

Enquesta a 4t d'ESO
Curs escolar 2025-2026

Salut Up :)

Impulsem la salut adolescent



**Diputació
Barcelona**

Impulsem la salut adolescent

Dades que impulsen decisions

4t ESO

Aquest qüestionari forma part d'un estudi que està fent l'Ajuntament sobre alguns comportaments i hàbits dels estudiants de la teva edat relacionats amb la salut.

No es tracta d'un examen, així que no hi ha respostes correctes ni incorrectes.

És una enquesta voluntària i confidencial. No has d'escriure el teu nom, per tant ningú sabrà quin és el teu qüestionari, ni què has contestat.

Amb les teves respostes volem conèixer els estils de vida relacionats amb la salut dels joves, i això ens ajudarà a millorar-los.

És important que siguis sincer/a i que dediquis el temps necessari a contestar perquè les respostes siguin certes.

Moltes gràcies per ajudar-nos!

Dades de l'escola

Municipi de la província de Barcelona* _____

Centre educatiu _____

Codi centre (08xxxxxx) _____ Classe _____

Protecció de dades*

☐ Conforme (NECESSARI MARCAR PER CONTINUAR)

D'acord amb el que s'estableix a la Llei orgànica, 3/2018, de 5 de desembre, de protecció de dades personals i garantia dels drets digitals, dono el meu consentiment perquè totes les dades, que són anònimes, contingudes en aquesta enquesta/l'enquesta de salut de 4t d'ESO siguin incloses en un fitxer propietat de la Diputació de Barcelona, i puguin ser utilitzades per a l'elaboració d'un estudi anonimitzat per conèixer els hàbits i comportaments de salut dels adolescents de 4t d'ESO que ha de servir per a l'impuls de polítiques de salut local. Declaro haver estat informat sobre els drets d'accés, rectificació, cancel·lació i oposició, que puc exercir adreçant-me al Registre General de la Diputació de Barcelona (Rambla de Catalunya, 126, 08008-Barcelona). Us informem que per a la recollida d'informació estadística es fa servir Google Analytics. La informació que generen les galetes (incloent-hi l'adreça IP) és directament transmesa a Google, que l'arxiva en els servidors del seu lloc web. Amb la finalitat d'anonimitzar l'adreça IP, la Diputació de Barcelona té activada l'opció Anonymize IP, incorporada en el mateix sistema, que emmascara els tres darrers dígits de l'adreça convertint-los en zeros. Posem a la vostra disposició la bústia del delegat de protecció de dades (dpd@diba.cat), que resoldrà qualsevol consulta o queixa que li formuleu sobre la vostra privacitat.

Dades sociodemogràfiques

1. Quants anys tens? *

☐ 14 ☐ 15 ☐ 16 ☐ 17 ☐ 18 o +

2. Sexe / gènere *

- ☐ Noi
☐ Noia
☐ No binari/a i/o si prefereixes una altra denominació d'identitat de sexe / gènere, especifica quina

3. Amb qui convius habitualment? (Pots marcar més d'una resposta.)

- ☐ Amb la meua mare/s
☐ Amb el meu pare/s
☐ Amb un/a o més germans/anes (o germanastres)
☐ Amb el meu tutor/a (per exemple, parella del pare / de la mare)
☐ Amb altres membres de la família (avis/es, tiets/es, etc.)
☐ Amb altres persones (si us plau, especifica-les):

4. On vas néixer?

- ☐ Catalunya ☐ Fora d'Espanya
☐ Resta d'Espanya ☐ No ho sé

4.1. A quin país?

4.2. I la teua mare?

- ☐ Catalunya ☐ Fora d'Espanya
☐ Resta d'Espanya ☐ No ho sé

4.3. A quin país?

4.4. I el teu pare?

- ☐ Catalunya ☐ Fora d'Espanya
☐ Resta d'Espanya ☐ No ho sé

4.5. A quin país?

5. Quin és el nivell més alt d'estudis acabats dels teus pares o tutors?

	Sense estudis o amb estudis primaris sense acabar	Primària o equivalent	Secundària/FP o equivalent	Univer-sitaris	No ho sé
Pare/tutor	☐	☐	☐	☐	☐
Mare/tutora	☐	☐	☐	☐	☐

6. La teua família té cotxe, furgoneta o camió?

- ☐ Sí, un
☐ Sí, dos o més
☐ No

7. Tens la teua pròpia habitació per a tu sol/a a casa?

- ☐ Sí
☐ No

8. Durant els últims 12 mesos, quantes vegades has anat de viatge fora del país de vacances amb la teua família?

- ☐ Mai
☐ Una vegada
☐ Dues vegades
☐ Més de dues vegades

9. Quants ordinadors té la teua família?

	Cap	Un	Dos	Més de dos
PC	☐	☐	☐	☐
Portàtil	☐	☐	☐	☐
Tauleta (tablet)	☐	☐	☐	☐

10. Té la teua família un rentaplats a casa?

- ☐ Sí
☐ No

11. Quants banys (habitació amb dutxa i/o banyera) hi ha a casa teua?

- ☐ Cap
☐ 1
☐ 2
☐ Més de dos

A quin municipi vius?

