencias en función del sexo son importantes: los chicos se recogen más tarde que las chicas en todas las edades.

Ilustración 24. Hora límite (promedio) a la que regresan a casa cuando salen con los amigos y amigas los chicos y chicas de diferentes edades

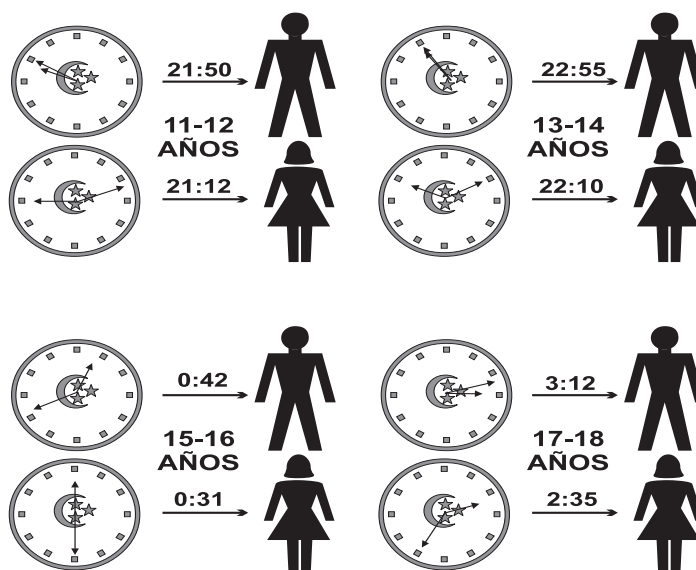


Tabla 32. Porcentaje de adolescentes y hora de llegada el día que más tarde llega a casa, en función de la edad y el sexo

Sexo Edad	Chico				Chica			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17-18	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17-18
Entre las 20:00 y las 22:00	58,0	44,9	19,8	6,2	60,4	40,9	22,3	8,1
Entre las 23:00 y la 01:00	14,3	32,7	38,6	17,8	11,2	26,8	41,8	23,9
Entre las 02:00 y las 04:00	2,4	8,0	27,7	38,9	1,5	3,7	25,2	39,9
A las 05:00 o después	2,9	3,3	7,7	33,1	1,1	0,9	6,4	25,4
No salgo con mis amigos	18,0	7,9	3,6	2,1	19,7	7,0	2,6	1,6
No contesta	4,5	3,2	2,6	1,8	6,1	2,6	1,7	1,3

**LUGARES:**

Los adolescentes debían especificar en el cuestionario con qué frecuencia (nunca, raras veces, algunas veces, con frecuencia) pasaban su tiempo libre con el grupo de amigos en una serie de lugares que se les especificaban. La Tabla 33 muestra los resultados en una selección de estos lugares. Como puede observarse, y en relación con la *calle* como escenario en el que los adolescentes invierten su tiempo libre, se aprecia una tendencia a que con la edad (al menos hasta los 15 años) aumente el porcentaje de adolescentes que dice estar con frecuencia en ella. Por otro lado, las *discotecas* o *pubs* son, con diferencia, los lugares que experimentan un cambio al alza más significativo a lo largo de los años de la

adolescencia (el incremento más significativo se observa a partir de los 15 años, sobre todo en el grupo de las chicas). En cuanto a los espacios relacionados con la práctica de *deportes*, claramente las chicas los frecuentan menos en todos los tramos de edad analizados, siendo estas diferencias muy evidentes; no obstante, tanto entre ellos como entre ellas se observan porcentajes cada vez más bajos conforme aumenta la edad (en ellos la tendencia descendente se aprecia a partir de los 15 años). La *casa* propia o de los amigos como lugar para pasar el tiempo libre se muestra como un recurso que no experimenta cambios importantes a través del tiempo, aunque las chicas tiendan a estar algo más frecuentemente en él. Finalmente, en relación con el tiempo en un *centro educativo*, claramente disminuye con la edad, pero especialmente entre los varones, quienes, además, en todas las edades estudiadas manifiestan permanecer en estos espacios menos frecuentemente que ellas.

Tabla 33. *Frecuencia con que están en distintos lugares con sus amigos y amigas, en función del sexo y la edad de los participantes*

		Chicos				Chicas			
		11-12	13-14	15-16	17-18	11-12	13-14	15-16	17-18
En la calle	Nunca	13,8	8,8	5,1	5,0	13,1	7,0	3,2	3,8
	Raras veces	16,3	13,8	15,6	16,8	17,7	12,8	11,9	13,3
	Algunas veces	31,6	32,0	33,1	31,1	34,5	31,5	30,5	31,7
	Con frecuencia	36,6	44,2	45,7	46,9	34,0	47,9	53,9	50,6
	No contesta	1,7	1,2	,5	,3	,7	,9	,4	,6
En discotecas y pubs	Nunca	83,9	60,4	26,5	9,1	88,6	66,0	17,2	6,4
	Raras veces	7,7	17,2	18,9	12,4	4,7	16,2	17,4	11,4
	Algunas veces	4,0	13,4	26,9	30,6	2,9	10,8	26,0	26,3
	Con frecuencia	2,7	7,5	26,8	47,4	1,9	5,5	38,4	55,3
	No contesta	1,6	1,6	,9	,5	1,9	1,5	1,0	,6
En lugares deportivos	Nunca	17,5	15,4	15,8	16,4	32,6	32,0	37,1	36,6
	Raras veces	16,5	18,6	21,6	24,3	23,4	28,7	33,5	38,1
	Algunas veces	30,5	29,7	29,0	31,1	26,0	23,7	19,1	17,0
	Con frecuencia	33,3	35,4	32,8	27,6	16,9	14,3	10,0	7,8
	No contesta	2,2	1,0	,8	,6	1,1	1,3	,3	,5
En casa	Nunca	7,4	5,5	4,5	3,6	5,8	3,1	2,8	2,4
	Raras veces	15,5	17,4	20,4	17,1	14,7	15,2	15,0	13,1
	Algunas veces	37,6	38,7	41,9	43,9	37,6	40,0	44,2	40,5
	Con frecuencia	37,2	36,6	32,5	34,8	39,9	40,3	37,3	43,1
	No contesta	2,3	1,8	,7	,6	2,0	1,3	,7	,9
En el centro educativo	Nunca	13,5	18,8	21,0	20,2	12,6	13,6	19,4	17,3
	Raras veces	10,8	13,3	13,5	14,0	7,7	10,2	9,5	10,2
	Algunas veces	14,8	14,1	18,4	18,6	17,1	12,6	14,0	12,3
	Con frecuencia	58,0	51,5	45,4	45,9	59,4	60,8	55,5	58,4
	No contesta	3,0	2,4	1,8	1,4	3,2	2,8	1,6	1,9

**ACTIVIDADES:**

Si importante es el escenario físico en el que tienen lugar los encuentros con los iguales, más importante aún son las actividades que se despliegan con ellos. En este caso, y para un listado de actividades que se les proponían en el cuestionario, debían especificar si las realizaban casi todos los días, más de una vez a la semana, casi todas las semanas, casi todos los meses o rara vez o nunca. La Tabla 34 muestra los porcentajes de respuesta en relación con algunas de

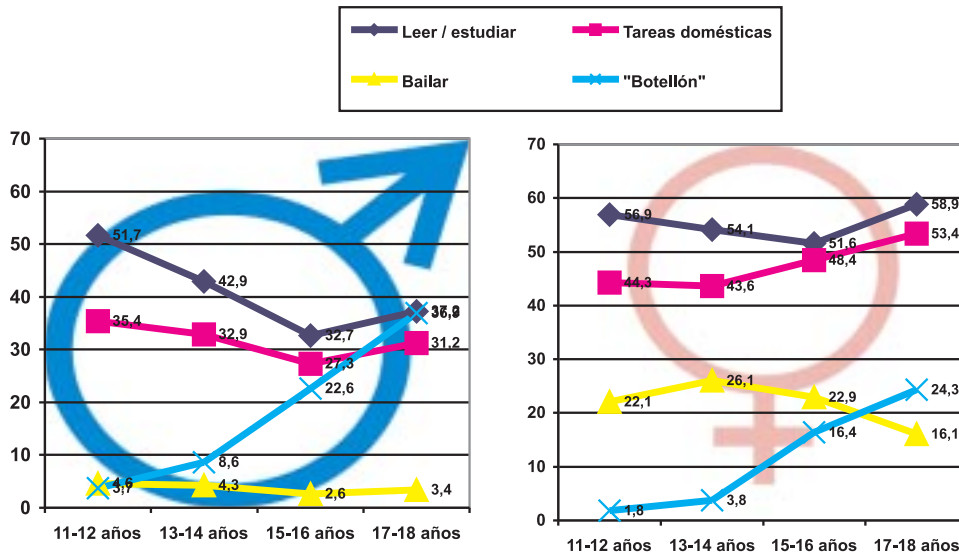
esas actividades por las que se preguntó y todas las opciones de respuesta que se ofrecían; la ilustración 25, por su parte, presenta los porcentajes de respuesta para sólo una de esas opciones, “casi todos los días”. Como puede apreciarse, en las actividades analizadas, las diferencias entre los chicos y las chicas son muy evidentes, en el sentido de que en tres de las cuatro analizadas (“bailar”, “leer/estudiar” y “tareas domésticas”), y en todas las edades, las chicas muestran una ejecución significativamente superior que los chicos.

En este punto es importante dedicar una atención especial a una actividad que en los últimos años ha centrado la preocupación de las familias, así como de los profesionales que desde diferentes disciplinas tienen contacto con la adolescencia y de la sociedad en general, es la denominada “botellón”. Los datos revelan que a los 17 años sólo un 54,9% en el caso de las chicas y un 44,6% de los chicos dicen no haber hecho “botellones” nunca o hacerlo rara vez. Los datos de la Tabla 34 y los que están representados en la Ilustración 25, revelan con claridad el aumento en el porcentaje de jóvenes que realizan esta actividad al menos una vez casi todas las semanas a medida que avanzan los años de la adolescencia, siendo siempre mayor el porcentaje de chicos que de chicas en todas las edades.

