

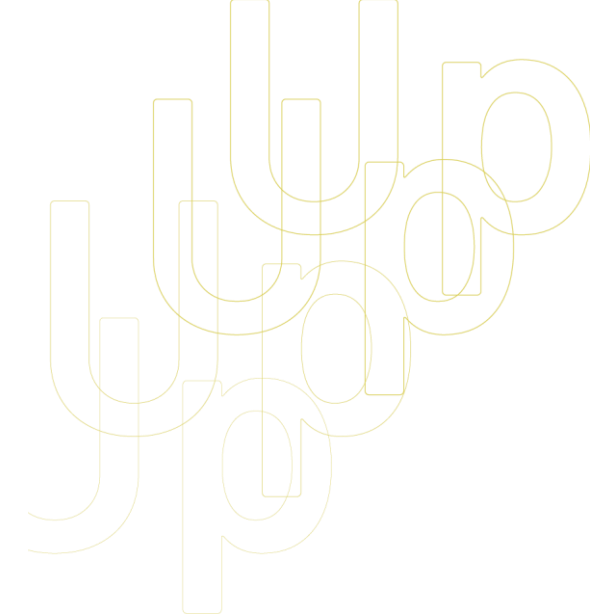
Salut i adolescents: 10 anys en xifres (2015-2025)

Evolució dels hàbits i tendències en l'alumnat de 4t d'ESO a la demarcació de Barcelona

Com ha canviat la salut i els hàbits relacionats dels i les adolescents en l'última dècada?

Lluís Camprubí

FOTOS



Què veurem

- **Tendències i reptes en:**
 - **Salut autopercebuda**
 - **Estat anímic**
 - **Alimentació**
 - **Esports**
 - **Pantalles i xarxes**
 - **Substàncies tòxiques**
 - **Sexualitat**
 - **Assetjaments**

I ara què...