Percepció de l'estat de salut

12. Com diries que és la teva salut en general?

- ☐ Molt bona
- ☐ Bona
- ☐ Regular
- ☐ Dolenta
- ☐ Molt dolenta

13. Com et sents de satisfet/a amb el teu propi cos?

- ☐ Molt satisfet/a
- ☐ Relativament satisfet/a
- ☐ Ni satisfet/a ni insatisfet/a
- ☐ Relativament insatisfet/a
- ☐ Molt insatisfet/a

14. Quin és el teu pes (kg) sense roba?

15. Quina és la teva alçada (cm) sense sabates?

16. Què en penses, del teu pes actual?

- ☐ És molt inferior al que hauria de pesar
- ☐ És lleugerament inferior al que hauria de pesar
- ☐ És l'adequat
- ☐ És lleugerament superior al que hauria de pesar
- ☐ És molt superior al que hauria de pesar

Accidents i mobilitat

17. En els últims 12 mesos, quants accidents (caigudes, traumatismes, ferides, contusions, etc.) has tingut que hagin comportat assistència mèdica?

- ☐ No he tingut cap accident en els últims 12 mesos
- ☐ Un
- ☐ Dos
- ☐ Tres o més

18. Amb quina freqüència utilitzes els mitjans de transport següents (tant si condueixes com si no)?

	Sempre	Sovint	De vegades	Rarament	Mai
Moto	☐	☐	☐	☐	☐
Cotxe	☐	☐	☐	☐	☐
Bici	☐	☐	☐	☐	☐
Patinet elèctric	☐	☐	☐	☐	☐

19. Quan vas amb moto (siguis conductor o passatger) o amb bici o amb patinet elèctric, et poses el casc?

	Sempre	Sovint	De vegades	Rarament	Mai	No vaig mai amb moto/ bici/patinet
Moto	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Bici	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Patinet elèctric	☐	☐	☐	☐	☐	☐

20. Quantes vegades t'has sentit...?

	Sempre	Sovint	De vegades	Rarament	Mai
Molt cansat/ada per a fer coses	☐	☐	☐	☐	☐
Amb problemes per a dormir	☐	☐	☐	☐	☐
Desplaçat/ada, trist/a o deprimit/ida	☐	☐	☐	☐	☐
Desesperançat/ada de cara al futur	☐	☐	☐	☐	☐
Nerviós/osa o en tensió	☐	☐	☐	☐	☐
Avorrit/ida de les coses	☐	☐	☐	☐	☐
Enfadat/ada o violent/a	☐	☐	☐	☐	☐
Sol/a (de forma no desitjada)	☐	☐	☐	☐	☐

21. En algun moment t'has fet mal de manera voluntària o conscient?

- ☐ Mai
- ☐ Alguna vegada
- ☐ Amb freqüència
- ☐ Gairebé cada dia
- ☐ No ho sé
- ☐ No ho vull dir

22. En algun moment has pensat que et vols morir o adormir-te i no tornar a despertar-te?

- ☐ Mai
- ☐ Alguna vegada
- ☐ Amb freqüència
- ☐ Gairebé cada dia
- ☐ No ho sé
- ☐ No ho vull dir

23. Quantes vegades has fet els següents àpats durant els últims 7 dies (l'última setmana)?

	Cada dia	4-6 vegades a la setmana	1-3 vegades a la setmana	Cap vegada
Esmorzar abans de sortir de casa	☐	☐	☐	☐
Esmorzar a mig matí	☐	☐	☐	☐

24. Si esmorzes abans de sortir de casa, què sols prendre? (Pots marcar més d'una resposta)

- ☐ Productes làctics (llet, iogurt, formatge, etc.)
☐ Fruita (peça de fruita o suc)
☐ Pa (entrepà, torrada, etc.)
☐ Pastes (galletes, magdalenes, etc.)
☐ Cereals
☐ Altres
☐ No esmorzo