Tabla 34. *Frecuencia de realización de diversas actividades, en función del sexo y la edad de los participantes*

		Chicos				Chicas			
		11-12	13-14	15-16	17-18	11-12	13-14	15-16	17-18
Frecuencia con que baila	Casi todos los días	4,6	4,3	2,6	3,4	22,1	26,1	22,9	16,1
	Más de una vez/semana	3,7	4,8	8,6	13,7	16,7	17,1	24,1	25,8
	Casi todas las semanas	1,9	3,7	9,7	22,7	4,7	7,2	18,2	28,5
	Casi todos los meses	3,6	4,0	7,8	12,2	5,1	7,4	8,4	10,5
	Rara vez o nunca	81,7	81,0	69,9	47,2	46,8	39,3	25,9	18,2
	No contesta	4,6	2,2	1,3	,7	4,6	2,9	,5	,9
Frecuencia con que lee/estudia	Casi todos los días	51,7	42,9	32,7	37,2	56,9	54,1	51,6	58,9
	Más de una vez/semana	14,5	19,3	22,3	23,1	15,1	18,8	22,4	19,3
	Casi todas las semanas	10,2	12,0	11,5	13,9	8,3	9,9	9,8	10,1
	Casi todos los meses	7,3	6,0	8,3	8,8	7,1	4,0	4,4	4,1
	Rara vez o nunca	11,2	16,7	23,4	16,2	7,0	9,1	10,7	6,2
	No contesta	5,1	3,1	1,7	,8	5,6	4,1	1,1	1,5
Frecuencia con que va de botellón	Casi todos los días	1,8	2,5	2,5	1,8	,5	,5	,6	,6
	Más de una vez/semana	1,2	2,9	5,8	8,4	,9	1,3	3,9	4,9
	Casi todas las semanas	,7	3,2	14,3	26,7	,4	2,0	11,9	18,8
	Casi todos los meses	1,3	5,4	14,2	17,7	,5	2,6	14,8	19,3
	Rara vez o nunca	87,7	81,9	61,3	44,6	88,2	89,0	67,3	54,9
	No contesta	7,3	4,1	1,8	,8	9,5	4,7	1,5	1,6
Frecuencia con que realiza tareas domésticas	Casi todos los días	35,4	32,9	27,3	31,2	44,3	43,6	48,4	53,4
	Más de una vez/semana	20,9	22,2	22,1	21,9	18,8	23,4	25,0	23,7
	Casi todas las semanas	10,9	11,6	16,8	14,8	10,4	13,2	12,2	11,1
	Casi todos los meses	10,2	9,9	11,8	11,9	7,7	6,5	5,2	3,6
	Rara vez o nunca	18,0	20,3	20,4	19,3	12,9	9,5	7,9	7,3
	No contesta	4,6	3,0	1,5	,9	6,0	3,7	1,4	,9

Ilustración 25. Actividades que dicen realizar las chicas y chicos adolescentes “casi todos los días” (o “casi todas las semanas” al menos una vez en el caso de la actividad conocida como “botellón”)



Por último, recuérdese que en el apartado de *actividad física y sedentarismo* se dejó constancia ya de las tendencias por sexos y edades en actividades como ver televisión, hacer tareas escolares, estar con el ordenador, además de la actividad física (se comentó, por ejemplo, que en todas las edades son los chicos los que despliegan más actividad física que las chicas; que a partir de los 13 años tanto en ellos como en ellas comienza a disminuir el hábito de realizar actividad física y, por tanto, aumenta la conducta sedentaria; y, en relación con las actividades sedentarias, que es posible identificar actividades que no muestran un patrón diferencial entre los sexos –tal es el caso del tiempo dedicado a ver la televisión–, otras que tienden a estar más asociadas a los varones –como el tiempo dedicado al ordenador ya sea jugando, chateando, con el correo electrónico o navegando en Internet– y otras más ligadas a las chicas –como, por ejemplo, hacer deberes o tareas escolares–).

#### 4.b. El grupo como promotor de conductas relacionadas con la salud y el ajuste escolar y familiar

La investigación sobre relaciones entre iguales ha destacado, por un lado, que la formación de los grupos tiene un componente de *homofilia conductual y psicológica*. Es decir, que los adolescentes tienden a relacionarse con otros con los que comparten un conjunto de características conductuales y psicológicas, formando grupos de individuos que desde el principio comparten una cierta afinidad. Por otro lado, la investigación también ha demostrado que, a medida que las relacio-

nes se consolidan, los amigos se convierten en agentes de mutua socialización, de forma que con el tiempo se van pareciendo más entre sí.

No cabe duda, por lo tanto, de que el grupo de los iguales se convierte en una influencia fundamental para un importante abanico de conductas, actitudes y valores, entre ellos los que tienen que ver con el aprendizaje de estilos de vida y de conductas relacionadas con la salud. A continuación se muestran algunos ejemplos (ver Tabla 35).

Tabla 35. “¿Cuántas de tus amistades...?”, por sexo y edad de los participantes

		Chicos				Chicas			
		11-12	13-14	15-16	17-18	11-12	13-14	15-16	17-18
Practican sexo	Nadie-menos de la mitad	--	--	39,3	35,1	--	--	51,5	35,8
	La mitad	--	--	5,9	12,4	--	--	6,3	12,4
	Más de la mitad-todos	--	--	10,1	22,5	--	--	8,8	27,8
	No lo sabe	--	--	30,8	28,7	--	--	24,0	23,1
	No contesta	--	--	13,9	1,3	--	--	9,4	,9
Les gusta el colegio	Nadie-menos de la mitad	31,5	53,8	61,2	54,9	28,1	43,9	51,6	46,4
	La mitad	14,3	11,8	12,3	16,3	13,7	14,5	17,6	19,2
	Más de la mitad-todos	22,2	12,2	11,3	14,3	18,9	14,9	14,1	20,3
	No lo sabe	30,2	21,6	14,5	13,8	37,6	25,5	15,7	13,1
	No contesta	1,8	,6	,8	,7	1,7	1,2	1,1	1,0
Van bien en el colegio	Nadie-menos de la mitad	14,3	22,2	31,4	31,5	14,8	19,2	25,9	28,4
	La mitad	21,1	27,2	27,5	31,4	21,3	28,3	31,8	29,9
	Más de la mitad-todos	50,7	42,2	35,2	33,0	50,0	45,2	37,6	37,6
	No lo sabe	11,9	7,3	4,9	3,1	10,9	5,7	3,6	3,0
	No contesta	2,0	1,1	1,0	1,0	2,9	1,6	1,1	1,0
Participan en deportes organizados	Nadie-menos de la mitad	23,7	27,1	34,0	43,1	28,4	38,1	53,1	62,8
	La mitad	20,0	22,6	25,0	23,2	19,1	22,2	20,3	17,1
	Más de la mitad-todos	43,5	43,3	35,8	31,0	32,6	28,6	19,7	14,9
	No lo sabe	11,2	6,0	4,4	2,0	18,7	10,2	6,3	4,7
	No contesta	1,7	1,0	,8	,6	1,2	,8	,6	,5
Participan en actividades organizadas	Nadie-menos de la mitad	51,4	60,4	71,8	73,5	49,9	56,9	71,4	74,8
	La mitad	10,1	8,9	8,2	9,9	9,5	12,7	9,2	9,1
	Más de la mitad-todos	10,1	9,4	7,7	7,3	9,7	10,1	8,0	7,6
	No lo sabe	27,0	20,6	11,6	8,4	29,5	19,1	10,8	7,9
	No contesta	1,4	,7	,6	1,0	1,4	1,2	,6	,6
Se llevan bien con los padres	Nadie-menos de la mitad	2,9	5,0	6,6	7,9	4,0	7,9	10,6	10,6
	La mitad	3,6	5,8	9,0	10,8	5,6	8,4	13,6	14,8
	Más de la mitad-todos	72,0	68,5	67,0	65,7	69,5	67,8	62,7	64,3
	No lo sabe	20,4	19,9	17,2	15,1	19,1	15,2	12,5	9,9
	No contesta	1,1	,7	,2	,4	1,9	,8	,6	,5
Fuman	Nadie-menos de la mitad	83,5	70,9	50,3	38,9	81,1	70,2	47,0	34,7
	La mitad	,7	4,9	12,1	16,8	1,1	5,3	10,5	13,1
	Más de la mitad-todos	1,7	10,0	32,5	41,1	2,4	9,5	38,4	50,3
	No lo sabe	12,5	13,5	4,5	1,9	13,2	13,7	3,0	,8
	No contesta	1,6	,7	,6	1,3	2,2	1,2	1,1	1,1
Se emborrachan	Nadie-menos de la mitad	87,7	74,4	53,8	34,6	85,0	76,9	54,6	39,8
	La mitad	,2	2,2	10,0	14,6	,4	2,8	12,6	15,2
	Más de la mitad-todos	,5	5,5	25,5	45,6	,3	3,8	25,3	40,2
	No lo sabe	10,7	17,1	10,0	4,2	13,2	16,0	6,8	4,1
	No contesta	,9	,7	,7	,9	1,1	,5	,7	,6
Consumen drogas	Nadie-menos de la mitad	86,7	78,0	67,8	61,1	85,0	82,0	76,2	68,5
	La mitad	,0	1,1	5,8	8,4	,1	,9	5,5	6,7
	Más de la mitad-todos	,5	2,2	11,0	20,9	,3	,9	6,3	13,8
	No lo sabe	12,0	18,0	14,5	8,5	13,6	15,3	11,3	10,3
	No contesta	,8	,7	1,0	1,1	,9	,9	,8	,7



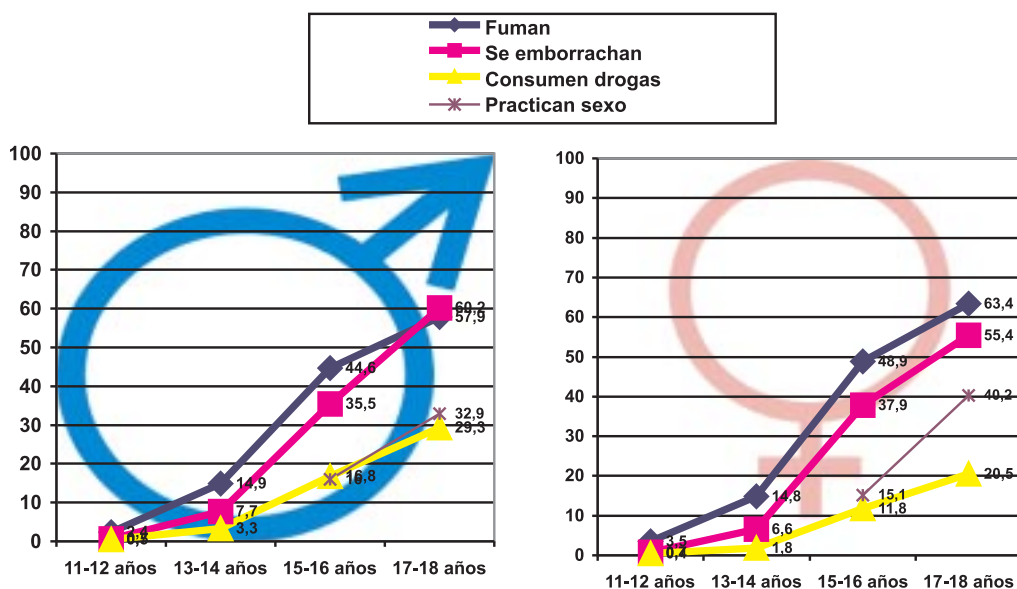
Las ilustraciones que se presentan a continuación y que acompañan al texto se han realizado sumando las categorías “la mitad” y “más de la mitad o todos”, de manera que están representados los adolescentes que dicen que al menos la mitad de sus amigos habituales realizan esas conductas.

