

## SUMARIO

<b>Encuesta Navarra de Juventud y Salud 2007</b>	<b>1</b>
<b>Situación de las E.D.O. en Navarra. Semanas 27 a 39 de 2010</b>	<b>15</b>

## ENCUESTA NAVARRA DE JUVENTUD Y SALUD 2007

Servicio de Epidemiología, Prevención y Promoción de la Salud, Instituto de Salud Pública.  
Plan Foral de Drogodependencias. Servicio de Docencia y Desarrollo Sanitarios.

### Introducción

El objetivo de las encuestas de salud en jóvenes es conocer los comportamientos y factores de riesgo de la población juvenil en relación a la salud. Las encuestas de juventud elaboradas y realizadas por la Fundación Bartolomé de Carranza desde 1982 hasta 2002 han sido la referencia principal en Navarra para conocer los perfiles psico-sociales y la realidad social de jóvenes y adolescentes. En el año 2007, el Departamento de Salud de Navarra se encargó de dar continuidad a dichas encuestas mediante la realización de la Encuesta Navarra de Juventud y Salud 2007.

El objetivo general de la Encuesta Navarra de Juventud y Salud 2007 era conocer los comportamientos y actitudes relacionados con la salud en la población joven de Navarra que sirvieran para orientar y evaluar las intervenciones o políticas preventivas. En ella se intenta mantener la comparabilidad con encuestas anteriores y con otras encuestas relevantes realizadas en otros entornos como la encuesta europea "*Health Behaviour in School-aged Children*" (HBSC, 2006).

Presentamos un análisis descriptivo de los principales indicadores para cada bloque temático: estado de salud, alimentación, actividad física y ocio, violencia, seguridad vial y accidentes de tráfico, consumo de tabaco, alcohol y otras sustancias adictivas, sexualidad y contracepción.

### Métodos

#### Población y muestra

La población de estudio estaba formada por 115.680 residentes en Navarra de 14 a 29 años (datos del

Padrón Municipal de habitantes. INE: 1-1-2007). Se determinó una muestra de 1700 personas para permitir una precisión del 2,3% con un error alfa de 5% para una proporción estimada del 50%. Se procedió a una selección aleatoria y nominal de individuos por comarca y hábitat, en número de un titular y dos reservas a partir del Padrón Municipal, previéndose una alta tasa de sustituciones debido a la negativa a participar o por no localizarse a las personas en su domicilio. La entrevista fue personal, en el domicilio de la persona encuestada tras envío de carta informativa y concertar cita previa.

El número de encuestas realizadas en las 4 comarcas fue el siguiente: Montaña (n=293), Pamplona y Comarca (n=670), Zona Media (n=292) y Ribera (n=447). Del total de encuestas realizadas el 37% se realizaron a los titulares. Los motivos de sustitución más frecuentes de los 1073 casos sustituidos fueron la negativa a participar en el 30% de los casos y la no localización o que la persona se encontraba fuera del domicilio, en el 33,4%. De los 1702 participantes, 833 eran varones y 866 mujeres. Por grupos de edad la distribución fue: 14-17 años (387), 18-23 (570) y 24-29 años (745).

#### Indicadores

**Clase social.** Construida en función de la ocupación de la persona de referencia del hogar de la persona entrevistada y en el caso de quienes viven independientes en función de su propia ocupación. Se ha aplicado la metodología propuesta por la Sociedad Española de Epidemiología. Se construyeron 5 clases sociales: I profesionales, II intermedios, III trabajadores cualificados no manuales, IV trabajadores semi-cualificados manuales y V trabajadores manuales sin

cualificar, que se agruparon en 3: alta (grupos I y II) media (III) y baja (grupos IV y V). Los resultados por nivel socioeconómico están ajustados por edad y sexo.

**Malestares habituales:** se indican una serie de malestares y se pide a la persona que marquen los que padecen de forma habitual o con cierta frecuencia.

**Estrés:** se preguntaba si se había experimentado estrés últimamente. Se consideraban cuatro posibles respuestas: casi ningún estrés, relativamente poco, moderado y mucho.

**Salud mental:** se ha utilizado el Cuestionario de Salud General de Goldberg en su versión de 12 preguntas (GHQ-12). Este cuestionario es un instrumento que permite hacer un cribado poblacional, detectando la prevalencia de casos probables de morbilidad psiquiátrica o de padecimiento psicológico; para ello explora el estado de la persona durante las últimas semanas respecto a su estado habitual. Consta de 12 preguntas con cuatro respuestas posibles, según una escala de Likert, sobre si ha experimentado en las últimas semanas algún síntoma o cambio en su comportamiento. La puntuación total oscila entre 0 y 12 puntos, de mejor a peor salud mental. El punto de corte, para considerar que una persona tiene "riesgo de mala salud mental", es de 4 puntos o más. Como se señala en la Encuesta Nacional de Salud: "El cuestionario se concentra en dos tipos de problemas: la dificultad autopercebida para poder desarrollar un funcionamiento sano y la aparición de fenómenos de naturaleza angustiosa para la persona. No es adecuado para hacer diagnósticos clínicos ni para valorar trastornos crónicos".

**Índice de masa corporal.** Para determinar el bajo peso, normopeso, sobrepeso y obesidad se empleó el índice de Quetelet o índice de masa corporal (IMC). Este parámetro se obtiene al dividir el peso en kilogramos por el cuadrado de la talla en metros ( $IMC = \text{kg}/\text{m}^2$ ). A partir de los 18 años los puntos de corte que definen obesidad, sobrepeso y delgadez corresponden a IMC de 30, 25 y 18,5  $\text{kg}/\text{m}^2$ , respectivamente. El normopeso equivaldría a un IMC entre 18,5 y 24,9. En el grupo de 14-17 años se siguieron los criterios propuestos por Cole y colaboradores en los años 2000 y 2007, adoptados recientemente por la *International Obesity Task Force* (IOTF). El peso y la talla de los encuestados fue autorreportado.

**Adherencia a la dieta mediterránea.** Se ha acumulado suficiente evidencia que señala la dieta mediterránea como determinante de una baja incidencia y mortalidad por enfermedad cardíaca coronaria y otras enfermedades crónicas prevalentes, asociándose con una mayor esperanza de vida. Puesto que existen características comunes que pueden definir este patrón alimenticio, se ha aplicado un cuestionario validado que a través de un perfil predeterminado de consumo de alimentos establece la adherencia a la dieta mediterránea. Dicho cuestionario consta de 14 ítems que puntúan de forma dicotómica, concediendo un punto a la contestación positiva y cero a la negativa. Puntúan un punto positivo los siguientes ítems:

Aceite de oliva como principal grasa para cocinar  
Aceite de oliva ( $\geq 2$  cucharadas/día)  
Verdura u hortalizas ( $\geq 2$  raciones/día)  
Piezas de fruta ( $\geq 3$  piezas/día)  
Carnes rojas, hamburguesas, salchichas o embutidos ( $< 1$  ración/día)  
Mantequilla, margarina o nata ( $< 1$  ración/día)  
Bebidas carbonatadas y/o azucaradas ( $< 1$  vez/día)  
Vino ( $\geq 3$  vasos/semana)  
Legumbres ( $\geq 3$  raciones/semana)  
Pescado y/o marisco ( $\geq 3$  raciones/semana)  
Dulces y bollería industrial ( $< 3$  veces/semana)  
Frutos secos ( $\geq 1$  vez/semana)  
Carne de pollo/pavo/conejo en vez de ternera  
Vegetales, pasta, arroz u otros aderezados con aceite de oliva ( $\geq 2$  veces/semana)

De este modo, la suma de las puntuaciones obtenidas determinará el grado de adherencia de cada joven. La máxima puntuación (*score*) alcanzado es 14. Por tratarse de una población donde hay menores se ha calculado la adherencia también excluyendo el consumo de vino. Este instrumento ha sido recientemente utilizado en el Estudio Riesgo Vascular en Navarra.

**Actividad física habitual:** Se pidió a la persona que eligiese la categoría que mejor reflejaba su actividad habitual (de trabajo, estudio, etc.) y se le clasificó en una de las siguientes: Inactiva: estoy habitualmente sentado/a durante el día y me desplazo en pocas ocasiones; Ligera: trabajo de pié y/o me desplazo a menudo, pero no tengo que levantar pesos; Moderada: transporte cargas ligeras y/o debo subir y bajar escaleras o cuestas frecuentemente; Intensa: tengo un trabajo duro y/o transporte cargas muy pesadas.

