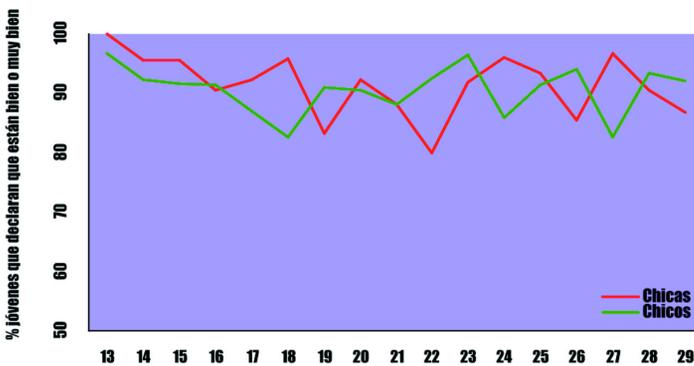


## 2. ESTADO DE SALUD DE LOS JÓVENES

### Salud percibida

La mayor parte de los jóvenes (90,3%) han declarado que su salud es buena o muy buena. Al estudiar la relación entre salud percibida y edad, parece que hay un período en el que la salud percibida es ligeramente menor, que se situaría entre los 18 y los 24 años (gráfico 3).

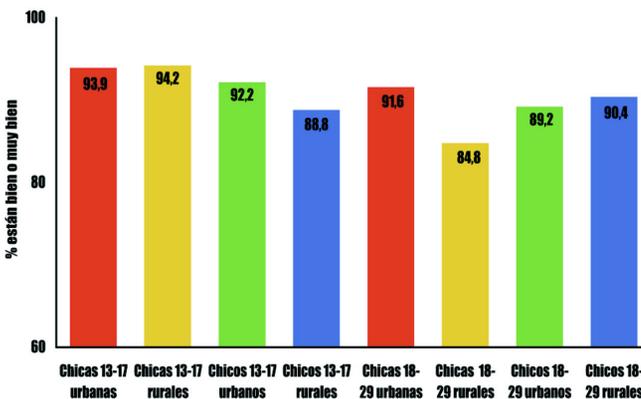
Gráfico 3. Salud percibida de los jóvenes por edad y sexo



23

No se han observado diferencias en el estado de salud percibida de los jóvenes por sexo o ámbito, exceptuando a las chicas rurales de 18 años en adelante, en el que un porcentaje menor que el resto de jóvenes de su edad tiene una percepción buena o muy buena de su salud (gráfico 4).

Gráfico 4. Salud percibida de los jóvenes por edad, sexo y ámbito

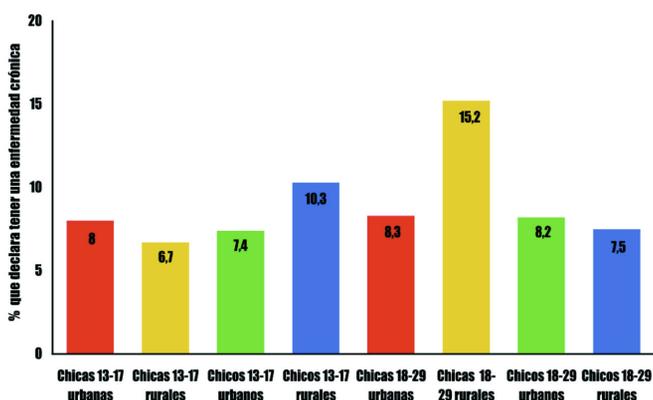


Es decir, la mayor parte de jóvenes perciben su salud como buena o muy buena, y entre un 10 y un 15% de jóvenes percibe su salud como regular, mala o muy mala.

## Enfermedades

Entre el 7 y el 15% de los jóvenes ha declarado tener alguna enfermedad crónica. Las chicas rurales de 18 años en adelante son las que más han referido tener enfermedades crónicas (gráfico 5), lo que podría explicar que como grupo perciban su salud como peor.