*El grupo como promotor de conductas relacionadas con la salud*

Con independencia de las tendencias por sexos (bastante parecidas, aunque los grupos de las chicas con valores algo más altos en consumo de tabaco y práctica sexual y los de los chicos en consumo excesivo de alcohol y drogas ilegales) y por edad (a medida que aumenta la edad lo hace también el porcentaje de adolescentes que muestra esas conductas como típicas de su grupo), lo cierto es que cuando se realizan otros análisis de datos, se encuentran resultados como los siguientes:

- Los adolescentes que fuman es más probable que digan pertenecer a grupos de iguales donde al menos la mitad también fuma. Por ejemplo, entre los adolescentes que dicen que ninguno de su grupo fuma, un 3% se reconoce como fumador, mientras que un 79% dice no serlo (en este sentido recuérdense los datos de la Tabla 12 en la que se mostraba cómo los adolescentes que dicen fumar a diario tienden a tener amigos fumadores en un porcentaje sensiblemente superior a la media de la muestra).
- Esta diferencia se da de igual manera en todas las edades estudiadas y en los dos sexos. Es decir, que tanto en chicos como en chicas, y en cualquier

Ilustración 26. *Porcentaje de chicos y chicas de diferentes edades que dicen que AL MENOS LA MITAD de los miembros de su pandilla habitual:*

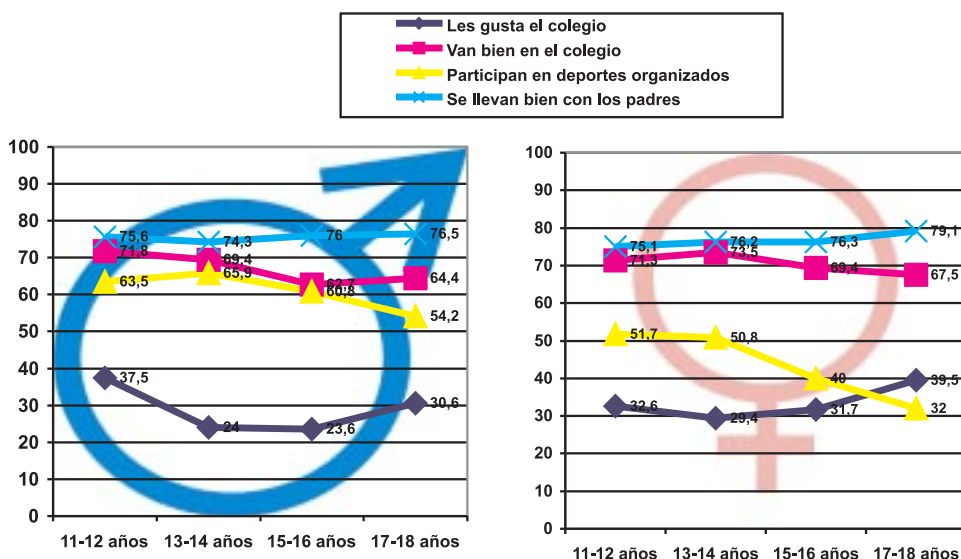


edad, los que fuman tienden a pertenecer a grupos de iguales donde al menos la mitad también fuma.

*El grupo como promotor de conductas relacionadas con el ajuste escolar y familiar*

Si bien en relación con la edad no hay una clara tendencia descendente (salvo en lo que atañe a la implicación en actividades deportivas) ni ascendente (salvo el repunte que se advierte en los adolescentes que han optado por estudiar bachillerato en lo relacionado con el gusto por la escuela), sí se detectan diferencias entre los sexos en el sentido de que, por un lado, los chicos claramente se sitúan por encima de las chicas a la hora de estimar que al menos más de la mitad de su pandilla participa en deportes organizados, mientras que las pandillas de las chicas destacan algo más que las de chicos en considerar que a la mayor parte de su grupo les gusta el colegio.

Ilustración 27. Porcentaje de chicos y chicas de diferentes edades que dicen que AL MENOS LA MITAD de los miembros de su pandilla habitual:



**4.c. Violencia y maltrato entre iguales**

La exposición de resultados se centra ahora en los temas de conducta agresiva. Durante los últimos años se ha vivido un aumento tanto de la preocupación social por el tema como del interés científico por su estudio. Entre los estudiosos de estos procesos hay acuerdo en destacar que es preciso diferenciar entre lo que es una pelea física y el maltrato entre iguales. La pelea física es una conducta

agresiva en la que se ven implicados varios iguales que frecuentemente tienen la misma edad y fuerza similar. En el maltrato existe, sin embargo, una relación de poder entre el maltratador y la víctima. En cualquier caso, se considera como maltrato toda conducta verbal o física, repetida en el tiempo, con intención hostil, que causa en la víctima malestar o estrés. Tanto las peleas físicas como el maltrato son conductas que tienen consecuencias negativas para toda la comunidad escolar y especialmente para los protagonistas de los hechos: maltratadores, víctimas y observadores de la agresión.

## VIOLENCIA

A la pregunta de “en los últimos 12 meses, ¿cuántas veces has tenido una pelea física?”, un 63,6% de los adolescentes encuestados dice no haber protagonizado ninguna pelea física en el último año, aunque hay un 19,5% que dice haber tenido dos o más. La Tabla 36, que representa los porcentajes de frecuencia de peleas físicas en el último año, muestra simultáneamente las diferencias por sexos y por edades. Como puede apreciarse, tanto en los chicos como en las chicas se observa una clara tendencia a que con el tiempo sucedan menos estos episodios, siendo siempre superiores los valores de los chicos que los de las chicas.

Tabla 36. *Frecuencia de peleas físicas en función del sexo y la edad de los participantes*

	Sexo	Chicos				Chicas			
	Edad	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18
<b>Frecuencia de peleas físicas en los últimos 12 meses</b>	Ninguna	35,7	42,8	57,1	66,5	61,5	76,0	79,5	84,3
	Una	22,7	23,9	19,6	16,7	16,2	14,0	11,7	10,2
	Dos o tres	24,5	22,5	16,0	11,2	14,3	6,2	6,3	4,2
	Cuatro o más	16,2	10,2	7,1	5,2	7,6	3,2	2,1	1,1
	No contesta	,9	,7	,3	,4	,4	,6	,4	,2

## MALTRATO ENTRE IGUALES

Los estudios que se han realizado en muchos países sobre la incidencia del maltrato entre iguales han mostrado que está mucho más presente en la vida cotidiana de los menores de lo esperado y que puede tener repercusiones muy negativas en las trayectorias vitales de quienes lo sufren.

El cuestionario HBSC-2002 también exploró estos contenidos. A los adolescentes se les preguntó, en primer lugar, cuántas veces habían sido maltratados en el colegio en los últimos dos meses, dejando previamente claro qué se consideraba como maltrato<sup>3</sup>. Un 75,9% de los adolescentes manifiesta que en ningun-

<sup>3</sup> Decimos que un alumno o alumna ESTÁ SIENDO MALTRATADO cuando otro alumno o alumna, o un grupo de ellos, le dice o hace cosas hirientes o desagradables. También hay maltrato cuan-

na ocasión fue objeto de malos tratos por parte de sus compañeros en ese periodo de tiempo; sin embargo, un 4,4% responde que es maltratado al menos una vez a la semana. Las comparaciones en función del sexo dan lugar a diferencias estadísticamente significativas, mostrando porcentajes de adolescentes maltratados más bajos entre las chicas que entre los chicos. Así, si entre los chicos hay un 5,2% que es maltratado en el colegio al menos una vez a la semana, el porcentaje baja al 3,8% entre las chicas. Las diferencias en función de la edad también son significativas y muestran una tendencia descendente con el paso del tiempo.

La Tabla 37 permite observar el perfil evolutivo en cada sexo. Así, si bien es cierto que en ambos sexos la tendencia dominante es de descenso, los chicos siempre presentan valores algo más altos de victimización que las chicas, especialmente en la adolescencia media.

Tabla 37. *Frecuencia con que han sido maltratados en los últimos dos meses en función del sexo y la edad de los adolescentes*

Sexo Edad	Chicos				Chicas			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 - 18
<b>Ninguna</b>	71,2	69,8	73,4	82,5	72,9	73,5	76,7	82,5
<b>Una o dos veces</b>	18,0	18,6	16,5	13,0	17,5	17,7	16,0	14,0
<b>Dos o tres veces al mes</b>	4,3	3,7	3,8	1,6	3,9	3,1	3,3	1,4
<b>Una vez por semana</b>	2,0	2,2	2,1	1,2	1,5	1,9	1,2	,9
<b>Varias veces por semana</b>	3,5	4,6	3,6	1,3	3,1	3,2	2,4	1,0
<b>No contesta</b>	,9	1,0	,7	,4	1,1	,5	,3	,2

Se les preguntó también cuántas veces habían participado en un episodio de maltrato a otro (u otros/as) compañero (o compañera/s) en el colegio durante los dos últimos meses, es decir se exploró también su papel como agresores –y no sólo como víctimas– del maltrato.

Las respuestas muestran que un 68,8% de los adolescentes manifiesta que en ninguna ocasión participó en un episodio de maltrato a otro (u otros/as) compañero (o compañeros/as) en el colegio durante los dos últimos meses; sin embargo, un 31,3% ha tenido al menos una experiencia de este tipo. Las diferencias en función del sexo son estadísticamente significativas, mostrando porcentajes de implicación en episodios de maltrato más bajos entre las chicas que entre los chicos. Por ejemplo, si entre los chicos hay un 62,1% que no participó en ninguna ocasión en estos sucesos, el porcentaje sube al 75,3% entre las chicas. Es importante destacar que un 4% de los varones participó varias veces a la semana en

do se le toma el pelo repetidamente de una manera que a él o ella no le gusta o cuando deliberadamente se les aparta del grupo. Pero NO HAY MALTRATO cuando dos alumnos o alumnas que tienen fuerza y poder parecidos discuten o se pelean. *Tampoco* hay maltrato cuando la burla se hace de forma amistosa o jugando.

los dos últimos meses en episodios de maltrato (entre las chicas este porcentaje es del 1,8%).

Las diferencias por edad también son significativas y muestran una tendencia ascendente hasta los 15-16 años. La Tabla 38 permite observar el perfil evolutivo en cada sexo. Así, mientras que en las chicas se mantienen valores más o menos estables (en todas las edades el porcentaje de las que dicen haber participado en actos de maltrato se sitúa entre el 20 y el 30%), en los chicos tiende a aumentar algo más con la edad hasta los 15-16 años y en todas las edades tienen porcentajes de participación más altos.

Tabla 38. *Frecuencia con que han participado en episodios de maltrato a otros en los últimos dos meses en función del sexo y la edad de los adolescentes*

Sexo Edad	Chicos				Chicas			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más
Ninguna	67,0	61,3	56,0	62,2	76,8	74,2	71,3	77,0
Una o dos veces	23,7	25,5	27,0	24,3	17,8	19,8	22,3	15,3
Dos o tres veces al mes	4,0	5,8	7,2	5,7	2,1	2,4	2,8	3,4
Una vez por semana	1,6	2,5	3,5	3,0	,8	1,0	1,3	1,7
Varias veces por semana	2,4	3,6	5,6	4,3	1,2	2,0	1,7	2,1
No contesta	1,2	1,3	,6	,5	1,3	,6	,5	,6

En la Tabla 39 se puede observar que los porcentajes de participación en episodios de maltrato entre los adolescentes españoles (tanto en chicos como en chicas y en todas las edades) están por debajo o muy próximos a la media de los países del HBSC-2002.