**Actividad física en tiempo libre:** se ha medido utilizando el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ) versión corta, formato autoadministrado, si bien se ha suprimido la pregunta referida al tiempo que pasa sentado.

**Persona activa en tiempo libre:** la que camina o hace actividad física moderada al menos 5 días/semana un tiempo acumulado diario de 30 minutos, o actividad física vigorosa al menos 3 días/semana, un mínimo de 20 minutos. (Recomendación de la *American College of Sports Medicine and American Heart Association 2007*)

**Horas al día dedicadas a ver la televisión (incluidos vídeos) y a jugar con videojuegos, ordenador o Internet:** se ha medido utilizando una pregunta donde el encuestado señala las horas dedicadas semanalmente (entre semana y fin de semana) dichas actividades.

**Horas libres a la semana para ocio y diversión:** se ha medido utilizando una pregunta en la que se señala las horas libres disponibles a la semana para ocio y diversión.

**Número de Ubes/día.** Número de unidades de alcohol consumidas al día, teniendo en cuenta que una unidad equivale a 10 gramos de alcohol puro.

**Personas bebedoras de riesgo.** Se calcula considerando el consumo de alcohol por día a lo largo del último mes, medido en unidades de bebida por día (una unidad equivale a 10 gramos de alcohol puro). Se considera bebedor de riesgo a quienes beben más de 4 unidades de alcohol diarias, en el caso de las mujeres, o de 6 unidades diarias, en el caso de los varones.

**Binge drinking.** Se utiliza la definición consensuada en 2003 por el *National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (NIAAA)*, que lo define como la consumición de 5 o más bebidas para el varón y 4 o más para la mujer dentro del espacio de unas dos horas.

## ESTADO DE SALUD

Más de 3 de cada 4 jóvenes refieren presentar habitualmente uno o varios de los malestares que se presentan en la tabla 1. Es entre los varones de 24-29 años donde se observa el porcentaje más alto sin ningún malestar, un 25,3%.

Entre los más jóvenes, 14-17 años, el cansancio y agotamiento, la irritabilidad y nerviosismo son referidos por 3 de cada 10 varones y 4 de cada 10 mujeres. En el grupo de 24-29 años, el dolor de espalda, el cansancio y agotamiento y el nerviosismo son los más frecuentes, siendo referidos en mayor proporción por las mujeres.

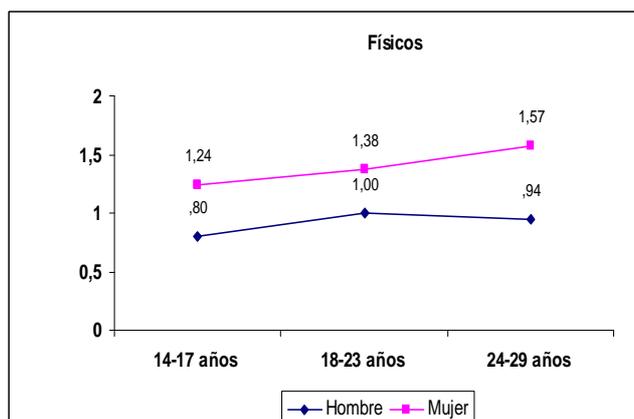
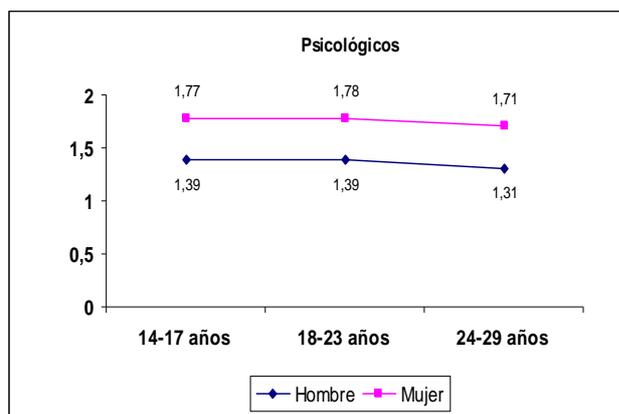
Al agrupar los malestares físicos (dolor de cabeza, dolor de estómago, dolor de espalda, dolor de cuello o de hombros) y los psicológicos (bajo de ánimo, irritabilidad o mal genio, nerviosismo, dificultad para dormir, sensación de mareo, miedo, cansancio y agotamiento), se observa un número promedio de malestares tanto psicológicos como físicos más alto en las mujeres en todos los grupos de edad (figura 1).

El 23% de la población encuestada perteneciente al nivel socioeconómico alto no refiere ningún malestar frente al 11,9% de la de nivel bajo (tabla 2).

**Tabla 1.** Porcentaje de jóvenes que han padecido malestares habitualmente, por edad y sexo

	Hombres			Mujeres		
	14-17 años	18-23 años	24-29 años	14-17 años	18-23 años	24-29 años
Dolor de cabeza	21,0	25,9	19,3	37,8	38,5	40,8
Dolor de estómago	17,7	16,3	13,3	26,9	24,7	19,9
Dolor de espalda	22,0	35,1	33,2	31,8	39,2	52,0
Dolor de cuello o de hombros	18,8	22,3	28,3	27,4	35,4	44,3
Bajo de ánimo	12,4	15,6	15,2	23,9	22,6	22,5
Irritabilidad o mal genio	32,3	28,4	23,4	37,8	33,7	25,5
Nerviosismo	30,6	31,2	31,3	40,3	43,4	40,8
Dificultad para dormir	9,1	16,0	17,9	10,9	16,0	17,8
Sensación de mareo	8,1	5,0	4,3	11,9	9,4	10,9
Miedo	10,2	5,3	5,7	7,0	10,4	9,5
Cansancio y agotamiento	36,0	37,9	32,9	45,3	42,4	43,5
Ninguno	19,9	20,6	25,3	15,4	12,2	13,8

**Figura 1.** Número medio de malestares psicológicos y físicos, por edad y sexo

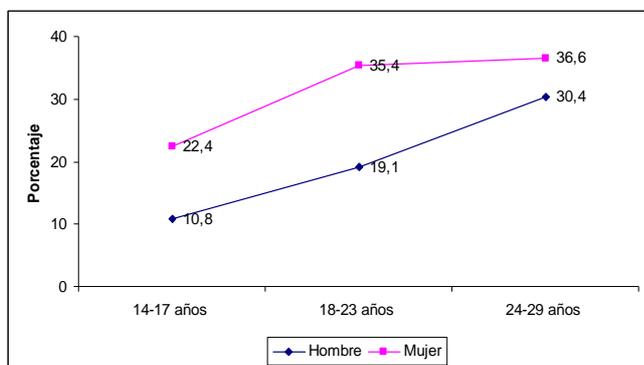


**Tabla 2.** Porcentaje de jóvenes que han padecido malestares, por nivel socioeconómico

	Nivel socioeconómico		
	Alto	Medio	Bajo
Dolor de cabeza	31.4	29.8	32.4
Dolor de estómago	18.8	18.1	21.7
Dolor de espalda	38.5	38.8	33.8
Dolor de cuello u hombros	38.5	29.7	27.0
Bajo de ánimo	17.3	17.7	23.1
Irritabilidad o mal genio	31.2	28.1	29.4
Nerviosismo	40.6	32.6	40.8
Dificultad para dormir	16.8	14.9	15.9
Sensación de mareo	9.2	6.5	10.3
Miedo	5.8	7.9	9.3
Cansancio y agotamiento	40.8	37.4	42.2
Ninguno	23.2	25.4	11.9

**Estrés.** Un 43,5% de la población encuestada declara no haber presentado casi ningún estrés frente al 27,7% que declara mucho o moderado estrés. Al presentar los datos por grupos de edad y sexo, figura 2, se observa que experimentan mucho o moderado estrés en mayor porcentaje las mujeres, sobre todo en los grupos de 14-17 años y 18-23. En ambos sexos aumenta con la edad.