Gráfico 5. Prevalencia de enfermedades crónicas por edad, sexo y ámbito



El 70% de las enfermedades crónicas declaradas por los jóvenes son enfermedades alérgicas (tabla 5). En esta muestra, ningún joven ha declarado tener VIH/SIDA.

Tabla 5. Enfermedades crónicas declaradas por los jóvenes

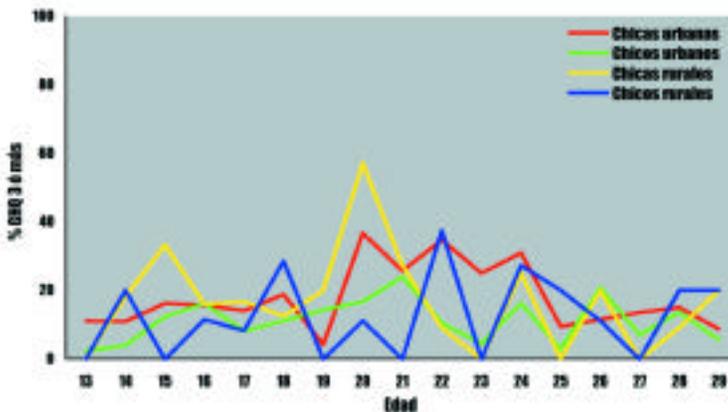
	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa (%)
Enfermedad alérgica	110	67,4
Secuela accidente de tráfico	13	7,9
Secuela otro accidente	10	6,1
Diabetes	6	3,6
VIH/SIDA	0	0
Otras*	24	12,5
<b>TOTAL</b>	<b>163</b>	<b>100</b>

\*En otras, se incluyen 4 casos de escoliosis, 2 casos de miopía y otras de forma aislada.

## Salud mental

Respecto a la salud mental, al aplicar la escala GHQ<sup>(2)</sup> que discrimina posibles problemas de salud mental, las puntuaciones obtenidas han sido muy variables en función de la edad, sexo y ámbito (gráfico 6). Entre un 10 y un 20% de los jóvenes ha obtenido puntuaciones del GHQ iguales o superiores a 3, lo que indica que tienen más probabilidades de tener problemas de salud mental. La puntuación en el GHQ, además, aumenta con la edad. Antes de los 18 años, la puntuación de las chicas es superior a la de los chicos. A partir de los 18 años, las chicas urbanas presentan puntuaciones en el GHQ más altas que el resto de jóvenes (gráfico 7).

Gráfico 6. Porcentaje de jóvenes con puntuaciones en GHQ 3 por edad, sexo y ámbito



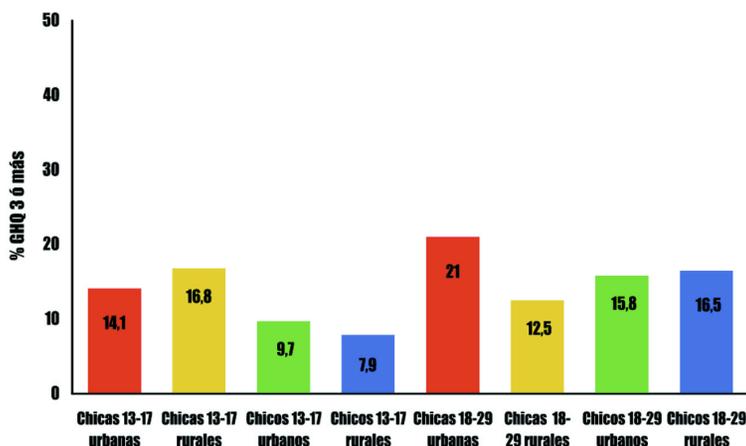
Se ha observado que tener una puntuación más alta en el GHQ se asocia a un peor estado de salud percibida.