25. Quantes vegades has pres els següents productes en els darrers 7 dies?

	2 o més vegades al dia	Cada dia	5-6 vegades a la setmana	2 a 4 vegades a la setmana	1 vegada a la setmana	Cap vegada a la setmana
Pa	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Arròs o pasta (espaguetis, macarrons, cuscús, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Patates o iuca	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Cereals ensucrats (Kellogg's, Krispies, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Llegums (llenties, cigrons, mongetes seques, hummus, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Carn	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Peix	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ou	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Embotits (pernil, llonganissa, xoriço, salami, mortadel·la, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Verdures i hortalisses cuites o crues (enciam, mongetes tendres, col, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Peça de fruita o suc natural	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Fruïtes seques (ametlles, avellanes, nous, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Làctics (llet, iogurt, formatges, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Refrescos (Coca-Cola, Fanta, Nestea, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Begudes energètiques (Red Bull, Monster, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Llaminadures (caramels, xiclets, gominols, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Pastes (croissants, ensaïmades, dònuts, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Snacks (patates xips, pipes, kikos, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Menjar ràpid (hamburgueses, kebabs, pizzes, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ús d'oli d'oliva a casa	☐	☐	☐	☐	☐	☐

26. Respecte a les begudes energètiques, si en consumeixes, digues en quin context i forma les consumeixes (pots marcar més d'una resposta)

- ☐ Barrejada amb alcohol
- ☐ A l'espai públic amb els amics
- ☐ Abans de fer alguna cosa que requereixi estar molt despert i/o concentrat (estudiar, examens,...)
- ☐ Al sortir de nit
- ☐ Per fer esport

27. Si us plau, respon les preguntes següents:

	Sí	No
Actualment, fas dieta per aprimar-te?	☐	☐
Alguna vegada has fet dieta per aprimar-te?	☐	☐
Actualment, fas dieta per augmentar la musculació o el volum corporal?	☐	☐
Alguna vegada has fet dieta per augmentar la musculació o el volum corporal?	☐	☐

28. Tant si estàs fent dieta com si n'has fet alguna vegada, ha estat sempre sota la supervisió d'un professional de la salut?

- ☐ Sí
- ☐ No
- ☐ No he fet mai cap dieta

29. Consumeixes suplementes amb la intenció de millorar la percepció del teu cos o practicar més esport?

- ☐ Sí
- ☐ No

30. Quin tipus de suplement? (pots marcar més d'una resposta)

- ☐ Suplements proteics
- ☐ Productes per aprimar
- ☐ Esteroides (anabolitzants)
- ☐ Hormones (creixement,...)
- ☐ Altres...

31. Actualment, FORA DE L'HORARI ESCOLAR, fas esport (practicar alguna activitat física que et faci suar i perdre l'alè, com el bàsquet, el futbol, la natació, el tennis, etc.)? I alguna altra activitat física (com ara excursions, passejades/ caminades, skate, etc.)?

	Sí	No
Esport	☐	☐
Activitat física	☐	☐

32. En conjunt, amb quina freqüència realitzes esport fora de l'horari escolar?

- ☐ Cada dia
- ☐ De 4 a 6 cops per setmana
- ☐ 2 o 3 cops per setmana
- ☐ Un cop per setmana
- ☐ 3 cops al mes o menys
- ☐ Mai

33. L'esport que practiques és majoritàriament relacionat amb (pots marcar més d'una resposta)

- ☐ Còrrer
- ☐ Anar al gimnàs
- ☐ Practicar cal·listènia a l'espai públic (exercicis de pes corporal, entrenament muscular,...)
- ☐ Fer màquines i/o peses a casa
- ☐ Esports d'equip i/o competició. Pots indicar:

33.1. En conjunt, amb quina freqüència realitzes activitat física fora de l'horari escolar?

- ☐ Cada dia
- ☐ De 4 a 6 cops per setmana
- ☐ 2 o 3 cops per setmana
- ☐ Un cop per setmana
- ☐ 3 cops al mes o menys
- ☐ Mai

34. Habitualment, amb quina freqüència surts de nit per divertir-te?

- ☐ Més de 2 nits a la setmana
- ☐ 2 nits a la setmana
- ☐ 1 nit a la setmana
- ☐ D'1 a 3 nits al mes
- ☐ Menys d'una nit al mes
- ☐ Mai

34.1. Habitualment en aquestes nits, quin context d'oci practiques (pots marcar més d'una resposta)

- ☐ Anar a cases d'amics/gues
- ☐ Estar en espais públics
- ☐ Discoteques / bars / festes privades
- ☐ Festes populars

34.2. I aquestes sortides, són habitualment en cap de setmana o en dies entre setmana?

- ☐ Habitualment en cap de setmana
- ☐ Habitualment entre setmana
- ☐ Tant entre setmana com en cap de setmana
- ☐ No surto mai