**Figura 2.** Porcentaje de jóvenes que experimentan mucho estrés o moderado, por edad y sexo.

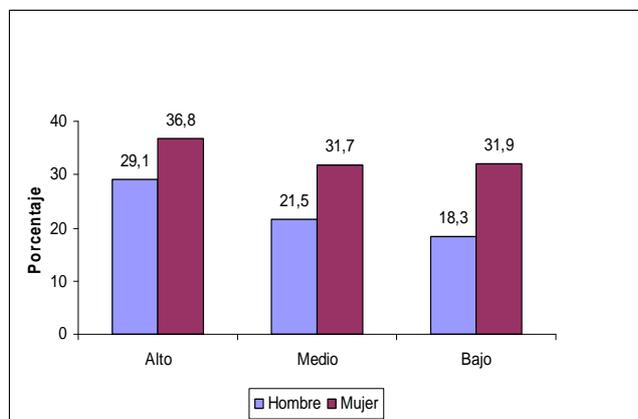


Quienes pertenecen al nivel socioeconómico alto declaran experimentar estrés en mayor proporción que las personas de nivel medio o bajo, siendo las diferencias estadísticamente significativas tanto en hombres como en mujeres (figura 3).

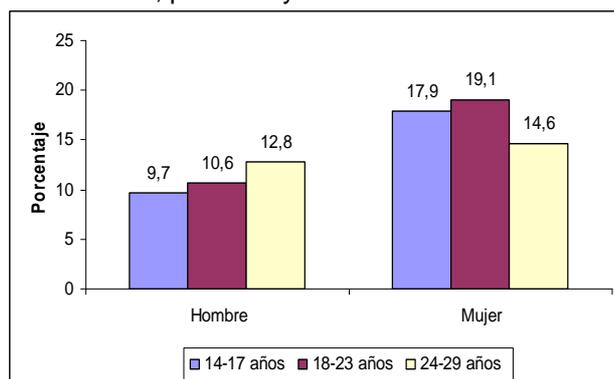
**Salud mental.** En base a las respuestas al Cuestionario de Salud General de Golberg, el 14,2% de las personas está en riesgo de tener mala salud mental. Las mujeres tienen un riesgo mayor de tener mala salud mental (figura 4). No se observan diferencias estadísticamente significativas por grupos de edad ni por nivel socioeconómico.

**Apoyo.** La mayor parte de la juventud se siente apoyada casi siempre por sus familiares, el 90,6% y amistades, el 86,6%. El apoyo por el grupo laboral o escolar, según los casos alcanzan al 60% de la población encuestada.

**Figura 3.** Porcentaje de jóvenes que experimentan mucho o moderado estrés, por nivel socioeconómico



**Figura 4.** Porcentaje de jóvenes en riesgo de mala salud mental, por edad y sexo



## Conclusiones

- La mayor parte de las personas jóvenes declaran presentar de manera habitual uno o varios malestares físicos y/o psicológicos. La proporción de mujeres que refiere malestares es superior a la de los varones en todos los grupos de edad.
- Las chicas y mujeres jóvenes presentan porcentajes más elevados de estrés que los varones y tienen un riesgo mayor de tener mala salud mental.
- Quienes se encuadran en el nivel socioeconómico alto manifiestan menos malestares, pero más estrés, que quienes se clasifican en el bajo.
- En todos los grupos de edad, 9 de cada 10 jóvenes de Navarra se sienten casi siempre apoyados por el grupo familiar.

## ALIMENTACION

### Índice de masa corporal (IMC)

En la tabla 3 podemos apreciar la distribución del IMC por grupos de edad y sexo. La obesidad y el sobrepeso son más frecuentes en los varones y aumentan en ambos sexos de manera estadísticamente significativa con la edad. A los 24–29 años 4 de cada 10 varones y 2 de cada 10 mujeres presentan obesidad o sobrepeso en Navarra.

La menor prevalencia de obesidad y/o sobrepeso en las mujeres en comparación a los hombres ha sido descrita también por otras encuestas como la Encuesta de Salud de Navarra 2006.

**Tabla 3.** Porcentaje de jóvenes con obesidad, sobrepeso, peso normal, delgadez o delgadez extrema, por edad y sexo

	14-17 años	18-23 años	24-29 años
<b>Hombres</b>			
Total (n)	(184)	(280)	(366)
Obesidad*	2,2	2,9	4,9
Sobrepeso* ^	13,6	22,1	35,7
Peso normal ^	79,9	73,6	58,2
Delgadez†	4,3	1,4	1,1
Delgadez severa†	1,1	0	0,6
<b>Mujeres</b>			
Total (n)	(201)	(288)	(377)
Obesidad*	1,6	1,7	4,3
Sobrepeso* ^	6,7	10,9	15,7
Peso normal	82,9	75,2	73,1
Delgadez†	8,8	12,2	6,9
Delgadez severa†	1,6	2,1	0,5

\* Cole et al 2000

† Cole et al 2007

^ Estadísticamente significativo ( $p < 0,05$ )

No se observan diferencias significativas por clase social en ambos sexos, pero en los de clase alta se observan los porcentajes más bajos de obesidad y más altos de delgadez

### Dieta

El porcentaje de mujeres que realizó alguna dieta con el objetivo de perder peso supera al porcentaje de varones y aumenta con la edad (figura 5). En cálculos generales, aproximadamente el 5% de los hombres y el 11% de las mujeres están “a menudo” o “siempre” a dieta. Si a éstos les añadimos los que “a veces” la realizan, el porcentaje de mujeres que hace dieta llega al 27%, cifra muy superior al 11% en los hombres.

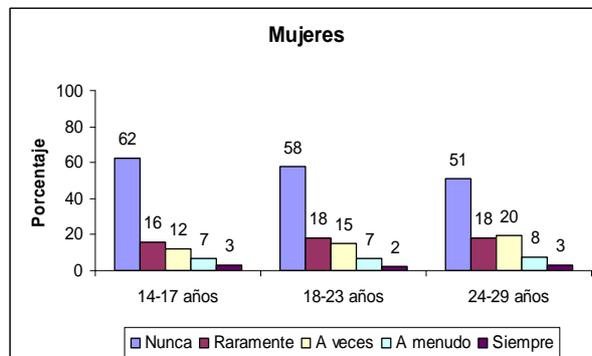
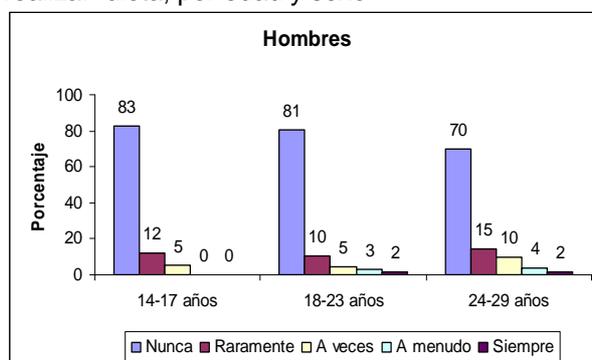
Finalmente, se ha preguntado por el número y las diferentes comidas realizadas a lo largo del día. Un 33,1% hace 5 comidas, otro 37,4% hace 4 y un 26,3% hace 3. Señalar que el porcentaje de jóvenes que no toma el desayuno alcanza a 1 de cada 10 en el grupo de 14–17 años sin diferencias por

sexo. En los mayores de 18 años en torno al 15% de los varones y un porcentaje más bajo de mujeres se salta el desayuno.

### Percepción de su cuerpo

Aproximadamente el 60% de la población juvenil navarra considera que posee la talla adecuada. Entre las mujeres, los porcentajes de cómo ven su cuerpo no difiere sustancialmente con la edad y permanecen relativamente constantes. La frecuencia con la que las mujeres consideran que están “un poco” o “demasiado gordas” es superior a la de los hombres, 30% vs 22%; datos que contrastan en cierta medida con los obtenidos a partir del peso y la talla auto-reportados.

**Figura 5.** Porcentaje de jóvenes que declaran realizar dieta, por edad y sexo



### Adhesión a la dieta mediterránea

La puntuación promedio de adherencia a la dieta mediterránea es de 7,4 en los varones y 7,7 en las mujeres; este patrón de mayor adherencia de las mujeres se ha observado también entre la población adulta en otros estudios realizados en Navarra. No se aprecian diferencias significativas al analizar los resultados por clase social. En la tabla 4 podemos apreciar los porcentajes de consumo para cada uno de los alimentos y el *score* calculado incluyendo el consumo moderado de vino (puntuación sobre un máximo de 14) y sin incluirlo (puntuación sobre 13). En ambos casos, las mayores puntuaciones se registran entre jóvenes del grupo 24 – 29 años.