El 1,6% de los jóvenes declara estar en tratamiento psicológico, sin que se observen diferencias significativas entre los grupos. Entre los jóvenes con GHQ mayor o igual a 3, el 5,7% está en tratamiento psicológico.

De los 25 jóvenes que declararon estar en tratamiento psicológico, 8 (32%) dijeron que fue por crisis de ansiedad, 6 (24%) por depresión, 3 (12%) por cuadros psicóticos, 2 (8%) por problemas con los estudios y 2 (8%) por problemas con las drogas. En 5 casos (20%) no se especificó claramente el motivo.

<sup>(2)</sup> El General Health Questionnaire (GHQ) es un cuestionario de cribaje de problemas psicopatológicos en la población general.

Gráfico 7. Porcentaje de jóvenes con puntuaciones en GHQ  $\geq 3$  por edad, sexo y ámbito

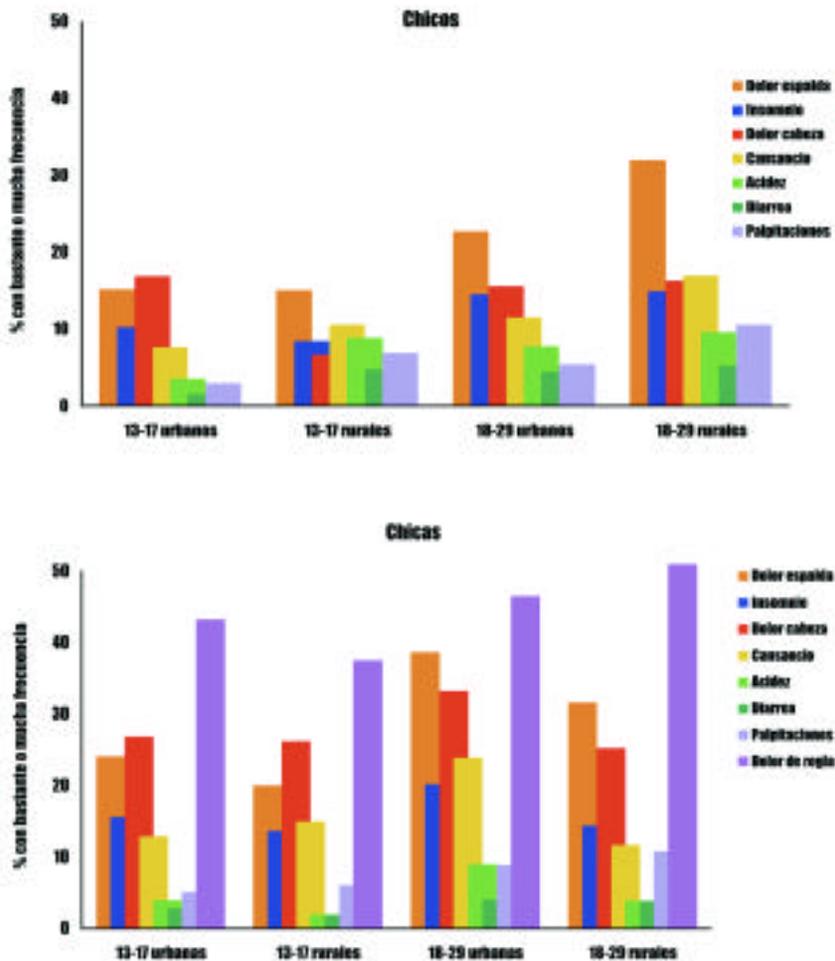


También se ha recogido la presencia habitual de síntomas como dolor de cabeza, dolor de espalda, dolor de regla, insomnio, cansancio crónico, acidez, palpitaciones y diarrea, considerados en la gente joven como síntomas psicósomáticos (gráfico 8). Se ha observado que la presencia habitual de estos síntomas se asocia significativamente a un peor estado de salud percibida y a tener puntuaciones en el GHQ iguales o superiores a 3.