34.3. L'última vegada que vas sortir de nit en cap de setmana per divertir-te, a quina hora vas tornar a casa?

- ☐ Abans de les 12 de la nit
- ☐ Entre les 12 de la nit i les 2 de la matinada
- ☐ Entre les 2 i les 4 de la matinada
- ☐ Entre les 4 de la matinada i les 8 del matí
- ☐ Després de les 8 del matí
- ☐ No he sortit mai de nit

35. Per divertir-te, quines són les 3 activitats que sols fer amb més freqüència? (Llegeix totes les opcions abans de contestar i marca amb una creu les 3 activitats que realitzes més freqüentment durant un dia laborable i les 3 que realitzes més freqüentment durant un cap de setmana complet.)

35.1. Durant UN DIA LABORABLE (dilluns, dimarts, dimecres o dijous) com a màxim 3

- ☐ Mirar la televisió (incloent-hi sèries/pel·lícules/programes per Internet)
- ☐ Escoltar música
- ☐ Jugar a jocs amb l'ordinador/consola/mòbil
- ☐ Utilitzar les xarxes socials (Facebook, TikTok, Twitter, Instagram, etc.)
- ☐ Navegar per Internet
- ☐ Llegir
- ☐ Estar a casa (la teva o la d'altres)
- ☐ Anar a l'esplai, al cau o al casal
- ☐ Fer esport
- ☐ Anar a concerts
- ☐ Anar a galeries o grans centres comercials
- ☐ Anar al cinema/teatre
- ☐ Anar a bars
- ☐ Fer botellón amb amics/igues
- ☐ Anar a festes del barri, festes majors, etc
- ☐ Anar a discoteques

35.2. Durant UN CAP DE SETMANA COMPLET (divendres, dissabte o diumenge), com a màxim 3

- ☐ Mirar la televisió (incloent-hi sèries/pel·lícules/programes per Internet)
- ☐ Escoltar música
- ☐ Jugar a jocs amb l'ordinador/consola/mòbil
- ☐ Utilitzar les xarxes socials (Facebook, TikTok, Twitter, Instagram, etc.)
- ☐ Navegar per Internet
- ☐ Llegir
- ☐ Estar a casa (la teva o la d'altres)
- ☐ Anar a l'esplai, al cau o al casal
- ☐ Fer esport
- ☐ Anar a concerts
- ☐ Anar a galeries o grans centres comercials
- ☐ Anar al cinema/teatre
- ☐ Anar a bars
- ☐ Fer botellón amb amics/igues
- ☐ Anar a festes del barri, festes majors, etc
- ☐ Anar a discoteques

36. En qualsevol cas, quantes hores al dia, aproximadament, dediques a les següents activitats

36.1. Fora de l'horari escolar, passar l'estona amb amics i amigues a la plaça o pels carrers

36.2. Dormir

37. Si habitualment vas a dormir (al llit, amb els ulls tancats i sense pantalles) més tard de les 23 hores, indica'n la raó principal (pots marcar més d'una resposta):

- ☐ No tinc son fins més tard
- ☐ No tinc son, segurament per haver consumit alguna beguda energètica o amb cafeïna a la tarda
- ☐ Estic en estat de nervis i/o ansietat
- ☐ He arribat a casa molt tard després d'acabar alguna activitat extraescolar (esport...)
- ☐ He arribat a casa molt tard després d'estar al vespre amb els amics
- ☐ Estic fent ús de pantalles i/o xarxes socials fins tard
- ☐ Altres...

38. Aproximadament, a quina hora de la nit desconnectes o deixes d'usar pantalles/dispositius/mòbil?

- ☐ Abans de les 22 h
- ☐ Entre les 22h i les 23:30 h
- ☐ Entre les 23:30 i la 1 de la matinada
- ☐ Entre la 1h i les 2h de la matinada
- ☐ Més tard de les 2h de la matinada

39. Tens mòbil?

- ☐ Sí
☐ No

☐ 12

☐ 13

☐ 14

☐ 15

40. Des de quina edat tens mòbil?

- ☐ 10 anys o menys
☐ 11

☐ 16

☐ 17 anys o més

41. Quines xarxes socials fas servir?

	Diverses vegades al dia	Diariament	Algun cop a la setmana	Algun cop al mes	Pràcticament mai	Hi estic registrat però no m'hi connecto mai	No hi estic
TikTok	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Instagram	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Sanpchat	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Facebook	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Twitter	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Whatsapp	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