Prácticamente 9 de cada 10 encuestados señalan al aceite de oliva como principal grasa para cocinar. El consumo de verduras y frutas aumenta con la edad

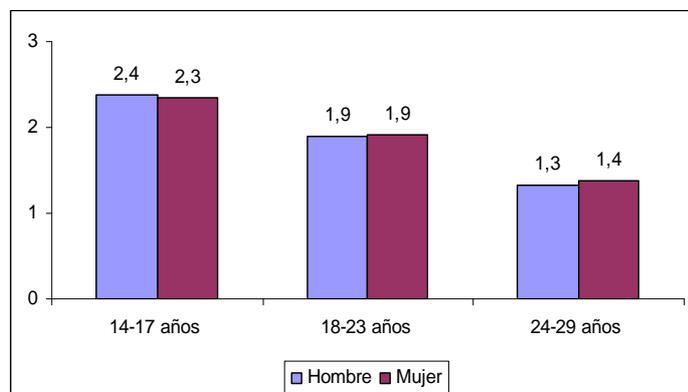
y es más alto en las mujeres. Las mujeres se caracterizan por consumir preferentemente carne de pollo en vez de ternera en mayor porcentaje que los hombres y también consumen más frecuentemente pescado. Los hombres consumen más legumbres ( $p < 0.0001$ ), así como carnes rojas, hamburguesas, salchichas o embutidos. El consumo de bebidas azucaradas es menor entre las mujeres mientras que se observan pocas diferencias por edad y sexo en el consumo de dulces y bollería.

La población juvenil de nivel socioeconómico alto refiere el menor porcentaje de consumo de frutas ( $p = 0,01$ ) mientras que entre los de nivel socioeconómico más bajo se encuentran los consumos más bajos de aceite de oliva.

En la figura 6 se observa el número medio de días en que la población encuestada respondió que consumía “chucherías, snacks o bolsas de comida salada”. El consumo es similar en ambos sexos

pero desciende de manera estadísticamente significativa al aumentar la edad, pasando de una media de 2,4 a 1,3 veces/semana.

**Figura 6.** Promedio de días de consumo de chucherías, snacks o bolsas de comida salada a la semana por edad y sexo



**Tabla 4.** Adherencia a la dieta mediterránea: puntuación global y porcentaje de consumo de los 14 elementos que componen el score, por edad y sexo

	Hombres			Mujeres		
	14-17 años	18-23 años	24-29 años	14-17 años	18-23 años	24-29 años
Aceite de oliva como principal grasa para cocinar	91,9	92,9	91,6	92,0	92,4	93,6
Aceite de oliva ( $\geq 2$ cucharadas/día)	70,4	74,5	79,6	72,1	73,6	75,1
Verdura u hortalizas ( $\geq 2$ raciones/día)	30,1	33,3	37,2	36,8	38,5	49,1
Piezas de fruta ( $\geq 3$ piezas/día)	34,4	28,7	31,3	36,3	28,8	36,1
Carnes rojas, hamburguesas, salchichas o embutidos ( $< 1$ ración/día)	39,8	36,2	39,7	52,7	53,8	54,4
Mantequilla, margarina o nata ( $< 1$ ración/día)	92,5	91,8	92,4	94,0	93,4	89,7
Bebidas carbonatadas y/o azucaradas ( $< 1$ vez/día)	60,8	56,4	60,3	79,6	79,2	82,0
Vino ( $\geq 3$ vasos/semana)	1,6	8,5	10,9	2,5	3,5	7,4
Legumbres ( $\geq 3$ raciones/semana)	55,9	48,6	44,6	42,8	39,2	35,0
Pescado y/o marisco ( $\geq 3$ raciones/semana)	29,6	20,9	26,6	32,8	33,3	35,5
Dulces y bollería industrial ( $< 3$ veces/semana)	59,1	64,5	69,8	62,7	69,4	72,4
Frutos secos ( $\geq 1$ vez/semana)	38,2	34,4	39,1	27,9	25,3	31,6
Carne de pollo/pavo/conejo en vez de ternera	51,1	52,8	50,8	66,7	64,6	63,9
Vegetales, pasta, arroz u otros aderezados con aceite de oliva ( $\geq 2$ veces/semana)	71,0	79,8	75,3	64,7	68,8	62,1
Adherencia a la dieta mediterránea incluyendo el vino [media]	7,28	7,25	7,51	7,64	7,66	7,86
Adherencia a la dieta mediterránea sin incluir el vino [media]	7,26	7,16	7,40	7,61	7,62	7,78

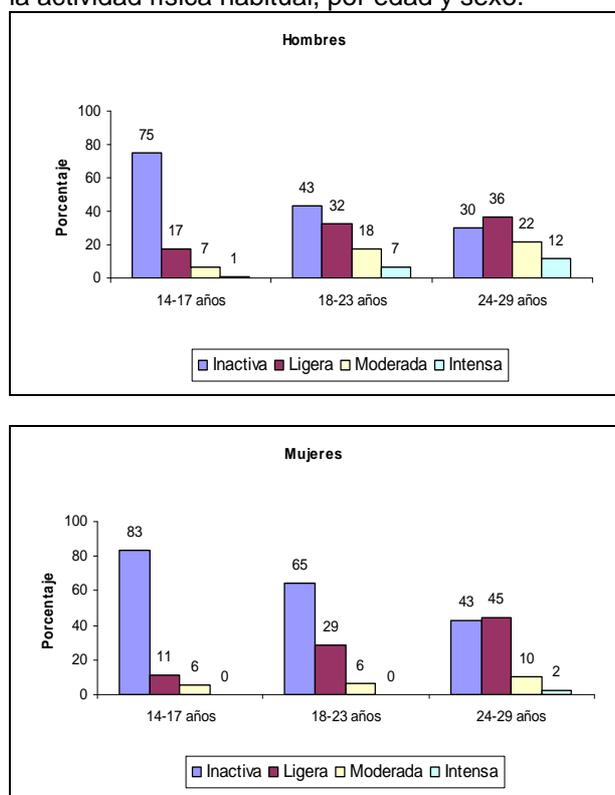
## Conclusiones

- La obesidad auto-reportada aumenta con la edad, hasta alcanzar a prácticamente al 5% de jóvenes de 24–29 años en ambos sexos.
- El sobrepeso también aumenta con la edad y es mucho más prevalente entre los varones. A los 24–29 años los varones con sobrepeso duplican el porcentaje de mujeres.
- Las mujeres realizan dietas para perder peso con mayor frecuencia que los hombres jóvenes a pesar de presentar un problema de exceso de peso en menor proporción que los varones.
- El patrón alimentario se caracteriza por presentar altos consumos de aceite de oliva. Las mujeres presentan consumos más frecuentes de frutas, verduras o pollo que los varones, mientras que declaran consumir menos frecuentemente carnes rojas, hamburguesas y embutidos, bebidas carbonatadas o legumbres.

## ACTIVIDAD FÍSICA Y OCIO

Aproximadamente la mitad de la población joven se declara inactiva, es decir, declara que está habitualmente sentada durante todo el día y se desplaza en pocas ocasiones. El porcentaje de población que se declara inactiva es más alto entre los más jóvenes y entre las mujeres, alcanzado la cifra más alta las mujeres de 14 a 17 años que se declaran inactivas el 83,1% (Figura 7). Los más jóvenes son los más inactivos, lo que pudiera estar relacionado con su actividad escolar. En todos los grupos de edad, las chicas son más sedentarias que los chicos ( $p < 0,001$ ).

**Figura 7.** Distribución de la población joven según la actividad física habitual, por edad y sexo.



En ambos sexos, a medida que la clase social es más desfavorecida el porcentaje de población que realiza actividades habituales pesadas e intensas es más alto (hombres  $p < 0,00$  y mujeres  $p < 0,04$ ). Esto puede estar relacionado con el hecho de que a medida que la clase social es más desfavorecida hay un gradiente decreciente de jóvenes estudiantes y a que el tipo de actividad laboral desarrollado parece relacionarse con la clase social. Esta misma asociación según el nivel socioeconómico se ha encontrado tanto en hombres como en mujeres adultas (16 y más años) en Navarra según datos de la Encuesta de Salud de 2006, y en el País Vasco según datos de la Encuesta de Salud 2007.