Tabla 39. Datos españoles e internacionales del HBSC-2002: *Porcentaje de adolescentes que manifiesta haber participado en al menos un episodio de maltrato a otro en los dos últimos meses*

	Chicos			Chicas		
	11 años	13 años	15 años	11 años	13 años	15 años
España-2002	31.7	37.9	43.9	21.9	26.4	29.4
Promedio internacional del HBSC-2002	37	44.6	44	23.5	31	28.1

#### 4.d. Relaciones sexuales

Las relaciones con iguales experimentan un cambio importante durante los años de la adolescencia en el sentido de que son también los años en los que

comienzan las relaciones de pareja y, por lo tanto, para muchos significa también el inicio de la actividad sexual.

En el cuestionario se preguntaba a los adolescentes de más de 15 años si habían tenido relaciones sexuales coitales y, en caso de que así fuera, el adolescente debía decir qué edad tenía cuando tuvo lugar su primera experiencia, qué método utilizó para prevenir un embarazo en su último encuentro sexual, con cuántas personas había tenido este tipo de relaciones y si alguna vez había estado embarazada o dejado embarazada a alguien.

Las respuestas a estas preguntas realizadas a los participantes que decían haber mantenido relaciones sexuales completas (un total de 836 chicos y 875 chicas) aparecen reflejadas en las Tablas 40 y 42.

Las cifras que muestra la Tabla 40 (y en concreto, el hecho de que los diferentes métodos sumen un porcentaje de uso mayor del 100% de la muestra) hacen pensar que las respuestas de los adolescentes puedan estar sesgadas por otros procesos que la investigación no ha podido controlar; en este sentido, cabe considerar al menos dos posibilidades: por un lado, puede haber ocurrido que los adolescentes hayan respondido pensando no sólo en su última relación sexual, que es lo que se les preguntaba (y en ese caso han dejado constancia de los métodos que han venido utilizando en los últimos encuentros) o que en su última relación realmente hayan combinado más de un procedimiento (ej.: espuma spermicida y preservativo o preservativo y píldora anticonceptiva).

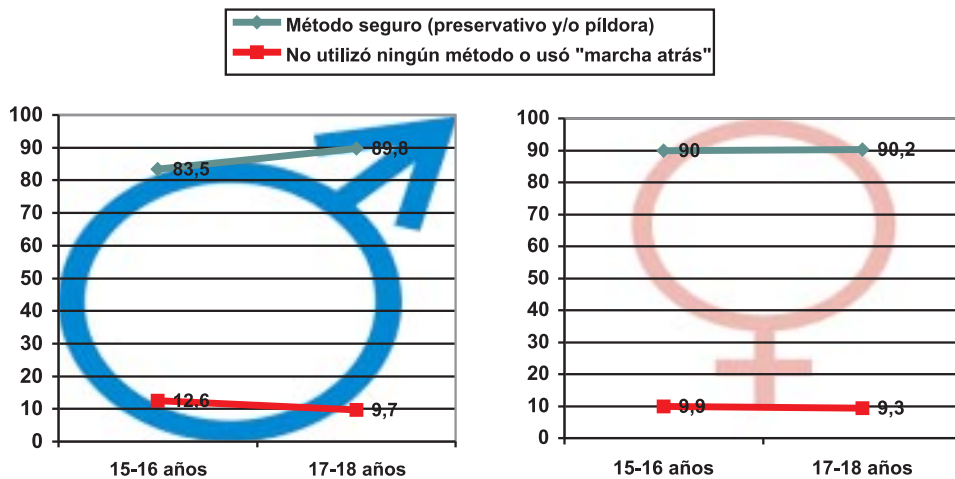
Tabla 40. *Edad de inicio y método contraceptivo empleado en la última relación sexual completa(\*)*

		Chicos		Chicas	
		15-16	17-18	15-16	17-18
		N=269	N=567	N=255	N=620
		%	%	%	%
Edad promedio de inicio en las relaciones sexuales coitales		14,33	15,83	14,61	15,89
Usó preservativo en su última relación sexual	Sí	78,8	84,1	82,0	84,2
	No	16,4	14,3	12,5	15,3
	No contesta	4,8	1,6	5,5	,5
Usó píldoras anticonceptivas en su última relación sexual	Sí	5,2	9,2	11,4	14,8
	No	62,1	64,6	64,7	61,3
	No contesta	32,7	26,3	23,9	23,9
Usó marcha atrás en su última relación sexual	Sí	10,4	11,6	14,5	15,2
	No	57,2	62,1	60,0	59,4
	No contesta	32,3	26,3	25,5	25,5
Usó "otros métodos" en su última relación sexual	Sí	5,9	2,1	3,9	2,4
	No	60,6	69,5	67,8	68,7
	No contesta	33,5	28,4	28,2	28,9
No está seguro del método contraceptivo que empleó en su última relación sexual	No está seguro	2,6	,5	,0	,0
	Está seguro	59,1	78,3	68,6	81,6
	No contesta	38,3	21,2	31,4	18,4
No usó método contraceptivo en su última relación sexual	No usó	10,0	5,5	4,3	3,9
	Usó alguno	87,7	94,2	92,9	95,8
	No contesta	2,2	,4	2,7	,3

(\*) Los porcentajes están calculados considerando sólo a los adolescentes que manifiestan haber tenido relaciones sexuales coitales

La Ilustración 28 simplifica algunos de los resultados reflejados en la Tabla 40. Para entender el significado de esas cifras, debe explicarse, en primer lugar, que son porcentajes que se han calculado una vez eliminados los sujetos que, habiendo tenido relaciones sexuales coitales, no contestan a la pregunta. Y en segundo lugar, que tampoco están representados todos los que responden porque se han seleccionado, por un lado, a los que manifiestan haber utilizado un procedimiento seguro (preservativo o píldora) y, por otro, a los que reconocen no haber utilizado nada o haber hecho uso únicamente del método no fiable conocido como “marcha atrás”. Se han eliminado, por tanto, los que dicen haber utilizado “otros métodos” (cuya fiabilidad no podemos precisar) y los que dicen no estar seguros de si usaron o no algún método en ese último encuentro sexual.

Ilustración 28. *Uso (o no) de diferentes métodos anticonceptivos en la última relación sexual coital*



Estos resultados, contemplados desde la perspectiva internacional que nos permite el estudio HBSC, nos muestran, tal y como reflejan las Ilustraciones 29 y 30 y la Tabla 41, que el porcentaje de adolescentes españoles de 15 años que ha tenido relaciones sexuales coitales está por debajo de la media de los países del estudio que preguntaron por esta cuestión (Ilustración 29); que los adolescentes de esta edad se inician en este tipo de relaciones a una edad muy parecida (ligeramente más tardía) a la media de la muestra total (Tabla 41) y que son los adolescentes que más utilizan el preservativo en sus experiencias sexuales (Ilustración 30).

Por otro lado, si el análisis se realiza comparando los resultados españoles del HBSC-2002 con los del HBSC-1990, que es lo que muestra la Ilustración 31, se encuentran algunos valores significativos. Así, por ejemplo, las diferencias entre los chicos y las chicas que se podían detectar en 1990, no se observan con los datos de 2002, ya que en la actualidad los porcentajes de chicos y



de chicas que dicen haber mantenido estas relaciones en todas las edades son muy parecidos. Puede afirmarse, por tanto, que en el transcurso de estos 12 años se ha producido un cambio significativo en el comportamiento sexual de las chicas adolescentes españolas que ha llevado a un inicio más precoz de la actividad coital y a una implicación más parecida a la de sus coetáneos varones.

Ilustración 29. Datos internacionales del HBSC-2002: *Porcentaje de chicos y chicas de 15 años que dice haber experimentado relaciones sexuales coitales*

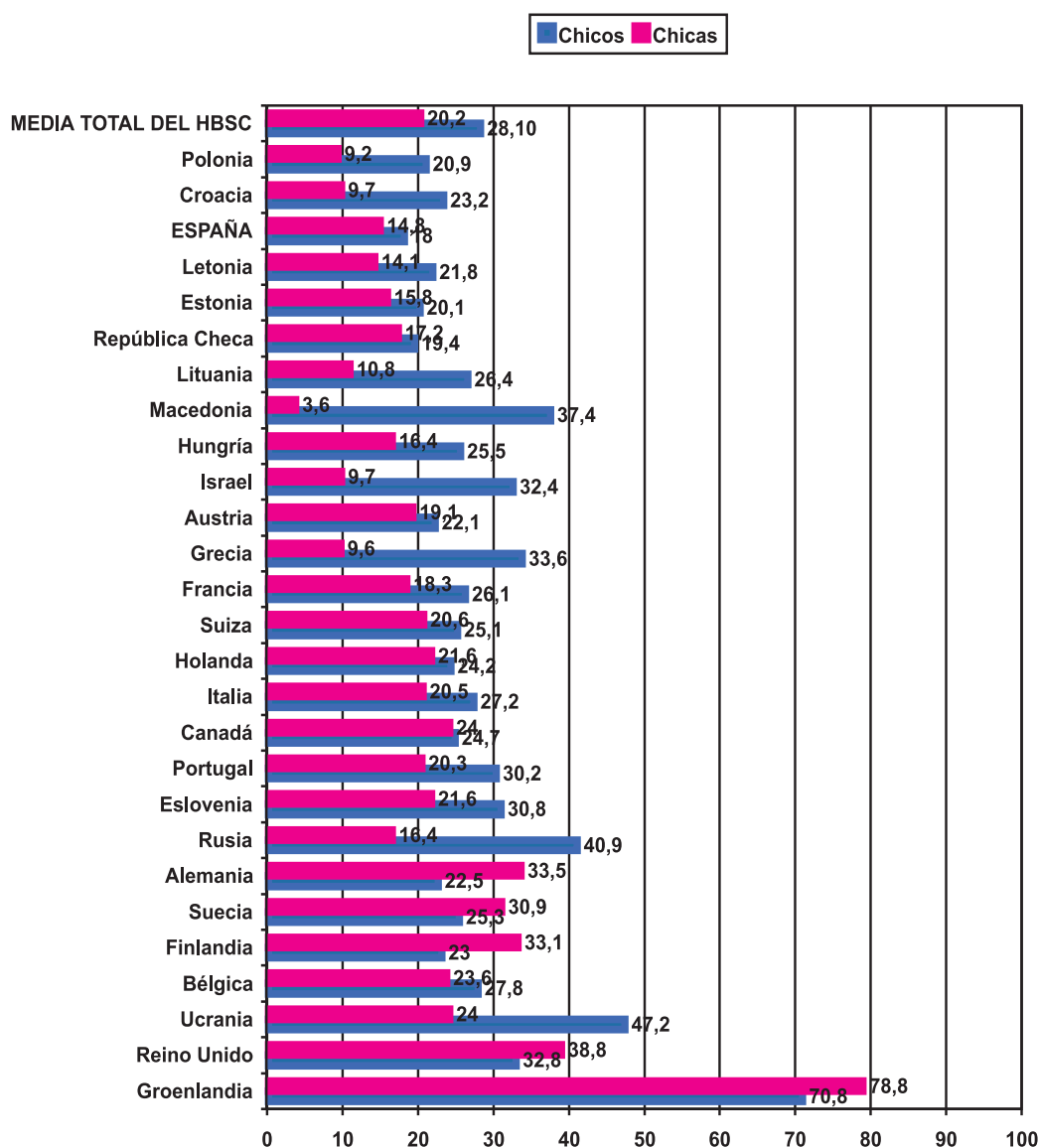




Tabla 41. Datos españoles e internacionales del HBSC-2002: *Edad promedio a la que los adolescentes de 15 años dicen que tuvieron su primera relación sexual coital*