42. En el teu oci, indica quan has realitzat per última vegada alguna d'aquestes activitats on hi hagi JUGAT DINERS

	Ahir	L'última setmana	En els darrers 30 dies	En els darrers 12 mesos	Alguna vegada a la vida	No hi he apostat mai
Jocs d'atzar online (pòker, jocs de casino virtual...)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Apostes esportives online (futbol, bàsquet...)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Cases d'apostes presencials (locals on es fan apostes esportives, jocs d'atzar...)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Videojocs i aplicacions (Fortnite, Fantasy,...) (amb despesa de diners)	☐	☐	☐	☐	☐	☐

43, 44 i 45. Preguntes sobre l'ús d'internet

	Mai	Quasi mai	Alguns cops	Bastants cops	Quasi sempre
Desatens les teves obligacions per passar més temps navegant per la xarxa?	☐	☐	☐	☐	☐
Has deixat de practicar alguna activitat d'oci per poder tenir més temps per connectar-te a internet?	☐	☐	☐	☐	☐
Passes més temps navegant per internet que amb els teus amics/igues?	☐	☐	☐	☐	☐

Consum de tabac

46. Has fumat tabac alguna vegada?

- ☐ Sí
☐ No

46.1. I has utilitzat la cigarreta electrònica (vapejar) alguna vegada?

- ☐ Sí
☐ No

47. A quina edat vas fumar tabac per primera vegada?

47.1. A quina edat vas vapejar per primera vegada?

48. Amb quina freqüència fumes tabac actualment?

- ☐ Cada dia
☐ Tres o més cops per setmana
☐ Un o dos cops per setmana
☐ Menys d'un cop per setmana
☐ No fumo

48.1. Amb quina freqüència vapeges actualment?

- ☐ Cada dia
☐ Tres o més cops per setmana
☐ Menys d'un cop per setmana
☐ No fumo

49. Durant els darrers 30 dies, els dies que has fumat, quantes cigarretes has fumat per dia?

- ☐ Menys d'una cigarreta al dia (només unes quantes pipades)
☐ Una cigarreta al dia
☐ Entre 2 i 5 cigarretes al dia
☐ Entre 6 i 10 cigarretes al dia
☐ Entre 11 i 20 cigarretes al dia
☐ Més de 20 cigarretes al dia
☐ No ho sé

50. Has provat alguna vegada de fumar menys o de deixar-ho?

- ☐ Ho he deixat
☐ Fumo menys
☐ Sí, he mirat de fumar menys i de deixar-ho
☐ Sí, he mirat de fumar menys
☐ Sí, he mirat de deixar-ho
☐ No, mai no he mirat de fumar menys ni de deixar-ho

Consum d'alcohol

51. Has begut alguna vegada a la teva vida almenys mig got de qualsevol beguda alcohòlica?

- ☐ Sí
☐ No

52. Quina edat tenies quan vas beure per primera vegada mig got de qualsevol beguda alcohòlica?

53. Acostumes a beure almenys mig got d'algun tipus de beguda alcohòlica en les ocasions següents?

	Sí	No
Els dies de classe (els dies de cada dia)	☐	☐
Durant els caps de setmana (quan surts)	☐	☐
En les festes familiars com aniversaris, per Nadal o altres festes	☐	☐
En discoteques, bars i festes amb els amics/igues	☐	☐

54. Durant els darrers 12 mesos has pres quatre o més begudes alcohòliques en una sola ocasió (entenent com a ocasió prendre les begudes seguides o en un interval aproximat de quatre hores)?

- ☐ Sí
☐ No
☐ No ho recordo

55. T'has emborratxat alguna vegada?

- ☐ Mai
☐ Una vegada
☐ Dues vegades
☐ Més de dues vegades

56. Expressa el teu grau d'acord amb les frases següents (marca la resposta a cadascuna de les frases):

	Totalment d'acord	Bastant d'acord	Ni d'acord ni en desacord	Bastant en desacord	Totalment en desacord
Les begudes alcohòliques fan les festes més divertides	☐	☐	☐	☐	☐
Beure alcohol fa més simpàtiques les persones	☐	☐	☐	☐	☐
Beure alcohol provoca un mal rendiment escolar	☐	☐	☐	☐	☐
Beure alcohol provoca males relacions familiars	☐	☐	☐	☐	☐
Beure alcohol provoca relacions sexuals poc responsables	☐	☐	☐	☐	☐
Beure alcohol provoca violència	☐	☐	☐	☐	☐