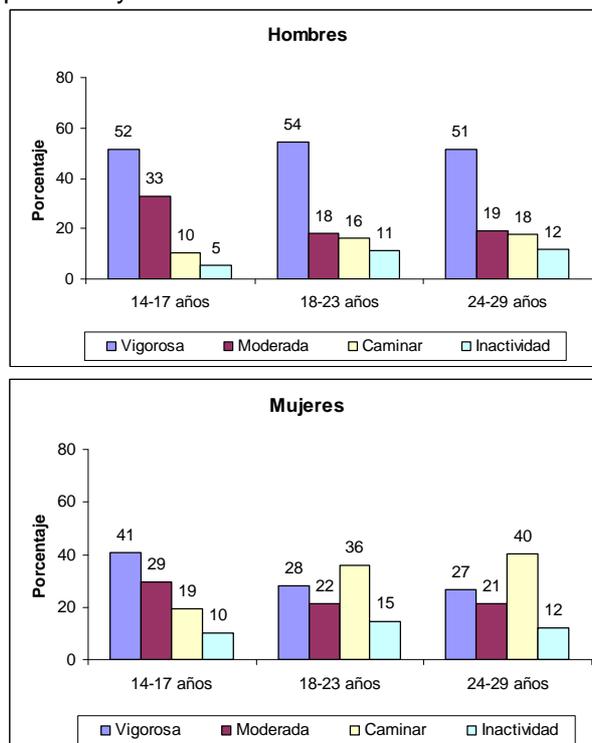
El 56,5 de los chicos y el 47,7 de las chicas son activas en su tiempo libre ( $p < 0,001$ ). No hay diferencias por edad ni clase social (tabla 5.)

**Tabla 5.** Porcentaje de jóvenes activos en su tiempo libre por edad y sexo.

	14-17 años	18-23 años	24-29 años
Hombres	54,3	57,0	57,1
Mujeres	47,4	48,6	47,1

Analizando *el tipo de actividad*, se observa que más de la mitad de los varones, 52,4%, hace actividad vigorosa de manera habitual, encontrándose en el otro extremo un 10% que se declara totalmente inactivo en el tiempo libre. En el caso de las mujeres predominan las que caminan, un 33,8%; realizando actividad vigorosa un 30,4%, una proporción mucho menor que la observada entre los varones. El porcentaje de personas inactivas es similar en ambos sexos. Con la edad en los chicos se observa una disminución de la actividad moderada y un aumento de los que caminan y de los inactivos. En las chicas, lo más llamativo es la disminución de las que hacen actividad vigorosa y un incremento de las que únicamente caminan (Figura 8).

**Figura 8.** Distribución de la población joven según máxima actividad física realizada en tiempo libre, por edad y sexo.



Sobre los *Motivos para no hacer todo el ejercicio físico deseado*: aproximadamente 1 de cada dos argumenta que es la falta de tiempo y 1 de cada 5 por dejadez o porque prefieren realizar otro tipo de actividad de ocio. La falta de espacios adecua-

dos o los problemas económicos son referidos por menos del 5%.

Los motivos principales para no hacer ejercicio físico en 2007 no difieren mucho de los argumentados en el año 2003 en la Encuesta sectorial de juventud de Navarra. En aquella fecha los motivos más citados eran la falta de tiempo y la dejadez. El otro motivo frecuentemente referido en 2003 era el no querer hacerlo argumentado por el 25,3 de jóvenes; en este estudio solo un 7,3 apunta esta opción pero un 25,1% dice que prefiere hacer otra actividad, motivo que no estaba contemplado entre las respuestas del estudio de 2003 y que pudiera solaparse con el argumento de no quiero.

Aproximadamente 7 de cada 10 varones y 6 de cada 10 mujeres dicen hacer ejercicio físico “porque el deporte les gusta o divierte”. Como segundo motivo aparece “el estar en forma” y en tercer lugar “para conocer gente”. Finalmente y en cuanto a las expectativas respecto a la práctica de ejercicio físico en el futuro, aproximadamente la mitad de la población encuestada señala que seguirá con la misma práctica y un 42% espera incrementar su actividad física en el tiempo libre.

Nuestra población de estudio, dedica 2,4 horas/día entre semana y 2,7 horas/día en fin de semana a las actividades sedentarias (televisión, ordenador, videojuegos, etc.), promedios que superan las recomendaciones de 2 horas diarias en todos los grupos de edad y sexo. Aproximadamente 7 de cada 10 jóvenes utilizan los medios citados durante un tiempo que se encuentra dentro de las recomendaciones mientras que 3 de cada 10 dedican un tiempo excesivo entre semana. Durante el fin de semana aumenta claramente el tiempo dedicado a las actividades sedentarias y aproximadamente 1 de cada 2 superan las 2 horas (tabla 6).

La recomendación es además ampliamente superada por el 13% de la población juvenil que declara dedicar a la televisión, videojuegos e internet 4 horas o más entre semana, un 14,2% de las chicas y un 13,0% de los chicos. El porcentaje disminuye

conforme aumenta la edad y es mayor en la clase media

#### Horas libres a la semana para ocio y diversión.

Los chicos tienen un promedio de horas libres ligeramente superior a las chicas (25,4 horas y 24,8 horas respectivamente). Aumentan las horas libres conforme aumenta la edad, tanto en los chicos como en las chicas. Quienes pertenecen a la clase social alta tienen más horas libres que quienes pertenecen la clase media o baja. Son las chicas de clase social baja quienes tienen menos horas libres a la semana para ocio y diversión.

Esto coincide con lo encontrado en otros estudios, tanto en adultos como en jóvenes. El Instituto de la Juventud de España INJUVE en jóvenes de 15 a 29 años detecta para el total y para todos los grupos de edad un mayor tiempo libre disponible para los hombres que para las mujeres, tanto en 2002 como en 2004 y 2007 y plantea que la tradicional mayor implicación de las mujeres jóvenes en las tareas domésticas, junto con la mayor dedicación a su propia formación pueden explicar que persista esta diferencia.

**Actividades de relajación.** Un 86,9% declara hacer alguna actividad regular semanal para relajarse, un 54,9% declara hacer 2 actividades y un 25,1% tres. Las actividades relajantes citadas con mayor frecuencia son: actividades deportivas (36,1%), escuchar música/pinchar discos (23,6%) y quedar con amigos, salir a tomar algo, cenar, marcha (16,9%) y leer (15,5%).

**Descanso.** Como promedio los jóvenes duermen 7,8 horas/día en los días laborables y 8,9 horas/día en el fin de semana. El grupo más joven (14-17 años) duerme más. Las chicas, durante el fin de semana, descansan algo más que los chicos

Los jóvenes varones se sienten más descansados que las chicas (82,2% frente a 76,3), pero a medida que la edad aumenta la satisfacción es menor, disminuye 10 puntos, de un 88,7% a un 79,3%; en las chicas no hay cambios con la edad.

**Tabla 6.** Distribución porcentual según el número de horas/día dedicadas a la televisión, ordenador o videojuegos, por edad y sexo

	Hombres			Mujeres		
	14-17 años	18-23 años	24-29 años	14-17 años	18-23 años	24-29 años
<b>Entre semana</b>						
2 horas o menos	68,3	72,4	73,2	70,0	64,5	68,2
3 o 4 horas	24,6	19,0	21,3	26,0	27,5	24,8
Más de 4 horas	7,1	8,6	5,5	4,0	8,0	7,0
<b>Fin de semana</b>						
2 horas o menos	53,3	56,6	61,7	50,8	58,5	60,3
3 o 4 horas	34,4	27,6	25,1	34,5	26,6	26,8
más de 4 horas	12,2	15,8	13,1	14,7	14,9	13,0

## Conclusiones

- Aproximadamente la mitad de la población joven se declara inactiva en su actividad habitual. Los más jóvenes son los más inactivos, lo que pudiera estar relacionado con su actividad escolar. Las chicas son más sedentarias que los chicos.
- El 56,5 de los chicos y el 47,7 de las chicas son activas en su tiempo libre sin diferencias por edad ni clase social. En los varones predominan las actividades vigorosas y entre las mujeres predominan las que caminan.
- Uno de cada 10 jóvenes entre 14–29 años se declara totalmente inactivo en el tiempo libre.
- La población joven dedica 2,4 horas/día entre semana y 2,7 horas/día el fin de semana en actividades sedentarias (televisión, videojuegos, ordenador, etc.), promedios que superan el máximo de 2 horas recomendado por organismos nacionales e internacionales. Además 1 de cada 10 jóvenes supera las 4 horas/día.