26

Como se puede ver en el gráfico 8, la presencia de síntomas psicósomáticos declarados es muy superior en las chicas comparada con la de los chicos, sobre todo entre las chicas urbanas de 18 años en adelante. Así el 39% y el 33% de las chicas urbanas de 18 años en adelante refieren tener con bastante o mucha frecuencia dolor de espalda y dolor de cabeza respectivamente, frente al 32 y 25% de las chicas rurales. En cambio, el dolor de regla es más frecuente entre las jóvenes rurales. Así, el 51% de las chicas rurales de 18 años en adelante declara tener dolor de regla con bastante o mucha frecuencia frente al 46,5% de las urbanas. Por otra parte, los síntomas psicósomáticos son más frecuentes en los jóvenes de 18 a 29 años en adelante respecto a los que tienen menos de 18 años.

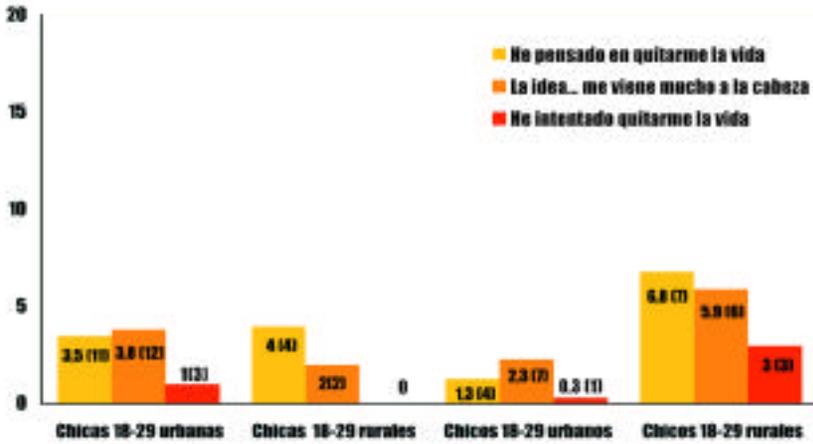
Gráfico 8. Síntomas psicósomáticos en chicos y chicas por edad, sexo y ámbito



Por otra parte, se han explorado los pensamientos suicidas y los intentos de suicidio<sup>(3)</sup>. Un 3,1% del total de jóvenes entrevistados de 18 años en adelante (26 jóvenes), declara haber pensado alguna vez en quitarse la vida, un 3,3% (27 jóvenes) ha declarado que la idea de quitarse la vida le viene mucho a la cabeza, y el 0,8% (7 jóvenes) dice haber intentado en alguna ocasión quitarse la vida. No se han observado diferencias significativas entre los grupos, salvo para los chicos rurales, como se puede ver en el gráfico 9. Se ha observado que los jóvenes con pensamientos o con antecedentes de intentos suicidas tienen significativamente peor salud percibida y puntuaciones superiores en el GHQ que el resto.

<sup>(3)</sup> Estas preguntas se han realizado únicamente en los jóvenes de 18 años en adelante.

Gráfico 9. Pensamientos suicidas e intentos suicidas en jóvenes de 18-29 años por sexo y ámbito\*