Consum d'altres substàncies

57. De cadascuna de les substàncies següents, indica si n'has pres alguna vegada o no n'has pres mai

	L'última setmana	En el darrers 30 dies	En el darrers 12 mesos	Alguna vegada a la vida	No n'he pres mai
Haixix o marihuana (cànnabis, maria, xocolata, porros...)	☐	☐	☐	☐	☐
Tranquil·litzants/pastilles per dormir sense que te les hagi receptat el personal mèdic	☐	☐	☐	☐	☐
Cocaïna	☐	☐	☐	☐	☐
Speed o amfetamines	☐	☐	☐	☐	☐
Èxtasi o altres drogues de disseny	☐	☐	☐	☐	☐
Al·lucinògens (àcid, LSD, tripi, bolets al·lucinògens...)	☐	☐	☐	☐	☐
Heroïna	☐	☐	☐	☐	☐
Inhalables volàtils (cola, dissolvents...)	☐	☐	☐	☐	☐
Gas del riure /hilarant (òxid nitròs,...)	☐	☐	☐	☐	☐
Cocaïna rosa (tusi, 2CB, Nexus, pantera rosa,..)	☐	☐	☐	☐	☐
SNUS (tabac en bossetes per via oral)	☐	☐	☐	☐	☐

58. Només en cas d'haver provat alguna vegada alguna de les substàncies següents, indica quina edat tenies el primer cop que la vas provar:

58.1. Haixix o marihuana (porros, herba, xocolata, etc.)

58.2. Tranquil·litzants o pastilles (no preparats d'herbes) per a dormir sense que te les hagi receptat el personal mèdic

59. De cadascuna de les substàncies que t'indiquem a continuació, assenyala quin grau de perillositat creus que té per a la salut consumir-ne habitualment (marca la resposta per a cadascuna de les substàncies següents):

	Molt perillós	Moderadament perillós	Gens perillós
Haixix o marihuana	☐	☐	☐
Tranquil·litzants o pastilles per dormir sense que te les hagi receptat el personal mèdic	☐	☐	☐
Cocaïna	☐	☐	☐
Gas del riure (òxid nitròs)	☐	☐	☐

60. Com de difícil creus que et seria aconseguir haixix o marihuana per poder-ne consumir si volguessis?

- ☐ Pràcticament impossible
- ☐ Difícil
- ☐ Relativament fàcil
- ☐ Molt fàcil
- ☐ No ho sé

La sexualitat és un camp molt ampli que inclou el plaer, la salut sexual i moltes pràctiques. En aquest apartat, però, ens limitem a algunes preguntes majoritàriament centrades en els mètodes de protecció (anticonceptius i de barrera) i en les relacions amb penetració per la seva especial transcendència en les infeccions de transmissió sexual i els embarassos.

61. Coneixes els mètodes de protecció (anticonceptius i/o barrera) següents? (al marge de la seva efectivitat)

	Sí	No
Píndola anticonceptiva (pastilles)	☐	☐
Preservatiu (condó)	☐	☐
Diafragma	☐	☐
Preservatiu femení (condó femení)	☐	☐
Dispositiu intrauterí (diu)	☐	☐
Càlcul de la data	☐	☐
Espermicides	☐	☐

62. Alguna vegada has tingut relacions sexuals amb penetració?

- ☐ Sí
- ☐ No
- ☐ He tingut relacions sexuals, però sense penetració (parella lèsbica, masturbacions, "petting",...) Si vols, indica'ns quina/es

63. Quina edat tenies quan vas tenir la teva primera relació sexual amb penetració?

64. Amb quina freqüència tens relacions sexuals amb penetració?

- ☐ Diversos cops per setmana
- ☐ De tant en tant (poques vegades al mes)
- ☐ Rarament (poques vegades a l'any o menys)
- ☐ Només n'he tingut una vegada

65. De les següents opcions, assenyala la que hakis utilitzat com a mètode de protecció en les teves relacions sexuals amb penetració (Pots marcar més d'una resposta). Fem constar que algunes opcions de la llista no són segures.

- ☐ Cap
- ☐ Píndola anticonceptiva (pastilles)
- ☐ Preservatiu (condó)
- ☐ Diafragma
- ☐ Preservatiu femení (condó femení)
- ☐ Dispositiu intrauterí (diu)
- ☐ Càlcul de la data (mètode d'Ogino-Knaus)
- ☐ Espermicides
- ☐ Marxa enrere (coit interromput)
- ☐ Un altre mètode (especifica'l)

66. Quantes vegades has fet servir la píndola de l'endemà / emergència en els últims 6 mesos o l'ha feta servir la teva parella?