## VIOLENCIA

El 6,6% de la población juvenil declara haber sufrido algún tipo de agresión o maltrato en el último año, sin diferencias por sexo. La prevalencia disminuye en el grupo de 24–29 años respecto a los de 14–23 años. Un 16,8% de las personas agredidas lo han sido de manera muy habitual o frecuente. No se han encontrado diferencias por clase social. La violencia física es más frecuente en varones y la psíquica entre las mujeres. Las diferencias por sexo son menores en cuanto a la violencia sexual o verbal. Predominan las agresiones en la calle (25,7%) y en el lugar de trabajo o estudio (21,2%). Un 17,6% de las agresiones han tenido lugar en el hogar. Lo más frecuente es que los agresores sean personas desconocidas (38,9%) o compañeros de clase (23%). En un 13,3% de los casos, la agresión fue por parte de la pareja. La respuesta a las agresiones más frecuente es comentarlo con la familia o amigos y en segundo lugar silenciarlo.

El estudio *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC) en población escolar de 11 a 17 años encontró que un 12,7% declaraba haber sido maltratado en el colegio o instituto en los últimos dos meses tanto en Navarra como a nivel nacional.

## SEGURIDAD VIAL Y ACCIDENTES DE TRÁFICO

A la pregunta “Utilizas habitualmente coche, moto y bicicleta”, respondieron de la manera que se presentan en la tabla 7. La bicicleta es utilizada preferentemente por los más jóvenes, el 47% de los

chicos de 14–17 años y el 26,9% de las chicas, descendiendo su uso en ambos sexos al aumentar la edad. La moto tiene más usuarios igualmente entre los varones y sobre todo en el grupo de 18–23 años. El grupo de más de 18 años utilizan el coche mayoritariamente en ambos sexos.

El 96,4% de los varones y el 92,6% de las mujeres de 14–29 años utilizan siempre el cinturón de seguridad en el coche. En cuanto al uso del casco, prácticamente 9 de cada 10 jóvenes lo utilizan siempre cuando van como acompañantes o conducen una moto. El porcentaje es significativamente más bajo entre los usuarios de bicicleta donde no alcanza al 50% en ninguno de los grupos de edad (tabla 7).

Aproximadamente 4 de cada 10 jóvenes conducen habitualmente por encima del límite de velocidad pero sin superar los 20 Km/hora por encima del límite; además otro porcentaje en torno al 20% en varones y en torno a 5% en mujeres conducen normalmente a más de 20 Km/h por encima de los límites de velocidad. Más de la mitad de los jóvenes nunca hablan por el móvil cuando conducen y no llega al 5% quienes usan el móvil frecuentemente mientras están al volante. En general los comportamientos de riesgo en la conducción son más frecuentes en varones, como se desprende de los datos de la tabla 7.

La mitad de la población juvenil declara que no tiene la necesidad de acordar antes de consumir alcohol quién va a conducir, algo más de un tercio (35,4%) acuerda antes de beber quién va a conducir y un 8,9% de los chicos y un 3,9% de las chicas no lo acuerda nunca.

El 41,4% de los chicos, y el 23,3% de las chicas que conducen habitualmente han tenido alguna vez un accidente de coche o de moto conduciendo ellos ( $p < 0,001$ ); si nos referimos a accidentes con heridos, los han tenido un 10,7 y un 6,5% respectivamente. Un 22,1% de la juventud ha tenido un accidente cuando conducía otra persona, un 7,9 eran accidentes con heridos. Casi 1 de cada 5 jóvenes considera que ha sido la falta de experiencia el factor decisivo en el último accidente de importancia en el que se ha visto implicado como conductor o acompañante. Un porcentaje similar (18,2%) de varones considera que ese factor ha sido el exceso de velocidad.

Un 24,7% de población juvenil se ha visto en una situación comprometida que casi deriva en accidente en el último año, aproximadamente en 1 de cada 4 casos se dio al menos una de las siguientes circunstancias: adelantamiento indebido, exceso de velocidad o no respetar la preferencia de paso. La mitad considera que la inconsciencia, inmadurez es la causa de que algunos jóvenes realicen conductas de riesgo

**Tabla 7.** Uso habitual de medios de transporte y distribución porcentual de comportamientos relacionados con la seguridad vial, por edad y sexo.

	Hombres			Mujeres		
	14-17 años	18-23 años	24-29 años	14-17 años	18-23 años	24-29 años
<b>Uso habitual</b>						
Coche	10,2	62,1	84,0	15,9	52,1	68,4
Moto	16,7	21,6	13,3	4,5	3,8	4,0
Bicicleta	44,6	22,3	17,1	26,9	10,1	7,4
<b>Uso cinturón de seguridad (conductor o acompañante)</b>						
Siempre	87,1	93,3	94,8	93,5	96,2	98,1
Entre el 50%-99% veces	9,1	5,0	3,8	5,5	2,4	1,3
Menos 50% veces	3,8	1,8	1,4	0,5	1,4	0,3
<b>Uso casco cuando viajas en moto o ciclomotor</b>						
Nunca lo utilizo	3,3	5,0	2,1	0,0	0,0	6,7
Algunas veces	6,7	3,3	2,1	0,0	0,0	0,0
Casi siempre	10,0	6,7	10,4	0,0	10,0	6,7
Siempre	80,0	85,0	85,4	100,0	90,0	86,7
<b>Uso casco cuando viajas en bicicleta</b>						
Nunca lo utilizo	54,4	42,9	27,1	57,4	41,7	65,2
Algunas veces	16,5	8,9	15,3	19,1	8,3	8,7
Casi siempre	3,8	7,1	10,2	2,1	8,3	4,3
Siempre	25,3	41,1	47,5	21,3	41,7	21,7
<b>Conducción usual</b>						
Por debajo o al límite de la velocidad	29,8	28,5	32,6	7,5	32,5	38,0
Menos de 20km/h por encima del límite de velocidad	-	43,5	46,5	-	49,7	47,5
Más de 20km/h por encima	17,0	23,2	19,0	2,5	7,0	9,1
Ns/Nc	38,3	4,8	1,9	75,0	10,8	5,3
<b>Uso del móvil o manos libres durante la conducción</b>						
Nunca lo hago	44,7	68,1	67,1	20,0	68,8	74,1
Lo hago muy ocasionalmente	-	20,8	25,0	-	19,1	18,3
Lo hago con cierta frecuencia	0,0	3,4	3,2	2,5	0,6	1,5
Lo hago con bastante o mucha frecuencia	0,0	2,9	2,5	0,0	0,0	0,4
Ns/Nc	42,6	4,8	2,2	75,0	11,5	5,7

## Conclusiones

- El 96,4% de los varones y el 92,6% de las mujeres de 14-29 años utilizan siempre el cinturón de seguridad en el coche.
- En cuanto al uso del casco, prácticamente 9 de cada 10 jóvenes lo utilizan siempre cuando van como acompañantes o conducen un vehículo o moto.
- Menos de la mitad de quienes conducen una bicicleta utilizan casco.
- Más de la mitad de la juventud declara que conduce habitualmente por encima del límite de velocidad, comportamiento más extendido entre los varones. El 67,0% de la población joven nunca habla por el móvil cuando conduce mientras un 3,8% lo hace con frecuencia.
- Aproximadamente 1 de cada 3 jóvenes ha tenido un accidente conduciendo un coche o una moto.

## CONSUMO DE ALCOHOL

La gran mayoría de la población juvenil de Navarra, prácticamente 9 de cada 10 ha consumido bebidas alcohólicas alguna vez en la vida, sin apenas diferencias por sexo. Entre los menores de 18 años, prácticamente 3 de cada 4, declaran haber consumido alcohol. No se observan diferencias significativas por sexo; mientras que en el grupo de 24-29 años hay un mayor porcentaje de mujeres que declaran no consumir alcohol, en el grupo de 14-17 años las mujeres superan a los varones (tabla 8).

Algo más de la mitad de los jóvenes asume haber establecido un consumo regular de bebidas alcohólicas al responder afirmativamente a esa pregunta, el 54,9% de los varones y el 49,3% de las mujeres. La gran mayoría de jóvenes (91,4%) no bebe alcohol entre semana. Sin embargo entre el 1-4%, según el grupo de edad y sexo, presentan un consumo considerado alto, excesivo o de gran riesgo (tabla 8).