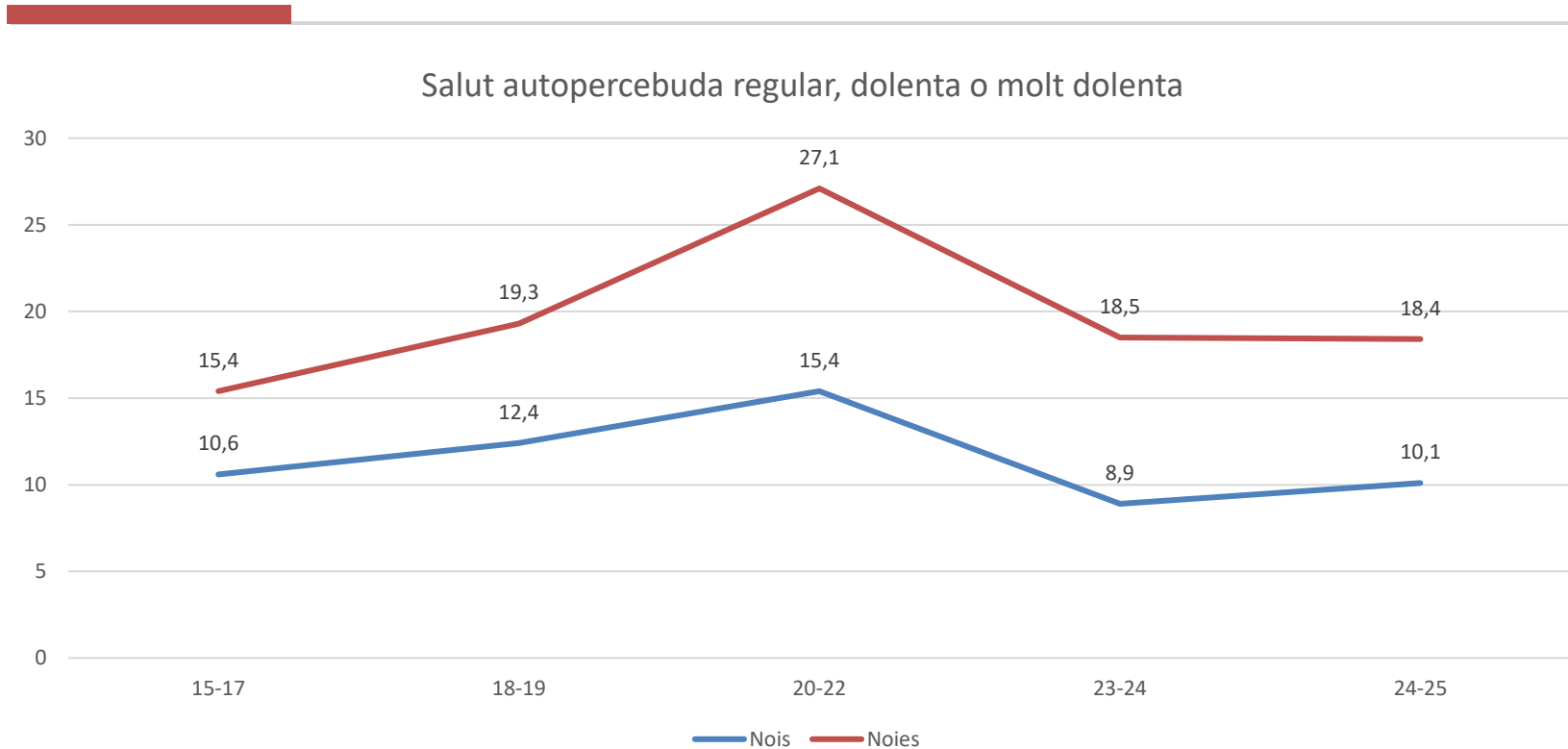
El cas de la COVID

Nous temes emergents

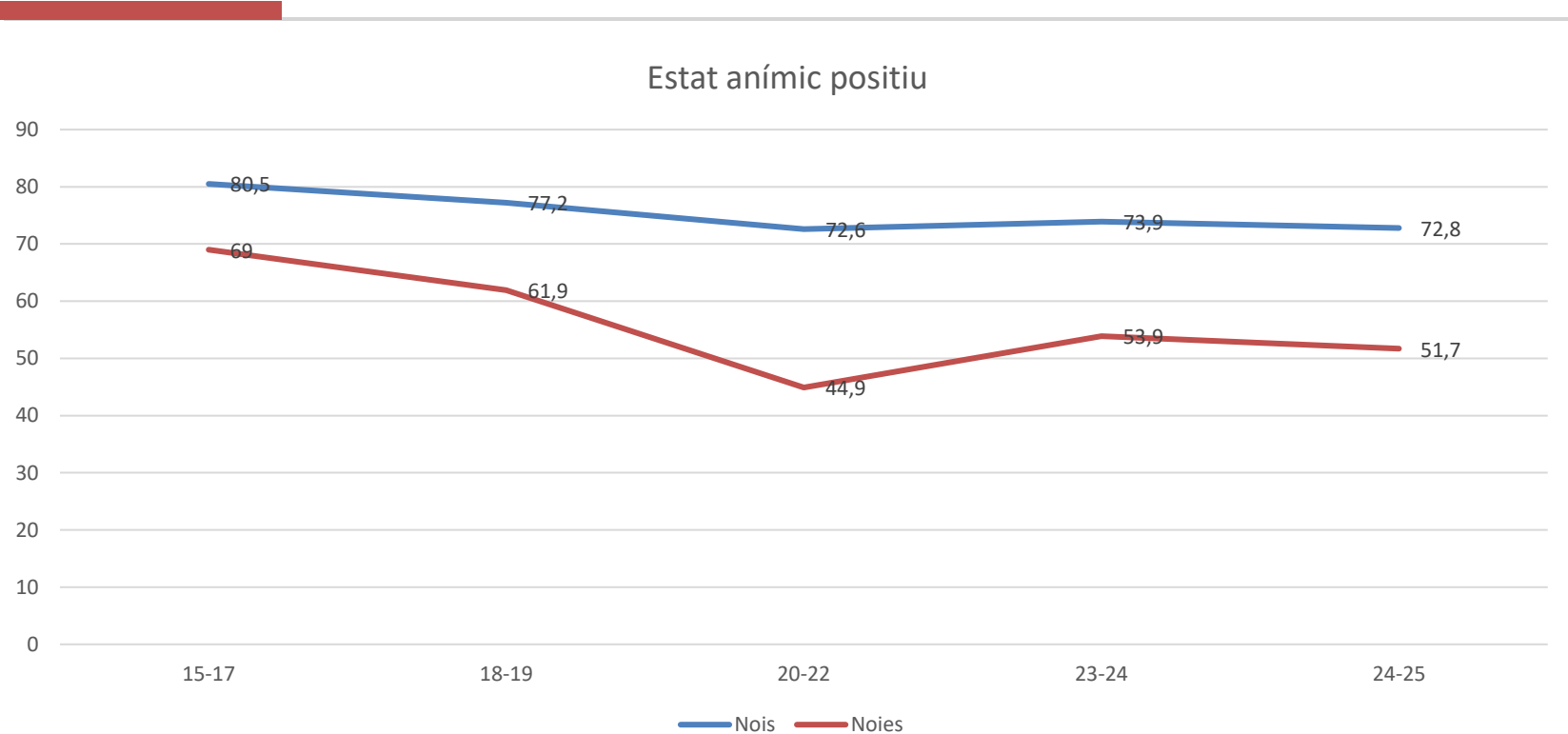
Interès en la informació

Algunes conclusions

Salut autopercebuda