- ☐ Cap
- ☐ Una
- ☐ Més d'una

67. Alguna vegada t'has quedat embarassada o has deixat embarassada la teva parella?

- ☐ Sí
- ☐ No
- ☐ No ho sé

68. Assenyala fins a quin punt et sents capaç de fer el següent

	Totalment capaç	Bastant capaç	Bastant incapaç	Totalment incapaç
Comprar preservatius	☐	☐	☐	☐
Portar sempre preservatius	☐	☐	☐	☐
Convèncer la meua parella habitual de fer servir preservatius	☐	☐	☐	☐
Rebutjar de mantenir una relació sexual amb penetració sense preservatiu (no tens cap preservatiu o la teua parella es nega a utilitzar-lo)	☐	☐	☐	☐

69. Expressa el teu grau d'acord o de desacord amb les afirmacions següents:

	Totalment d'acord	Bastant d'acord	Ni d'acord ni en desacord	Bastant en desacord	Totalment en desacord
El preservatiu és el mètode anticonceptiu més segur	☐	☐	☐	☐	☐
S'hauria de fer servir sempre el preservatiu	☐	☐	☐	☐	☐
Si utilitzo el preservatiu evitaré el contagi del virus VIH/sida i d'altres malalties de transmissió sexual com p.ex. gonorrea o clamídia	☐	☐	☐	☐	☐
Si utilitzo el preservatiu evitaré un embaràs no desitjat	☐	☐	☐	☐	☐
Si utilitzo el preservatiu sentiré menys plaer	☐	☐	☐	☐	☐
Els meus millors amics/igues pensen que s'ha de fer servir sempre el preservatiu	☐	☐	☐	☐	☐

70. Alguna vegada has tingut alguna Infecció de Transmissió Sexual (ITS)?

- ☐ No
☐ No ho sé
☐ No ho vull dir
☐ Sí. (si vols, indica'ns quina... gonorrea, clamídia,... o qualsevol caràcter si no vols especificar)

71. D'on aprens sobre sexualitat? (marca les fonts que consideris més important per a tu)

- ☐ Família
☐ Institut
☐ Amistats
☐ Xarxes socials
☐ Internet
☐ Pornografia

72. Has vist alguna vegada pornografia?

- ☐ Sí
☐ No

72.1. A quina edat va ser la primera vegada que vas veure pornografia?

- ☐ 10 anys o menys
☐ 11
☐ 12
☐ 13
☐ 14
☐ 15
☐ 16
☐ 17

Relacions amb els teus companys/anyes

73. En relació amb els teus companys i companyes, t'has trobat en alguna d'aquestes situacions durant el darrer any (situacions que no consideres una broma o un joc)?

	Mai	Alguna vegada	Habitualment	No ho sé
S'han rigut de tu o t'han insultat a l'escola/institut o durant el camí cap a l'escola/institut	☐	☐	☐	☐
T'han colpejat, atacat o amenaçat a l'escola/institut o de camí cap a l'escola/institut	☐	☐	☐	☐
Els companys/anyes t'han marginat, t'han rebutjat al grup	☐	☐	☐	☐

74. Durant els darrers 12 mesos, has participat amb altres companys/anyes o amb el teu grup en alguna d'aquestes situacions (situacions que no consideres una broma o un joc)?

	Mai	Alguna vegada	Habitualment	No ho sé
Riure's d'altres companys/anyes o insultar-los a l'escola/institut o pel camí	☐	☐	☐	☐
Colpejar, atacar o amenaçar altres companys/anyes a l'escola/institut o pel camí	☐	☐	☐	☐
Rebutjar o marginar altres companys/anyes	☐	☐	☐	☐

75. T'has sentit mai maltractat/ada?
(Pots marcar més d'una resposta)

Físicament (empentes, cops, puntades de peu, etc.)

- ☐ No, mai
- ☐ Sí, a casa
- ☐ Sí, a l'escola/institut
- ☐ Sí, al carrer
- ☐ Sí, en altres llocs (especifica'ls)

75.1. Psicològicament (amenaces, ser ignorat/da, insults, prohibició de parlar, crits, etc.)

- ☐ No, mai
- ☐ Sí, a casa
- ☐ Sí, a l'escola/institut
- ☐ Sí, al carrer
- ☐ Sí, en altres llocs (especifica'ls)

76. Alguna vegada has patit assetjament sexual (qualsevol conducta verbal o física amb contingut sexual que sigui ofensiva i no desitjada per tu)?
(Pots marcar més d'una resposta)

- ☐ No, mai
- ☐ Sí, a casa
- ☐ Sí, a l'escola/institut
- ☐ Sí, al carrer
- ☐ Sí, en altres llocs (especifica'ls)