	Chicos	Chicas
<b>España-2002</b>	14,2	14,5
<b>Promedio internacional del HBSC-2002</b>	14,0	14,3

Ilustración 30. Datos internacionales del HBSC-2002: *Porcentaje de chicos y chicas de 15 años que dicen haber utilizado preservativo en la última relación sexual coital*

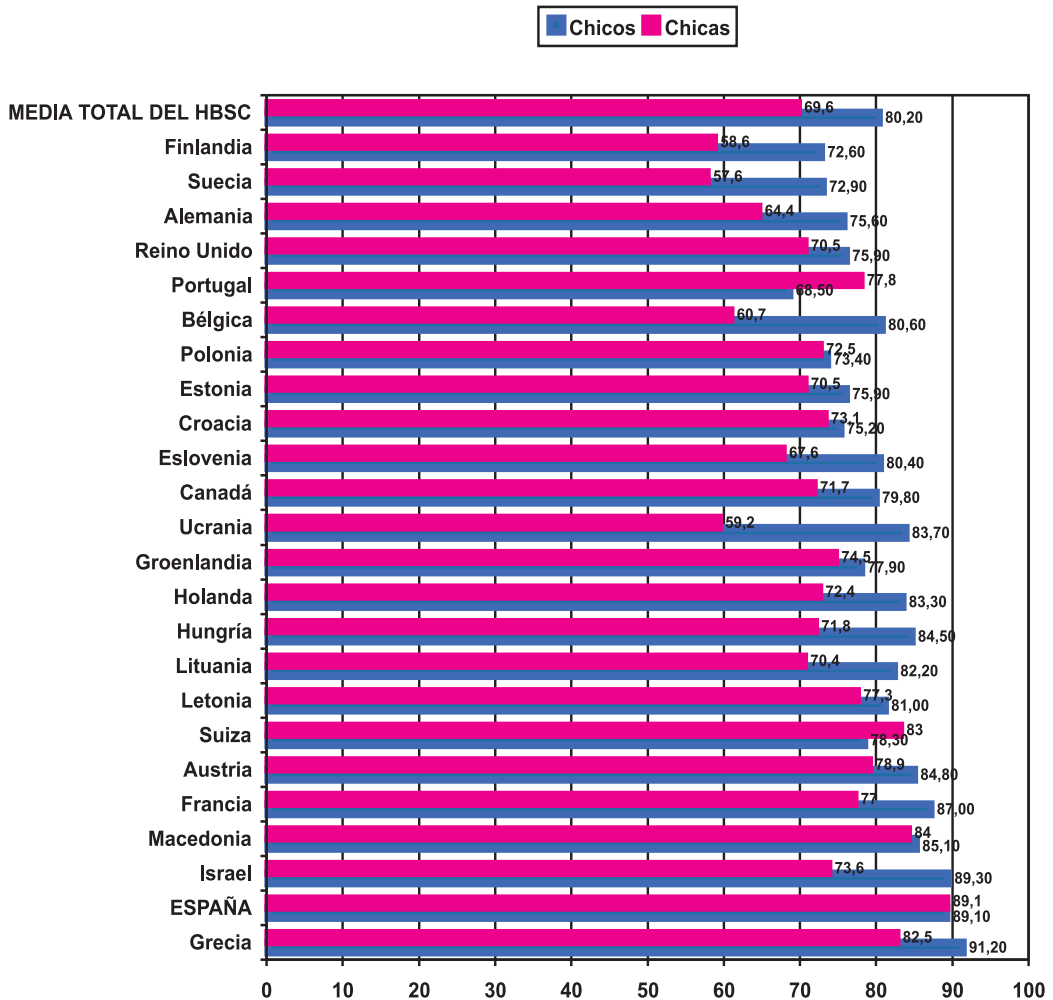
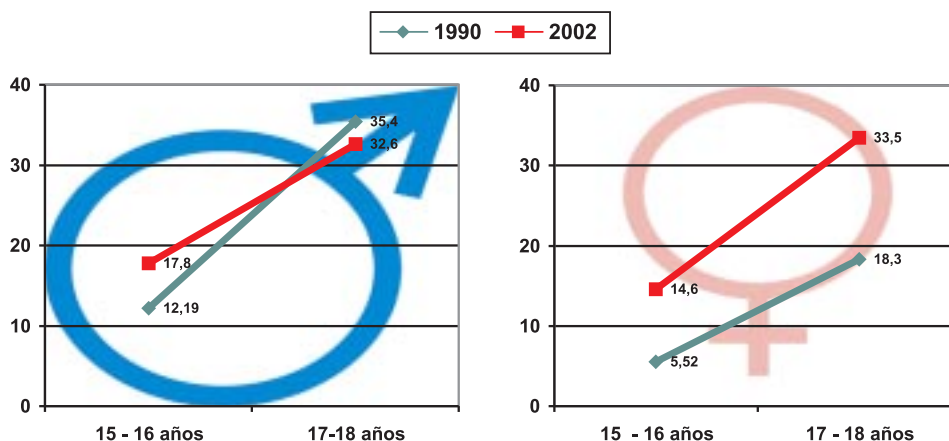


Ilustración 31. Datos españoles del HBSC en 1990 y en 2002: *Porcentaje de chicos y chicas de diferentes edades que dicen haber tenido relaciones sexuales coitales*



Por último, la Tabla 42 muestra las respuestas referidas al número de personas con quienes han tenido relaciones sexuales coitales y el número de veces que ha estado o dejado a alguien embarazada. Puede observarse, por ejemplo, una mayor promiscuidad entre los varones y algunas cifras de embarazos adolescentes a tener en cuenta (por ejemplo, un 4% de las chicas de 17-18 años reconoce haberse quedado alguna vez embarazada).

Tabla 42. *Número de personas con quien ha tenido relaciones sexuales coitales y número de veces que ha estado o dejado a alguien embarazada*

		15-16	17-18	15-16	17-18
Número de personas con quien ha tenido relaciones sexuales coitales	1 persona	53,2	53,8	79,2	65,5
	2 personas	20,4	19,6	9,0	21,9
	3 personas	10,8	10,8	3,9	6,3
	4 personas	3,7	4,2	2,4	2,7
	5 personas	1,5	3,7	,4	1,3
	6 personas o más	6,3	6,9	1,2	1,3
	No contesta	4,1	1,1	3,9	1,0
Cuántas veces has estado o has dejado a alguien embarazada	Ninguna	88,1	90,3	95,3	94,4
	Una vez	3,3	2,3	1,6	3,5
	Dos veces o más	1,9	,0	,4	,5
	No estoy Seguro/a	1,5	1,2	,4	1,5
	Seguro/a				
	No contesta	5,2	6,2	2,4	,2

*En resumen...***LOS IGUALES Y EL TIEMPO LIBRE***Tiempo libre: horario, lugares y actividades:*

- Las rutinas de ocupación del tiempo libre de los adolescentes cambian con la edad, de forma que, a medida que los adolescentes se hacen mayores, por ejemplo, vuelven a casa más tarde por la noche, pasan más tiempo con sus amistades en la calle, en la discoteca y de botellón y menos en centros deportivos.
- Las rutinas y actividades que los adolescentes realizan presentan diferencias ligadas al sexo: los chicos vuelven a casa más tarde por la noche que las chicas, ellas pasan más tiempo con sus amigas en el centro escolar que ellos y menos tiempo en centros deportivos o en la actividad conocida como botellón. Mayor porcentaje de ellas realizan diariamente tareas domésticas y de lectura o estudio.
- Algunos de estos aspectos siguen, además, patrones evolutivos diferentes en chicos y chicas: la lectura o estudio casi diario se mantiene prácticamente constante a través de la edad en las chicas, mientras que disminuye en los chicos. En cuanto a las tareas domésticas, el porcentaje de chicas que las realiza diariamente aumenta con la edad, mientras que el de los chicos disminuye.
- Hay adolescentes que practican rutinas de riesgo: el 10% de adolescentes entre 11 y 18 años llega a casa algún día a la semana después de las 5:00 de la mañana, un 12,6% no estudia casi nunca y un 5% va de botellón más de una vez por semana.

*El grupo como promotor de conductas relacionadas con la salud y el ajuste escolar y familiar:*

- Los miembros de los grupos de amigos y amigas evolucionan con la edad hacia un mayor consumo de sustancias adictivas (tabaco, alcohol y otras drogas ilegales) y hacia una disminución del ajuste escolar y familiar al menos hasta los 15-16 años (menor probabilidad de satisfacción con el entorno escolar, menor rendimiento, empeoramiento de las relaciones con los padres, etc.).
- Se confirma el papel socializador del grupo de iguales, ya que se encuentra similitud entre la conducta de los adolescentes y la de su grupo de amistades: por ejemplo, aquellos chicos y chicas que fuman dicen formar parte, con más probabilidad, de un grupo en el que un porcentaje importante de sus miembros también fuma.

*Violencia y maltrato entre iguales:*

- La participación en peleas físicas disminuye claramente con la edad, siendo las peleas bastante más frecuentes entre los chicos que entre las chicas en todas las edades (un 25% más de chicos que de chicas ha tenido alguna pelea física en el último año).
- Los mayores son menos propensos a ser víctima de malos tratos por sus iguales que los pequeños, mientras que la tendencia a maltratar aumenta con la edad hasta los 15-16 años.
- La participación de las chicas en episodios de maltrato es menos frecuente que la de los chicos, sobre todo ejerciendo el papel de maltratador.

*Relaciones sexuales:*

- Durante la última década el comportamiento sexual de los adolescentes ha experimentado cambios importantes, especialmente entre las chicas, que se inician antes en la actividad sexual coital y en un porcentaje muy parecido a como lo hacen sus coetáneos varones.
- El porcentaje de adolescentes de 15 años que ha tenido relaciones sexuales coitales está por debajo de la media de los países del estudio, la edad a la que se inician en este tipo de relaciones es muy parecida a la media de la muestra internacional y son los adolescentes españoles los que más utilizan el preservativo en sus experiencias sexuales.
- Los varones dicen haber tenido más parejas diferentes en sus encuentros sexuales que las chicas.
- Se encuentran porcentajes de embarazos adolescentes a tener en cuenta (por ejemplo, el 4% de las chicas de 17-18 años reconoce haberse quedado alguna vez embarazada).