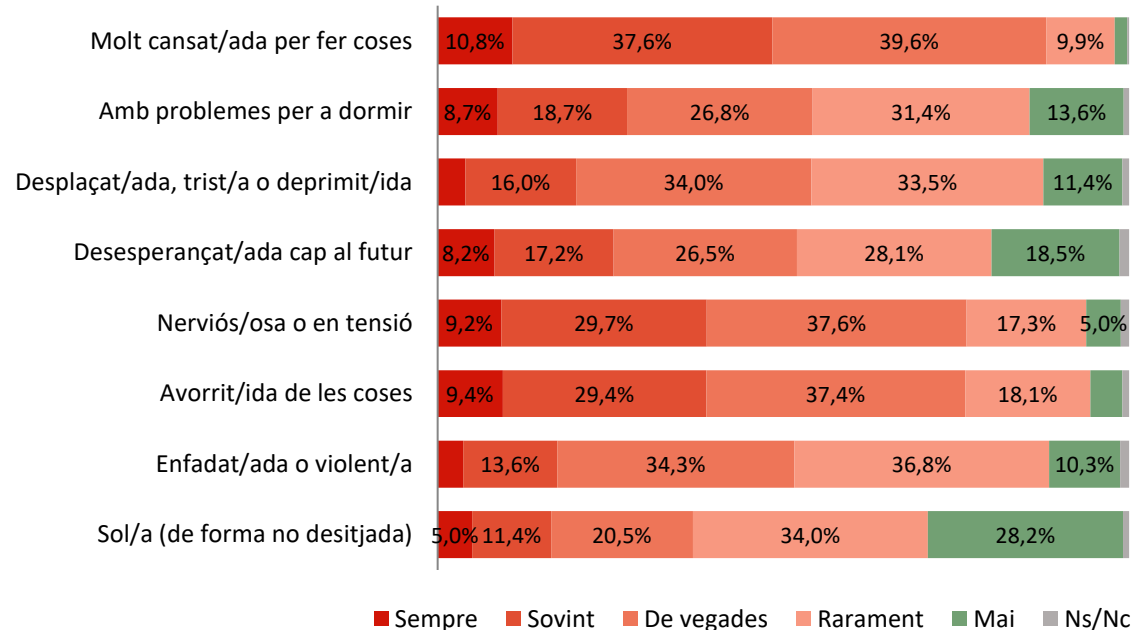


Estat anímic (agregat)



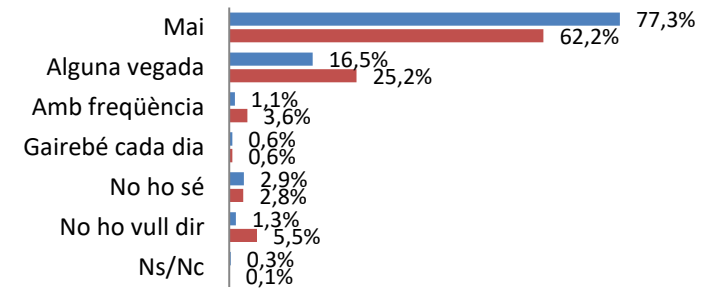
Components de l'estat anímic (curs 24-25)

Quantes vegades t'has sentit...