77. Parlant específicament de les xarxes socials, t'has sentit...?

	Sí	No
Maltractat/ada psicològicament	☐	☐
Assetjat/ada sexualment	☐	☐

78. Si has estat maltractat/ada o assetjat/ada, ho has explicat a algú? (Pots marcar més d'una resposta.)

- ☐ Mai no m'han maltractat o assetjat
- ☐ Sí, al meu pare/mare/tutor/tutora
- ☐ Sí, al meu germà/ana
- ☐ Sí, al meu professor/a
- ☐ Sí, a un amic/iga
- ☐ No, a ningú
- ☐ Sí, a altres persones (especifica-les)

79. Algun cop has vist que algun company/a de classe fos maltractat/ada o assetjat/ada?

- ☐ Sí, un cop
- ☐ Sí, més d'un cop
- ☐ No, mai

80. Si ho has vist algun cop, ho has comunicat a algú?

- ☐ Sí
- ☐ No

Relacions interpersonals

81. En general, com consideres que és la relació amb els teus pares/mares o tutors/es?

	Molt bona	Bona	Regular	Dolenta	Molt dolenta
Pare/tutor	☐	☐	☐	☐	☐
Mare/tutora	☐	☐	☐	☐	☐

Rendiment escolar

82. Com diries que et va l'escola/institut?

- ☐ Molt bé
- ☐ Força bé
- ☐ Tinc algunes dificultats
- ☐ Tinc dificultats per a seguir el curs

Percepció de l'entorn

83. Pots dir quina és la teva opinió sobre el teu barri respecte d'aquestes qüestions?

(Puntua-les d'1 a 10, on 1 seria «molt dolenta» i 10 seria «molt bona»)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Qualitat del medi ambient (espais verds, contaminació, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Qualitat acústica (sorolls, tranquil·litat, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Circulació de vehicles de motor (trànsit)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mobilitat (transport públic, carril bici, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Estat del barri (façanes dels edificis, parcs, neteja, enllumenat públic, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Seguretat	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Convivència entre els veïnat	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Serveis i equipaments propers (escola/institut, poliesportiu, esplanai, centre de salut, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Espais públics adaptats per als i les joves	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

84. Sobre quins temes relacionats amb la salut has rebut alguna sessió/taller/formació en els últims 12 mesos?

- ☐ Alimentació
- ☐ Drogues (tabac, alcohol, cànnabis, altres...)
- ☐ Sexualitat
- ☐ Pantal·les i xarxes
- ☐ Assetjaments/"bullying" i relacions amb els companys
- ☐ Benestar emocional o estat anímic
- ☐ Esport o altres activitats saludables
- ☐ Altres...

85. Respecte de les activitats sobre educació per a la salut que has rebut en l'últim any, com penses que es podrien millorar (indica només una opció):

- ☐ Portar testimonis reals que expliquin la seva experiència
- ☐ Fer exercicis o dinàmiques pràctiques (per exemple: rols o "role play" en convèncer la parella de l'ús del preservatiu; tria d'aliments saludables; rebuig en cas d'oferiment de drogues,...)
- ☐ Amb més espai per a la interacció, diàleg i preguntes
- ☐ Poder-ho tractar en tutories
- ☐ Format amb grups més petits
- ☐ Que el formador sigui algú més proper (jove, referent del municipi,...)
- ☐ Tenir materials audiovisuals via xarxes (Instagram, TikTok...)
- ☐ Altres...

86. Finalment, i en relació amb els temes que hem tractat, t'agradaria que t'informessin sobre algun? (Marca fins a tres respostes.)

- ☐ Alimentació / imatge corporal
- ☐ Bullying, assetjament (entorn, xarxes, etc.)
- ☐ Efectes del consum de tabac, alcohol i/o drogues en la salut
- ☐ Masclisme / violència de gènere
- ☐ Prevenció i tractament de les addiccions
- ☐ Mètodes anticonceptius i de protecció, embarassos no desitjats, malalties de transmissió sexual
- ☐ Masturbació, relacions sexuals i plaer sexual
- ☐ Cap, em considero prou informat/ada
- ☐ Altres (especifica'ls)

87. I pel què fa al benestar emocional, t'agradaria rebre més informació, recursos i/o suport sobre benestar emocional, o ajuda per a millorar l'estat anímic i afrontar les angoixes i preocupacions?

- ☐ Sí
- ☐ No

88. Respecte a suport en benestar emocional, indica'ns quin tipus de suport/ajuda/informació t'agradaria rebre

Qualsevol suggeriment/comentari sobre l'enquesta, benvingut:

Moltes gràcies per la teva col·laboració!



**Diputació
Barcelona**

Servei de Salut Pública
Recinte Mundet - Edifici Migjorn, bloc A, 4a planta.
C. de l'Harmonia, 24 - 08035 Barcelona
T. 934 022 468

ssp.enquestasalut@diba.cat
www.diba.cat/salutpublica