## 5. SALUD Y AJUSTE PSICOLÓGICO

5.a. Autopercepción de salud

5.b. Autoestima

5. c. Satisfacción vital

A pesar de que la salud constituye uno de los principales recursos para hacer frente a los cambios propios de la adolescencia y de que estos años se tienden a considerar como una etapa de relativa salud y baja mortalidad, no siempre las conductas de los adolescentes son saludables, como se ha tenido ocasión de mostrar a lo largo de estas páginas. Lo que se presenta a continuación es un contenido diferente. No se van a mostrar conductas sino procesos psicológicos no observables –pero directamente relacionados con la salud– que tienen que ver con cómo el adolescente percibe su salud y se valora a sí mismo y a su vida.

### 5.a. Autopercepción de salud

Los estudios con población adulta ponen de manifiesto que la percepción subjetiva de salud se relaciona con resultados objetivos de salud, incluida la mortalidad. En este estudio se evaluó a través de una pregunta general en la que los adolescentes debían calificar su salud como “excelente”, “buena”, “pasable” y “pobre”, así como a través de una serie de preguntas en las que se les pedía que consignasen la frecuencia con la que habían sufrido en los últimos 6 meses una serie de síntomas físicos y psicológicos.

Como puede observarse en la Tabla 43, a medida que aumenta la edad, y especialmente entre las chicas, disminuye la percepción de tener muy buena salud: sólo el 11,3% de las chicas de 17 años o más contestan tener muy buena salud.

Tabla 43. *Autopercepción de salud, en función de la edad y el sexo de los participantes*

Sexo Edad	Chicos				Chicas			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17-18	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 -18
Pobre	,8	,6	,9	1,1	,3	,4	,8	1,4
Pasable	4,4	6,8	9,9	10,8	4,8	9,0	16,2	21,3
Buena	50,1	52,3	54,1	55,9	56,1	60,4	65,9	65,2
Muy buena	41,4	37,9	33,5	30,4	36,4	28,8	16,1	11,3
No contesta	3,3	2,4	1,6	1,8	2,4	1,3	1,0	,9

Por otro lado, en la Tabla 44 se aprecia que esta disminución en la percepción de muy buena salud en las chicas se da tanto en relación con una serie de sínto-

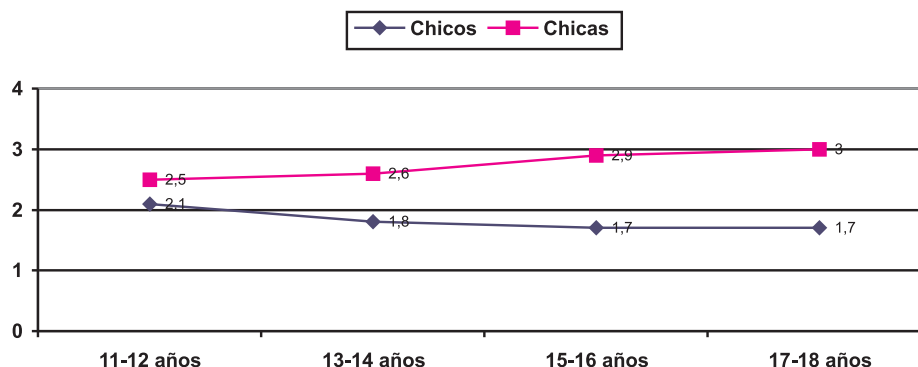
mas de tipo psicológico (estar bajo de ánimos, sentirse irritable o con mal genio, nerviosismo, dificultades para dormir, cansancio y agotamiento) como físicos (dolor de espalda, de cuello y hombros, de cabeza y de estómago). En general, es a partir de los 15 años cuando se muestra de forma más clara la mayor presencia de todos estos síntomas en las chicas. Se ha comprobado la relación entre la mayor presencia de síntomas y el hecho de haber tenido la menarquia.

Tabla 44. *Porcentaje de adolescentes que manifiestan haber padecido diferentes malestares al menos “más de una vez por semana” (las opciones de respuesta eran: “casi todos los días”, “más de una vez a la semana”, “casi todas las semanas”, “casi todos los meses” y “rara vez o nunca”)*

	Chicos				Chicas			
	11-12	13-14	15-16	17-18	11-12	13-14	15-16	17-18
Dolor de cabeza	17.9	16.9	13.9	11.8	25.8	24.4	28.3	29.3
Dolor de estómago	14.6	11.4	7.1	6.5	22.1	18.2	16.7	14.3
Dolor de espalda	12.8	12.8	14.6	13.1	16.3	19.4	23.0	27.5
Bajo de ánimo	16.8	14.4	14.1	15.5	18.1	24.0	28.4	30.9
Irritabilidad o mal genio	22.2	23.2	19.1	20.3	26.1	32	34.5	34.2
Nerviosismo	28.5	26.8	27.2	26.2	32.1	37.3	41.7	44.1
Dificultades para dormir	18.5	12.9	10.9	13.9	18.1	18.1	20.7	22.9
Sensación de mareo	11.2	8.3	8.6	5.8	12.2	14.0	16.0	13.9
Dolor de cuello o de hombros	16.7	15.5	14.3	13.8	20.1	22.0	22.8	27.2
Miedo	9.4	7.0	4.7	4.2	14.8	12.5	10.6	10.7
Cansancio y agotamiento	33.1	31.4	27.3	30.5	34.7	37.7	42.0	45.6
Ninguno	36.0	39.9	43.0	42.6	30.4	28.6	27.2	24.0

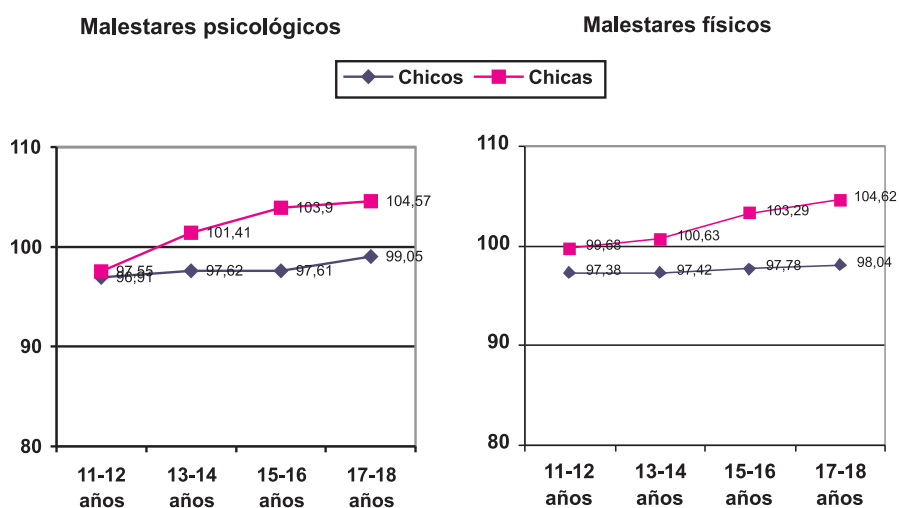
En la Ilustración 32 se aprecia cómo evoluciona de forma diferente en los dos sexos la vivencia de malestares físicos o psicológicos; así, mientras que en ellos se aprecia una ligera tendencia a que estas sensaciones disminuyan con la edad, en las chicas tienden a aumentar, estando en todas las edades sus valores por encima de los de los varones.

Ilustración 32. *Número promedio de síntomas a la semana en chicos y chicas de diferentes edades*



La ilustración 33 presenta los mismos datos que la tabla anterior pero con los resultados obtenidos a partir de un análisis factorial con el que se detectaron dos factores, uno saturado de malestares psicológicos (estar bajo de ánimos, sentirse irritable o con mal genio, nerviosismo, dificultades para dormir, cansancio y agotamiento) y otro de malestares físicos (dolor de espalda, de cuello y hombros, de cabeza y de estómago).

Ilustración 33. *Puntuaciones obtenidas por chicos y chicas en función de la frecuencia con la que dicen haber sentido malestares de tipo psicológico y físico en los últimos 6 meses*



## 5.b. Autoestima

La autoestima es uno de los aspectos más importantes del desarrollo humano. La evaluación que los niños y los adolescentes hacen de sus propias capacidades se relaciona con el bienestar personal que experimentan, influye en la competencia con la que se enfrentan a las tareas sociales, familiares y escolares y tiene repercusiones sobre el ajuste psicológico a medio y largo plazo. La autoestima es, además, un contenido en evolución durante la infancia y la adolescencia, de forma que la valoración que los adolescentes hacen de sí mismos es fruto tanto de su mayor capacidad de autoanálisis como de las experiencias continuadas de éxito y fracaso que tienen en los diferentes contextos en los que se van desarrollando y en relación con los diferentes retos a los que se enfrentan.

### *Autoestima física*

Uno de los contenidos de la autoestima, especialmente relevante durante los años de la adolescencia, es el referido a su apariencia física. Como muestra la Tabla 45, entre los más pequeños se detectan percepciones más extremas del atractivo

físico que entre los mayores, de modo que entre ellos se encuentran los porcentajes más altos de verse “nada atractivo” y “muy atractivo”. Parece, por tanto, que los mayores tienen una percepción más moderada –y, probablemente, ajustada– de su apariencia física, ya que aumenta la percepción de ser del “montón”. Las chicas tienden, en general, a percibirse a sí mismas como menos atractivas que los chicos.