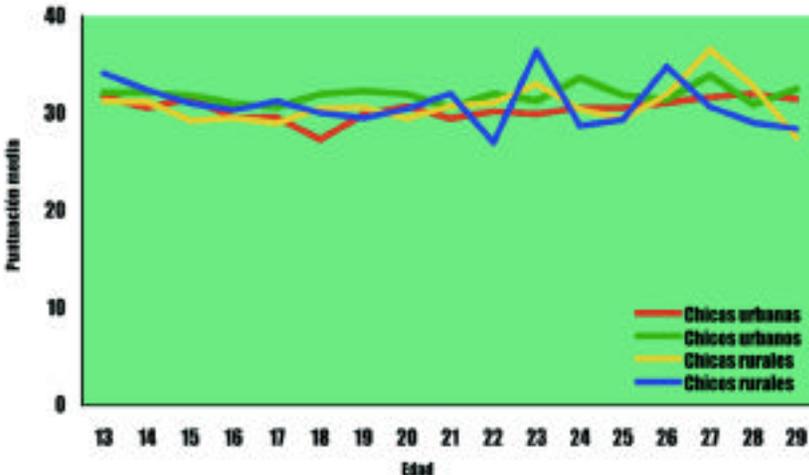


\* En porcentaje. Entre paréntesis en números absolutos.

Otro aspecto también relacionado con la salud mental y con las conductas de riesgo en jóvenes es el nivel de autoestima. En una escala de 0 a 40, se ha observado que la mayoría de jóvenes tienen un nivel de autoestima por encima de 30. El nivel de autoestima ha sido significativamente superior en los chicos con respecto a las chicas, y menor en los jóvenes entre 15 y 23 años respecto a los demás (gráfico 10). Se ha observado que el nivel de autoestima se asocia de forma significativa al estado de salud percibida y al estado de salud mental.

28

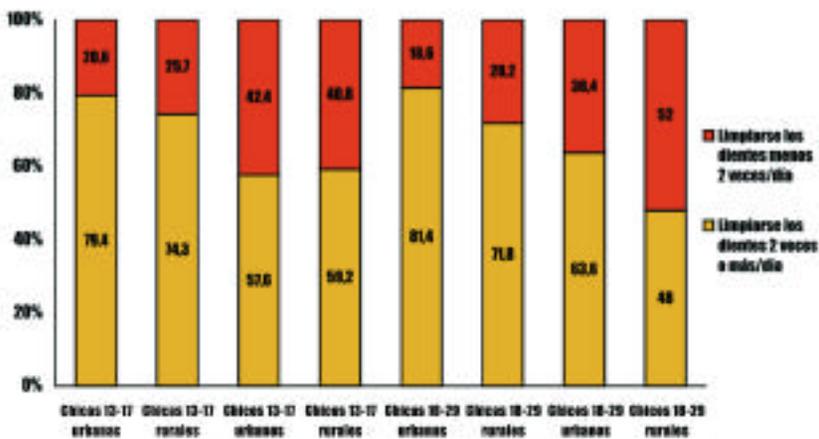
Gráfico 10. Nivel de autoestima en jóvenes por edad, sexo y ámbito



## Salud oral

Con relación a los hábitos de higiene dental (gráfico 11), se han observado diferencias significativas en función del sexo y el ámbito. Por una parte, los chicos han presentado peor higiene dental que las chicas en todos los grupos. Por otra parte, la higiene dental es peor en los jóvenes rurales. En concreto, llama la atención que más de la mitad (52%) de los varones rurales de 18 años en adelante declare limpiarse los dientes menos de dos veces al día.

Gráfico 11. Higiene dental en jóvenes por edad, sexo y ámbito



## Visión cualitativa de la salud

Los jóvenes consultados han expresado una visión global e integral de la salud, que incluye un aspecto físico, que casi todos los jóvenes poseen; un aspecto emocional, de gran trascendencia para ellos y, por último, un aspecto social, menos presente en el discurso juvenil. Para los más jóvenes, la salud parece estar centrada en la ausencia de enfermedades.