Globalmente el 55,6% de la juventud Navarra reconoce haber efectuado algún consumo de alcohol en fin de semana a lo largo del último mes. Los menores y las mujeres presentan menores porcentajes de consumo (tabla 8). Presentan consumos considerados altos, excesivos o de gran riesgo el 17,1% de los varones de 18-23 años y el 12,1% de las mujeres del mismo grupo de edad.

El 35,3% de la juventud ha tenido a lo largo del último mes algún episodio de consumo que hemos definido como “*binge drinking*” o consumo concentrado en un espacio de dos horas de 4 o 5 unidades de alcohol, según sean mujeres o varones. Además, el 75,1% de la población a estudio dice

que se ha emborrachado alguna vez en la vida (78,5% de los varones y 71,8% de las mujeres) y el 31,5% dicen que se ha emborrachado en el último mes (35,9% de los varones y 27,3% de las mujeres).

En cuanto a la autopercepción del consumo de alcohol, ya hemos visto que el 9,6% de la población juvenil nunca ha bebido alcohol y hay un 47,9% que dice beber poco o nada. En el otro extremo, un 6,0% considera que bebe bastante o mucho, mientras que el 36,4% dice que bebe “lo normal”. La mayor autopercepción de consumo de alcohol se corresponde con un mayor consumo del mismo, pero también se aprecia entre quienes afirman beber poco ó entre quienes dicen beber “lo normal”, llegando a encontrar en este último grupo un 4,5% de bebedores de riesgo, además de que más de la mitad dicen haberse emborrachado en el último mes.

El tipo de bebidas alcohólicas que ingieren los jóvenes entre semana se concentran prácticamente en cerveza y vino. Durante el fin de semana, el consumo es más variado, observándose un alto porcentaje de jóvenes que declaran consumir combinados. El principal lugar de consumo de alcohol son los bares, tascas, pubs o similares, en los que el 71,3% dice beber habitualmente. A mucha distancia están las discotecas (donde beben el 23,0%), los domicilios particulares (el 18,9%), las bajeras, cuartos, pipotes o sociedades (el 17,0%) y los espacios públicos (10,6%), mientras que un 2,6% lo hace en otros lugares no especificados.

Para terminar, respecto al control que se produce en el grupo de amigos en el caso de que alguien se exceda con el alcohol, la mayoría parece incorporar alguna pauta de control respecto al consumo de alcohol en la cuadrilla, aunque casi uno de cada tres sistemáticamente no practique ningún control.

**Tabla 8.** Distribución porcentual de jóvenes según el consumo de alcohol, por sexo y edad

	Hombres			Mujeres		
	14-17 años	18-23 años	24-29 años	14-17 años	18-23 años	24-29 años
<b>Consumo de alcohol alguna vez en la vida</b>	74,7	95,4	96,5	78,1	91,7	93,9
<b>Consumo de alcohol en días laborables</b>						
No consume	97,3	98,5	86,5	95	88,6	88,3
Consumo alto (+4 Ubes/día en mujeres o +6 Ubes/día en hombres)	1	1	3,6	1,6	1,1	2,5
<b>Consumo de alcohol en fin de semana</b>						
No consume	46,7	17,7	19,8	44,8	20,1	33,2
Consumo alto (+4 Ubes/día en mujeres o +6 Ubes/día en hombres)	6,5	17,1	9,5	9	12,5	8,2

\*Número de Ubes/día: número de unidades de alcohol consumidos al día teniendo en cuenta que una unidad equivale a 10 gramos de alcohol.

## CONSUMO DE TABACO

La mayoría de la juventud de Navarra (58,3%) no fuman, mientras que sí lo hace el 41,6%, ya sea de manera ocasional (13,2%) o diariamente (28,4%). La población no fumadora, por su parte, se distribuye entre el 50,1% que nunca ha fumado y el 8,2% que habiendo fumado ha dejado de hacerlo.

El porcentaje de jóvenes fumadores aumenta con la edad de manera que a los 24–29 años fuman prácticamente la mitad (el 52,7% de los varones y el 43,5% de las mujeres). En los 3 grupos de edad estudiados el porcentaje de jóvenes fumadores es más alto entre los varones.

El 14,2% de la juventud navarra ha intentado dejar de fumar en los últimos 12 meses. La principal razón para querer dejar de fumar es la de las molestias sentidas a causa del tabaco, señalada por el 41,1%, ya consistan éstas en una disminución del rendimiento psíquico y/o físico, una enfermedad reciente, un embarazo u otros problemas de salud, incluida la dependencia al tabaco. La siguiente razón es la presión del entorno, esgrimida por el 20,3%, seguida a continuación en igual medida por el consejo de un profesional de salud sobre la conveniencia de dejar de fumar y por la concurrencia de una enfermedad relacionada con el tabaco en algún familiar o alguna persona cercana, motivaciones aducidas cada una de ellas por el 7,1% de quienes intentaron dejar de fumar.

## CONSUMO DE CANNABIS Y OTRAS DROGAS ILEGALES

El 43,4% de jóvenes ha consumido alguna vez cannabis (hachís o marihuana, hierba, chocolate, porro, etc.). La tabla 10, recoge el consumo alguna vez en la vida, mensual y diario de cannabis por grupos de edad y sexo encontrándose que todos los consumos aumentan con la edad y son más elevados entre los varones. En conjunto, el 17,2% ha consumido hachís en el último mes, de ellos, el 8,9% una o menos veces a la semana, el 3,6% lo hace entre 2 y 6 veces por semana y el 4,6% lo consumen diariamente.

La edad media de inicio al cannabis es de 16,6 años. Casi uno de cada tres jóvenes de Navarra se ha iniciado en su consumo antes de los 18 años. La curiosidad es la principal motivación para probar el cannabis, 72,3%, seguido a gran distancia por la influencia de los amigos, 10%.

Aproximadamente uno de cada cinco jóvenes navarros ha consumido, al menos una vez, drogas ilegales del tipo cocaína, anfetaminas, éxtasis, MDMA o similares, alucinógenos, setas, heroína, etc. El consumo de estas drogas en el último mes es predominantemente masculino, en todas las edades. Son además los varones de de 24–29 años los que presentan mayor consumo, el 12,0% han consumido alguna de estas drogas en el último mes (tabla 10).

De cada 10 jóvenes, 8 declaran no haber consumido drogas ilegales diferentes al cannabis y casi 9 de cada 10 señalan la intención de no consumirlas en el futuro.

**Tabla 9.** Distribución porcentual según consumo de tabaco, por edad y sexo y edad.

	Hombres			Mujeres		
	14-17 años	18-23 años	24-29 años	14-17 años	18-23 años	24-29 años
Nunca he fumado	66,1	46,8	37,8	71,6	51,4	44
Ahora no fumo pero he fumado antes	4,3	6,4	9,2	6,5	6,9	12,5
Fumo en ocasiones	17,2	15,6	10,9	11,9	15,6	10,6
Fumo todos los días	12,4	31,2	41,8	10	26	32,9
Ns/Nc	0	0	0,3	0	0	0

**Tabla 10.** Distribución porcentual según consumo de cannabis y otras drogas ilegales, por edad y sexo

	Hombres			Mujeres		
	14-17 años	18-23 años	24-29 años	14-17 años	18-23 años	24-29 años
<b>Consumo cannabis</b>						
Alguna vez en la vida	31,2	46,8	58,7	20,9	45,1	42,7
En el último mes	18,8	24,1	21,2	8	17,4	11,9
Diario	2,2	10,6	6,3	1	3,5	2,7
<b>Consumo otras drogas ilegales</b>						
Alguna vez en la vida	2,7	24,8	39,4	3,5	14,9	18,3
En el último mes	2,7	9,2	12,0	1,0	4,9	3,4

## Conclusiones

- El acceso a las drogas es alto, prácticamente la totalidad de la población de 14–29 años ha probado el alcohol, 4 de cada 10 jóvenes ha probado el cannabis y más del 50% el tabaco. Además a los 24–29 años 1 de cada 3 ha probado otras drogas ilegales.
- Uno de cada tres jóvenes declara haberse emborrachado en el último mes.
- El cannabis y sus derivados tienen presencia, tolerancia y normalidad en estas edades.
- Las mujeres jóvenes presentan menores consumos de drogas ilegales, alcohol y tabaco, aunque las diferencias entre sexos son menores entre los de 14–17 años.
- Los consumos de drogas se relacionan estrechamente con los fines de semana y por lo tanto con el modelo de ocio dominante.
- Más del 75% de jóvenes se inicia en el consumo de alcohol antes de los 18 años (mayoría de edad).