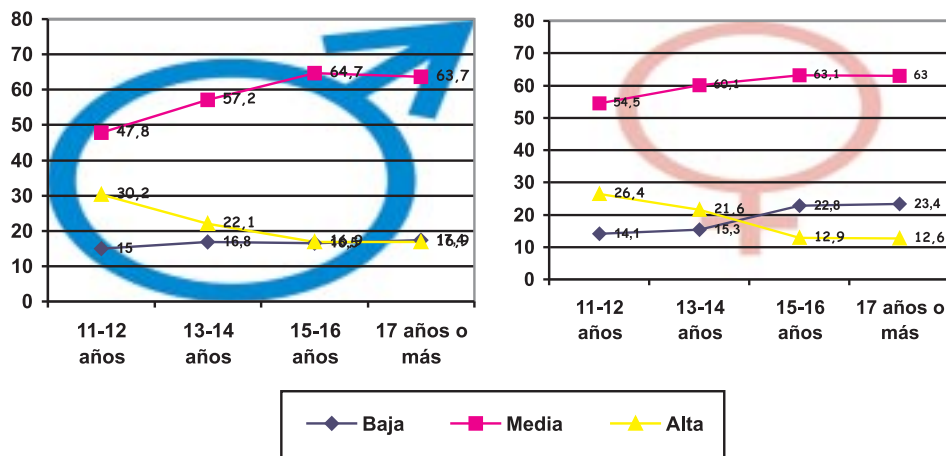
Tabla 45. *Autopercepción de atractivo físico, en función de la edad y el sexo de los participantes*

Sexo Edad	Chicos				Chicas			
	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más	11 - 12	13 - 14	15 - 16	17 o más
Nada	3,9	3,8	1,8	1,9	6,9	5,8	3,9	2,7
Poco	12,6	11,3	9,2	6,6	18,4	17,1	11,5	9,5
Del montón	35,4	49,0	61,1	59,0	39,7	52,4	59,3	61,3
Bastante	25,1	23,0	20,7	25,3	19,8	16,3	20,0	21,8
Mucho	19,2	9,8	4,5	4,0	12,4	6,7	3,1	3,3
No contesta	3,9	3,0	2,7	3,2	2,7	1,7	2,3	1,4

*Autoestima escolar, autoestima con la familia y autoestima con los iguales*

La alta autoestima escolar, relacionada con sentirse importante en la escuela y competente en relación con las tareas escolares, es más frecuente entre los pequeños y disminuye con la edad, tal y como muestra la Ilustración 34. La autoestima escolar de las chicas es más baja que la de los chicos, potenciándose esta diferencia a medida que aumenta la edad. Resulta llamativo este dato teniendo en cuenta que las chicas terminan los deberes en su momento más frecuentemente, sacan mejores notas y dicen ser percibidas más frecuentemente que los chicos como mejores estudiantes por el profesorado, como se ha tenido ocasión de comentar más arriba.

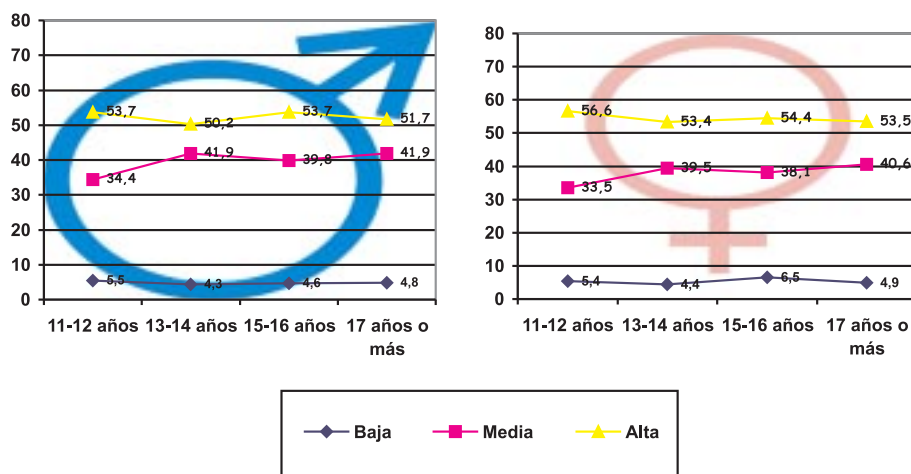
Ilustración 34. *Porcentaje de chicos y chicas adolescentes según su nivel de autoestima escolar*





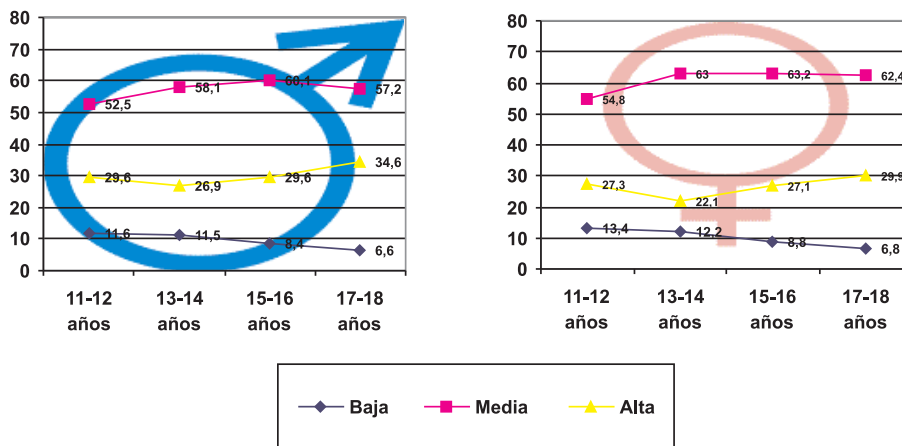
En cuanto a la autoestima familiar, se encuentra un perfil muy parecido entre chicas y chicos y una tendencia a que disminuya con la edad (ver Ilustración 35).

Ilustración 35. *Porcentaje de chicos y chicas adolescentes según su nivel de autoestima familiar*



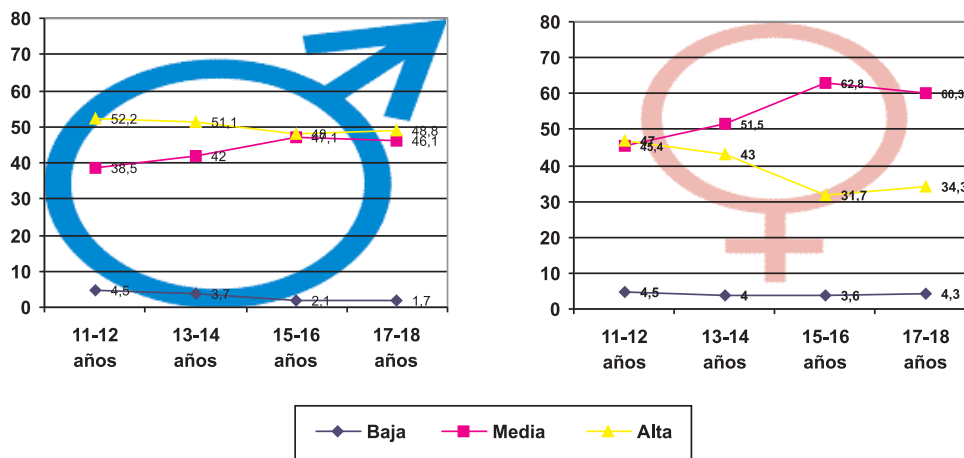
La valoración que hacen los adolescentes de sí mismos en sus relaciones de amistad es baja en el 9,8% de los casos. El resto de los adolescentes tiene una autoestima con los amigos media o alta. Las diferencias entre los sexos se muestran como estadísticamente significativas, siendo las chicas quienes manifiestan puntuaciones más bajas. En relación con la edad, cabe decir que la baja autoestima con los amigos es más frecuente entre los más pequeños (12,4% frente al 6,6% de los mayores), mientras que la alta autoestima es más habitual entre los mayores (ver Ilustración 36).

Ilustración 36. *Porcentaje de chicos y chicas adolescentes según su nivel de autoestima con los iguales*



Finalmente, cuando se evaluó la autoestima global (Ilustración 37) se obtuvo que, en general, la autoestima baja es poco frecuente entre los adolescentes, la autoestima media es más frecuente entre las chicas que entre los chicos y la autoestima alta, más frecuente entre ellos que entre ellas.

Ilustración 37. *Porcentaje de chicos y chicas adolescentes según su nivel de autoestima general (Escala de Rosenberg, RSSE)*



### 5.c. Satisfacción vital

La satisfacción vital es un juicio consciente, cognitivo y afectivo, de la satisfacción que la persona tiene con el conjunto de su vida. Se trata de un asunto que está relacionado con la calidad de vida y con la capacidad que la persona tiene para enfrentarse a las tareas vitales.

Como muestra la Ilustración 38, en general, los adolescentes están satisfechos con su vida actual, siendo la media de 7,45 puntos sobre un máximo de 10. Sin embargo, se observa que la satisfacción disminuye con la edad y que las chicas se sienten algo menos satisfechas con su vida que los chicos.

La ilustración 39 muestra el aumento de la satisfacción vital baja, el descenso de la alta con la edad y el aumento progresivo de la satisfacción vital media, todo ello como tendencias más frecuentes entre las chicas, lo que hace que globalmente, en efecto, sean ellas quienes tengan un nivel de satisfacción vital más bajo.

Vistos los datos desde una perspectiva transnacional, y como muestra la Ilustración 40, los adolescentes españoles están entre los que muestran niveles más altos de satisfacción vital a todas las edades. Por otro lado, prácticamente en todos los países se detecta el descenso en la satisfacción vital con la edad que se acaba de comentar en relación con los datos de nuestro país.

Ilustración 38. Puntuación media de satisfacción vital en chicos y chicas de diferentes edades

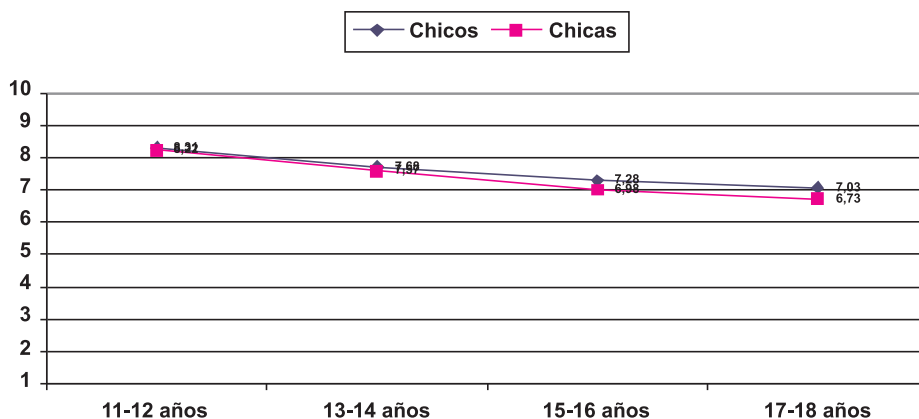


Ilustración 39. Porcentaje de chicos y chicas adolescentes según su nivel de satisfacción vital (Escala de Satisfacción Vital de Huebner, HLSE)