"La salud, el qué puede ser, tío, es cuando uno se encuentra bien, por ejemplo, un tío que siempre está haciendo deporte, quizás tiene mejor salud que uno que no hace nada, eso está más claro que el agua, según la dieta que tengas de comida, y todo eso ¿no?, es mantener el organismo, pues bien" (GF8)

"Estar bien en todos los niveles, lo que comentas, físico, psíquico, todos, o sea no sólo fijarte en si te duele la rodilla, si la rodilla la tienes bien pero luego la cabeza la tienes mal, entonces tu salud no esta bien" (GF2)

"...en todo lo que te afecte a ti, a tu integridad física, y la ambiental, tú puedes tener salud social, pero luego la medioambiental, después, afecta a lo físico" (GF10)

"Por supuesto, la salud depende mucho del estilo de vida que lleves. El estrés por ejemplo, que afecta a muchísima gente, y eso es salud. El cáncer por fumar o por otras cosas también, es el día a día, también es salud. Y también depende de dónde vivas. Si vives en una ciudad, eso también afecta a la salud. Depende mucho de dónde vivas y con quién estés y en qué trabajos. Yo creo que sí que influye todo eso" (GF7)

Los principales componentes de una vida sana son, en opinión de los jóvenes, la actividad física y la alimentación. En la práctica, sin embargo, estar sano para un joven es poder hacer lo que quiere al ritmo que quiere. La familia se considera un elemento importante en la salud, aunque quienes más influyen en la salud, según la opinión de los jóvenes, son los amigos, porque son determinantes en la adopción de determinados hábitos de riesgo o de salud.

30

"Para la gente, salud es poder ir a cuarenta sitios a cien por hora y decir lo he hecho todo y estoy bien conmigo mismo... decir qué bien me lo he pasado hoy y qué salud tengo... Eso cada uno lo que le venga bien a su cuerpo, luego que el cuerpo aguante más o menos" (GF9)

"Con una estabilidad en la familia, tienes mucho más fácil que estés mejor, y si no tienes estabilidad familiar, pues es más fácil que tengas problemas de salud de todo tipo" (GF7)

"Yo creo que los amigos es la base de todo. Si a tus amigos les gusta el deporte, a ti te va a gustar el deporte, que a tus amigos les gusta el cachondeo, tú siempre te vas a juntar" (GF8)

Según los entrevistados, la mayoría de los jóvenes no tienen problemas de salud. En su opinión, los principales problemas de salud de los jóvenes de

hoy podrían ser: el sida, el consumo de drogas legales e ilegales, los trastornos ligados a la imagen corporal y el estrés. O por lo menos esos son los problemas de la juventud transmitidos por los medios de comunicación, y atribuidos a su falta de equilibrio.

"Hombre, yo creo que un joven, desde mi punto de vista, no se preocupa mucho por la salud, porque los jóvenes normalmente tenemos buena salud, vitalidad, y todo. Lo que preocupa un poco de la salud de los jóvenes es el tema de las drogas, o sea, aparte de enfermedades que podamos tener, también hay enfermedades típicas, no, como el SIDA y todo eso, pero... no sé, yo lo que más afecta a la salud son las drogas, vamos, creo yo. Y no todas" (GF5)

"Las drogas, la anorexia y la bulimia que yo creo que son problemas que en estos momentos se están tratando como desde muchos sitios y que puede que vengan... de la baja estabilidad psicológica que los jóvenes podemos tener en estos momentos, o por la inestabilidad laboral o por mil historias, por no saber afrontar los problemas" (GF3)

"También el tema de la imagen... creo que es un problema y sobre todo en las chicas, te ponen un modelo... la imagen choca en general porque no es real, entonces las frustraciones, malos rollos, y eso influye en la salud y eso conecta un poco con el tema de tú estar integrado con el tema de la identidad, de la propia identidad, no, de crear tu propia identidad y también con el entorno, no, conectar con, bueno, pues crear una imagen... de persona joven" (GF10)

"La mayoría de jóvenes están estresados, agobiados, y en fin, conozco gente que desde mi edad está muy preocupada por la carrera, por el trabajo..." (E5)

"Tú cuando vas a un psicólogo lo primero que te pregunta es: ¿tú te drogas?" (GF12)

"Fomentan estereotipos. Todo el mundo somos parecidos, todos. Todos somos unos drogadictos, todos queremos tener musculitos... y de ahí todos los problemas: bulimia, anorexia" (GF7)