## SEXUALIDAD Y CONTRACEPCIÓN

En la tabla 11, se pueden observar las repuestas dadas a la cuestión dirigida a conocer el porcentaje de jóvenes entre 14–29 años que declaran haber mantenido relaciones sexuales con penetración en alguna o más ocasiones. Ningún menor de 14 años señaló haber mantenido relaciones sexuales con penetración, mientras que sí respondieron afirmativamente 1 de cada 10 jóvenes de 15 años y 3 de cada 10 jóvenes de 17 años. Entre los menores de 25 años, el porcentaje de varones que declara relaciones sexuales con penetración es varios puntos más alto que el porcentaje de mujeres.

Respecto a la orientación sexual, el 94,5% de los varones y el 91,9% de las mujeres señalan que las relaciones sexuales se han desarrollado con personas de distinto sexo. Quienes señalan haber mantenido únicamente relaciones sexuales con personas de su mismo sexo suponen el 3,0% de los varones y el 6,8% de las mujeres.

En el grupo de edad de 18 a 23, un 13,8% declara haber tenido relaciones sexuales coitales antes de los 16 frente al 9,6% en el grupo de 24–29. Podría ser un indicador de que el inicio de las relaciones sexuales se está adelantado. Además más chicos que chicas declaran haber mantenido relaciones sexuales antes de los 16.

En la primera relación sexual con una nueva persona, un alto porcentaje, el 86%, declaran haber utilizado preservativo siempre (tabla 12). Las razones más señaladas para el no-uso es la “no disponibili-

dad del preservativo en ese momento” y “conocía lo suficiente a la persona”.

**Tabla 11.** Número y porcentaje de jóvenes navarros que han mantenido relaciones sexuales con penetración alguna vez, por edad y sexo

Edad (años)	Hombres		Mujeres	
	n	%	n	%
14	0/33	0	0/43	0
15	5/48	10,4	7/53	13,2
16	14/61	23,0	10/56	17,9
17	14/44	31,8	16/49	32,7
18	26/53	49,1	37/60	61,7
19	42/54	77,8	22/44	50,0
20	27/33	81,8	31/43	72,1
21	37/43	86,0	29/36	80,6
22	35/42	83,3	39/50	78,0
23	53/57	93,0	47/55	85,5
24	48/54	88,9	49/58	84,5
25	62/68	91,2	48/56	85,7
26	50/55	90,9	52/57	91,2
27	56/62	90,3	54/62	87,1
28	47/57	82,5	62/67	92,5
29	66/72	91,7	72/77	93,5

**Tabla 12.** Uso del preservativo en la primera relación sexual con una nueva persona, por edad y sexo

	Hombres			Mujeres		
	14-17 años	18-23 años	24-29 años	14-17 años	18-23 años	24-29 años
Siempre	94,1	87,0	86,5	85,3	92,2	86,1
A veces	2,9	10,0	10,9	8,8	5,3	8,1
Nunca	2,9	2,2	2,6	5,9	2,4	5,5
Ns/Nc	0,0	0,9	0,0	0,0	0,0	0,3

## Conclusiones

- El inicio de relaciones sexuales coitales es a partir de los 15 para hombres y mujeres, que en un 10% se inician a dicha edad. A los 17 el porcentaje alcanza el 30%.
- Dicho inicio parece ser ligeramente más precoz que en años anteriores, y un elevado porcentaje (>86%) usó preservativo en su primera relación con una persona nueva.

## RESUMEN Y RECOMENDACIONES

La Encuesta Navarra de Juventud y Salud 2007 ha permitido tener una visión de la situación de salud y los factores de riesgo para la salud de la población de 14-29 años de Navarra.

En cuanto al estado de salud, se observa una elevada prevalencia de malestares y de estrés, que junto al riesgo de mala salud mental, hace de la promoción de la salud mental un objetivo importante.

Como contrapartida algunos comportamientos saludables se han extendido a amplias capas de la población, particularmente el uso del cinturón de seguridad o el uso del preservativo y otras como la práctica del ejercicio físico en el tiempo de ocio se están incorporando progresivamente. Nuestra juventud va compatibilizando vida cotidiana, diversión y salud.

Aunque la situación ha mejorado en distintos aspectos, existe todavía un alto porcentaje de fumadores, un porcentaje importante de consumos de alcohol considerado de riesgo y un uso de drogas ilegales bastante extendido sobre todo entre los varones. Además un porcentaje alto de jóvenes presentan sobrepeso, reconocen no usar casco en la bici y haberse visto involucrados en accidentes de tráfico. Existe, además, margen de mejora en la forma de alimentarse.

Los datos anteriores indican que hay que mantener y reforzar las actuaciones preventivas en el campo de las sustancias adictivas legales, como el tabaco o el alcohol, e ilegales, y favorecer la detección de problemas de salud como excesos de peso claramente no saludables, al margen de las presiones de la moda.

Asimismo, es importante mantener el consejo y la educación alimentaria promoviendo el consumo de frutas, verduras y pescado y la reducción de carne roja y bebidas azucaradas junto a la promoción de la actividad física en el tiempo libre. Otras medidas de seguridad deben ser promovidas, particularmente el uso del casco en la bici junto a un estilo de conducción que comporte menor riesgo de accidentes. Finalmente es importante mantener y reforzar la educación sexual prestando atención al posible adelanto de la edad de inicio de las relaciones sexuales y a la prevención en todas las edades.

Se debe considerar una mirada diferenciada por sexo y clase social en los aspectos relacionados con el estado de salud y los estilos de vida.

La encuesta nos plantea que no existe un colectivo homogéneo de jóvenes ni una realidad única con la que trabajar. Por ello se recomienda personalizar las intervenciones, prestando atención a cada persona o grupo concreto con el que se trabaja.

## SITUACIÓN DE LAS ENFERMEDADES DE DECLARACIÓN OBLIGATORIA (E.D.O.) EN NAVARRA. SEMANAS 27 A 39. PERIODO 2005-2010

ENFERMEDADES	2005	2006	2007	2008	2009	2010
<b>Enfermedades de Transmisión Alimentaria</b>						
Botulismo	-	-	-	-	-	-
Cólera	-	-	1	-	-	-
Disentería Bacilar	35	6	1	3	5	-
Fiebre Tifoidea y Paratifoidea	-	-	-	-	-	1
Toxiinfección Alimentaria	115	62	61	40	68	45
Listeriosis*	-	-	2	1	1	-
Triquinosis	-	-	-	-	-	-
<b>Enfermedades de Transmisión Respiratoria</b>						
Enfermedad Meningocócica	2	4	5	1	5	1
Enf. Neumocócica invasiva*	-	-	17	3	7	6
E. invasiva H influenzae tipo b*	-	-	1	-	-	-
Gripe	176	74	83	68	4280	151
Legionelosis	7	8	6	3	8	3
Tuberculosis Respiratoria	13	14	13	15	10	15
Otras Tuberculosis	4	7	5	2	5	1
Varicela	371	293	462	113	64	52
<b>Enfermedades de Transmisión sexual</b>						
Infección Gonocócica	5	7	26	7	4	8
Sífilis	1	4	2	3	5	8
<b>Enfermedades Prevenibles por Inmunización</b>						
Difteria	-	-	-	-	-	-
Parotiditis	2	100	211	37	25	8
Poliomielitis	-	-	-	-	-	-
Rubéola	-	1	-	-	1	-
Sarampión	-	-	-	-	-	1
Tétanos	-	-	-	-	-	-
Tos ferina	3	5	6	7	0	2
<b>Hepatitis Víricas</b>						
Hepatitis A	4	-	2	7	6	3
Hepatitis B	1	3	4	4	1	2
Hepatitis C	2	3	1	1	0	2
<b>Zoonosis</b>						
Brucelosis	-	-	-	-	-	1
Hidatidosis	-	3	1	2	1	3
Leishmaniasis	-	-	-	-	-	-
Rabia	-	-	-	-	-	-
Carbunco	-	-	-	-	-	-
Tularemia	-	-	-	-	-	-
<b>Enfermedades Importadas</b>						
Fiebre Amarilla	-	-	-	-	-	-
Fiebres hemorrágicas virales*	-	-	3	-	1	5
Paludismo	1	5	4	10	2	7
Peste	-	-	-	-	-	-
Tifus Exantemático	-	-	-	-	-	-

\*Enfermedades vigiladas desde 2007