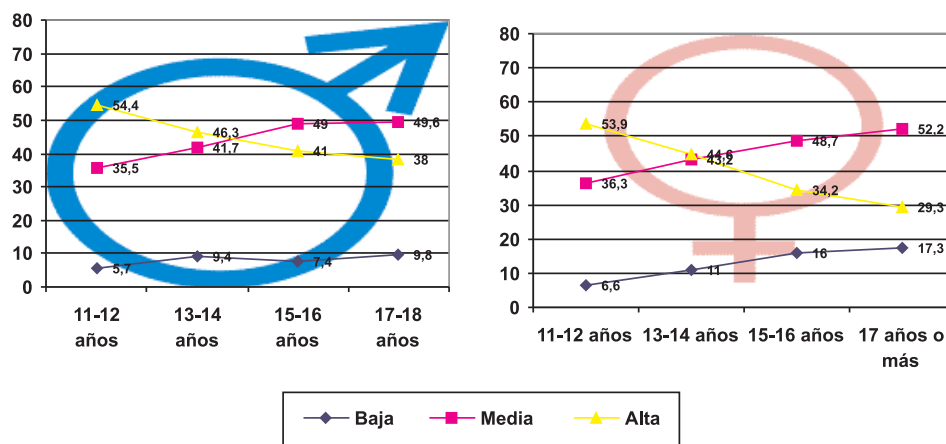
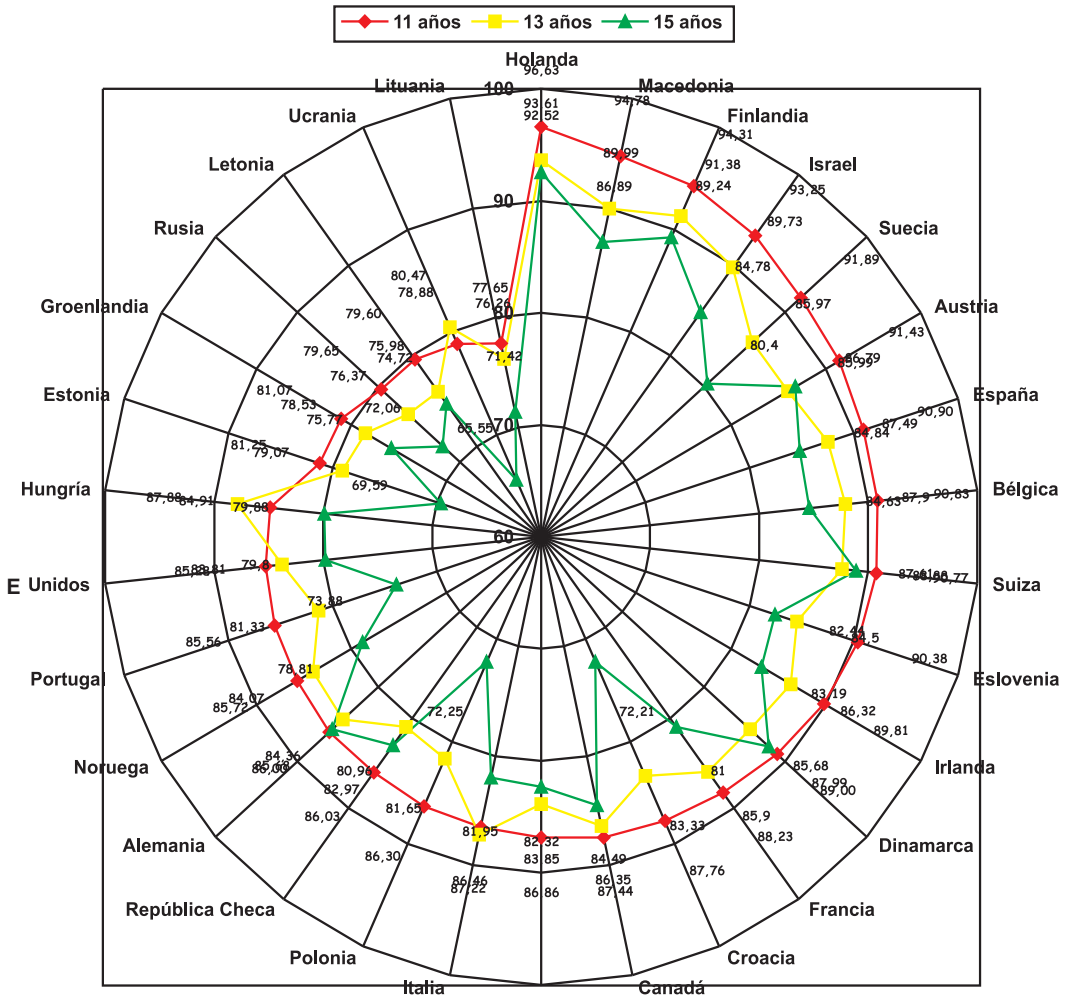


Ilustración 40. Datos internacionales del HBSC-2002: *Porcentaje de adolescentes de distintas edades que dicen sentirse feliz con su vida (responden por encima de 6 puntos en la escala)*



**SALUD Y AJUSTE PSICOLÓGICO***En resumen...**Percepción de salud y síntomas psicósomáticos:*

- La percepción de buena salud disminuye con la edad, mientras que aumenta la vivencia de diferentes síntomas físicos y psicológicos.
- Especial, clara y llamativamente cierto es esto para las chicas, tanto, que en algunos síntomas son las únicas responsables del aumento con la edad; así, mientras que entre los chicos se encuentra una ligera tendencia a que la vivencia de malestares disminuya con la edad, entre las chicas tienden a aumentar, estando en todas las edades sus valores por encima de los de los varones. La presencia de síntomas se relaciona también con la menarquia.

*Autoestima:*

- La autoestima física y escolar disminuyen a lo largo de la adolescencia, mientras que la autoestima con los iguales aumenta. Los adolescentes tienen, en general, altos niveles de autoestima familiar a todas las edades. Al final de la adolescencia, la autoestima tiende a la estabilización.
- Las chicas se perciben como menos atractivas que los chicos y muestran niveles más bajos de autoestima escolar, a pesar de mostrar más ajuste en la escuela.

*Satisfacción vital:*

- La satisfacción vital disminuye con la edad, siendo más frecuente la satisfacción vital moderada entre los mayores.
- Las chicas muestran, en general, menos satisfacción vital que los chicos.
- Los adolescentes españoles están entre los que presentan más altos niveles de satisfacción vital a todas las edades en comparación con la media de los otros países del HBSC-2002.

**A modo de conclusiones...**

- Se encuentra de forma repetida, y en relación con contenidos de muy diversa índole, una **menor frecuencia de conductas saludables** (actividad física y alimentación adecuada, por ejemplo) acompañada de una **mayor frecuencia de conductas de riesgo** (sedentarismo, mala alimentación, consumo de tabaco, alcohol y otras drogas, etc.) **a medida que aumenta la edad** de los adolescentes encuestados.
- En relación también con la edad, el **ajuste personal y escolar** (autoconcepto, autoestima, facilidad para comunicarse con los padres, apoyo percibido por parte del profesorado, satisfacción escolar, rendimiento, satisfacción vital) **experimentan una clara disminución**. No se trata de un resultado inesperado, ya que es frecuente que se produzca este descenso como consecuencia, entre otros factores, de la mayor capacidad de análisis, de autocrítica y reflexión de los adolescentes, así como de la ansiedad con la que se viven muchos de los cambios físicos, psicológicos y sociales que se experimentan.
- A pesar de ello, no se debe dejar de señalar que también durante estos años se producen **logros** en la conducta y el desarrollo sociopersonal (disminución de algunas conductas antisociales, aumento de la autoestima con los iguales, etc.). Por otro lado, muchos de los aspectos que empeoran durante la adolescencia experimentan una mejora a partir de los 15 ó 17 años (ej.: lesiones, peleas, maltrato, ajuste escolar).
- Las diferencias ligadas al **sexo de los adolescentes** han mostrado, de la misma manera que ocurre con la edad, un patrón repetido en muchos de los aspectos evaluados. No puede afirmarse que las chicas pongan en marcha, en general, menos conducta saludable (aunque sí ocurre así en relación con la actividad física y con algunos aspectos de la alimentación). Tampoco podemos afirmar que, en general, pongan en marcha más conducta de riesgo (el tabaco es, quizá, el único contenido en el que mayor porcentaje de chicas que de chicos tiene un comportamiento de riesgo). Por otro lado, hay asuntos en los que se presentan incluso con un patrón más saludable, tal es el caso de los relacionados con la escuela o con la dinámica en el grupo de iguales, donde las chicas, por ejemplo, dedican más tiempo a estudiar, tienen mejor rendimiento, llevan a cabo menos conducta antisocial y participan menos que los chicos en episodios de malos tratos a sus compañeros. Sin embargo, y a pesar de todo ello:
  - o Las chicas informan de peor salud que los chicos y se perciben a sí mismas de forma más negativa en más aspectos.
    - Es importante señalar que esta peor percepción que las chicas tienen de sí mismas no está presente de la misma manera en todas las edades, sino que, en relación con muchos contenidos, se potencia con la edad, siendo en algunos casos, la diferencia con los chicos prácticamente inapreciable al comienzo de la adolescencia.
  - o Cuando se compara la situación de las adolescentes de hoy con las de hace 12 años, se detecta una tendencia de evolución más negativa que en los chicos en diferentes asuntos (ej.: consumo de tabaco, alcohol, cannabis y otras drogas ilegales)
- La comparación entre los adolescentes de 2002 y los de 1990 muestra una evolución no positiva en varios frentes. Así, por ejemplo, los adolescentes de 2002 se saltan más comidas que entonces, son más sedentarios, son más los que fuman a diario y consumen más hachís y coca. No obstante, hay otros asuntos en los que la evolución es más positiva; así, por ejemplo, la higiene bucodental ha mejorado sensiblemente, así como los sentimientos positivos hacia el centro educativo.

**De estos resultados se deduce...:**

- La necesidad de considerar la **infancia** y, especialmente la **preadolescencia**, como **etapas de intervención** para la promoción de conductas relacionadas con la salud y la prevención de conductas de riesgo. Es importante fomentar el compromiso con la salud, con su mantenimiento y su promoción, antes de que se inicien los cambios físicos y psicológicos propios de la adolescencia. Conviene no olvidar que los patrones de conducta establecidos durante la infancia se mantienen frecuentemente a lo largo de la adolescencia y la adultez.
- La relevancia social de **incluir la variable género en las propuestas de intervención** y de hacerlo también durante la infancia y la preadolescencia.
- La importancia de **atender con mayor premura a aquella población adolescente en la que se produce una acumulación de factores de riesgo** (baja actividad física, mala alimentación, sedentarismo y obesidad, relaciones familiares problemáticas, pertenencia a grupos de iguales promotores, a su vez, de conductas de riesgo, mal ajuste escolar y personal, etc.).
- **Nuevas posibilidades y temas de intervención.** A lo largo de estas páginas se ha podido constatar la importancia socializadora del **grupo de iguales**. La sensibilidad de los adolescentes a la presión del grupo hace que a menudo se comporten en conformidad con los códigos de conducta establecidos por él. De esta forma, si las intervenciones se dirigen a actuar no sobre sujetos sino sobre grupos y si el objetivo es hacer que la "nueva moda" sea comportarse de forma saludable, es probable que mejore la eficacia de los programas. Pero también es posible intervenir sobre otros agentes socializadores, como la familia. Probablemente los padres y madres de adolescentes son el colectivo de progenitores que hoy se siente más inseguro y más necesitado de apoyo y supervisión. Mucho de este apoyo podría ir encaminado a dar a conocer qué es la adolescencia, que cambios origina en el sistema familiar, que ajustes son necesarios, cómo resolver conflictos y hacer que éstos se conviertan en experiencias constructivas y, en definitiva, a dotarles de herramientas de actuación promotoras de salud y bienestar en el hogar. Finalmente, la escuela se muestra una vez más como un poderoso agente de cambio. Sus recursos formales (ej.: la transversalidad, disponer de personal cualificado) e informales (ej.: escenario en el que se desarrollan dinámicas grupales con iguales, un currículo oculto pero efectivo) nos hacen mirar hacia ella como un instrumento ineludible para ganar salud.