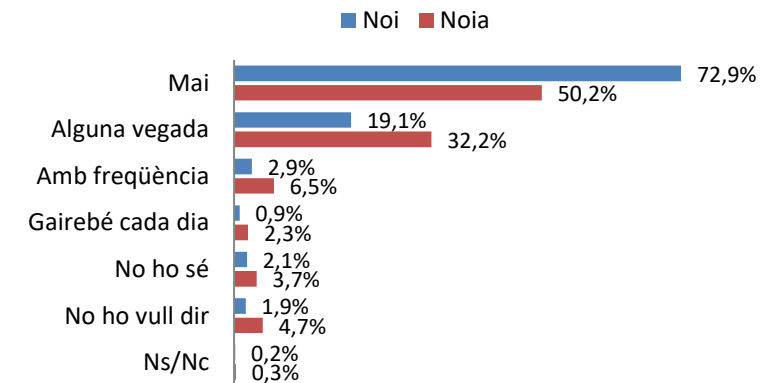


■ Sempre ■ Sovint ■ De vegades ■ Rarament ■ Mai ■ Ns/Nc

T'has fet mal de manera voluntària

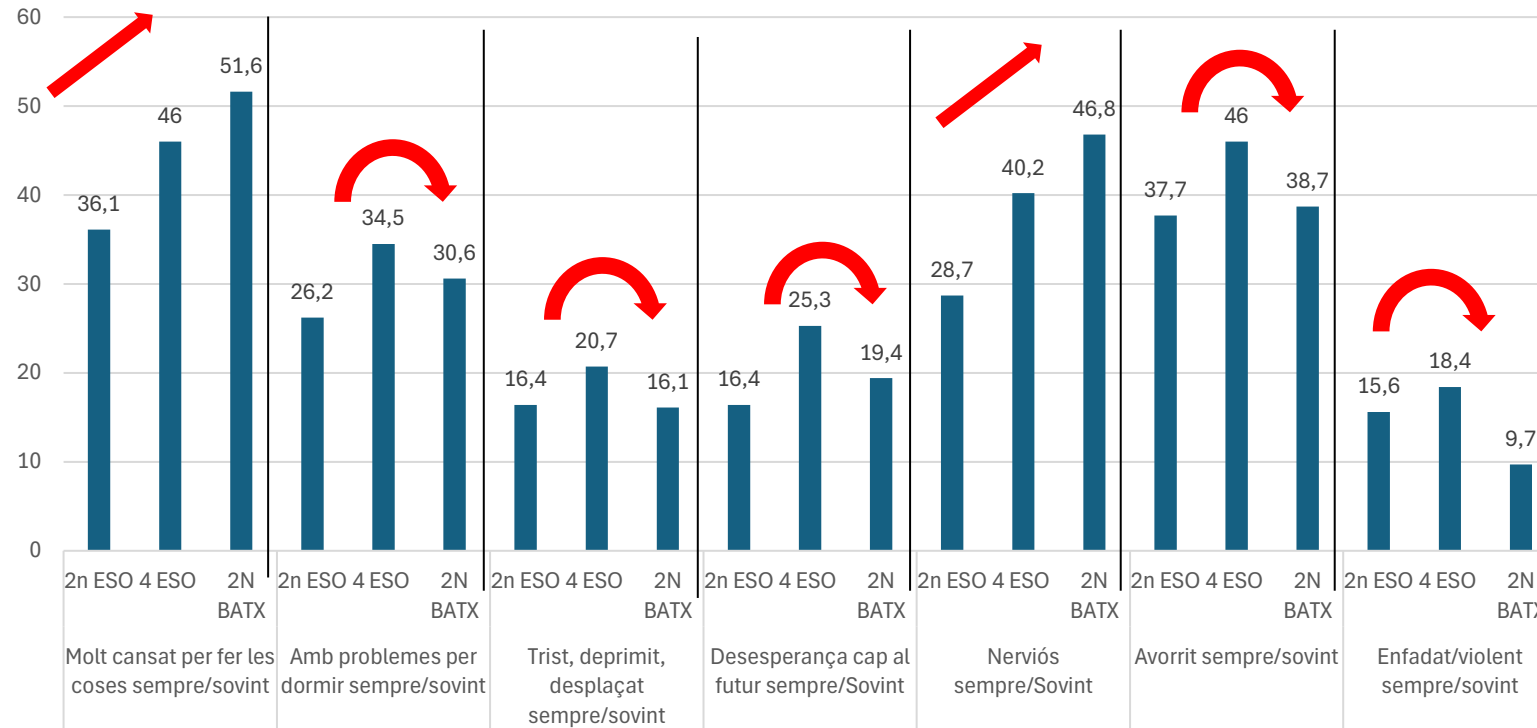


Has pensat que et vols morir



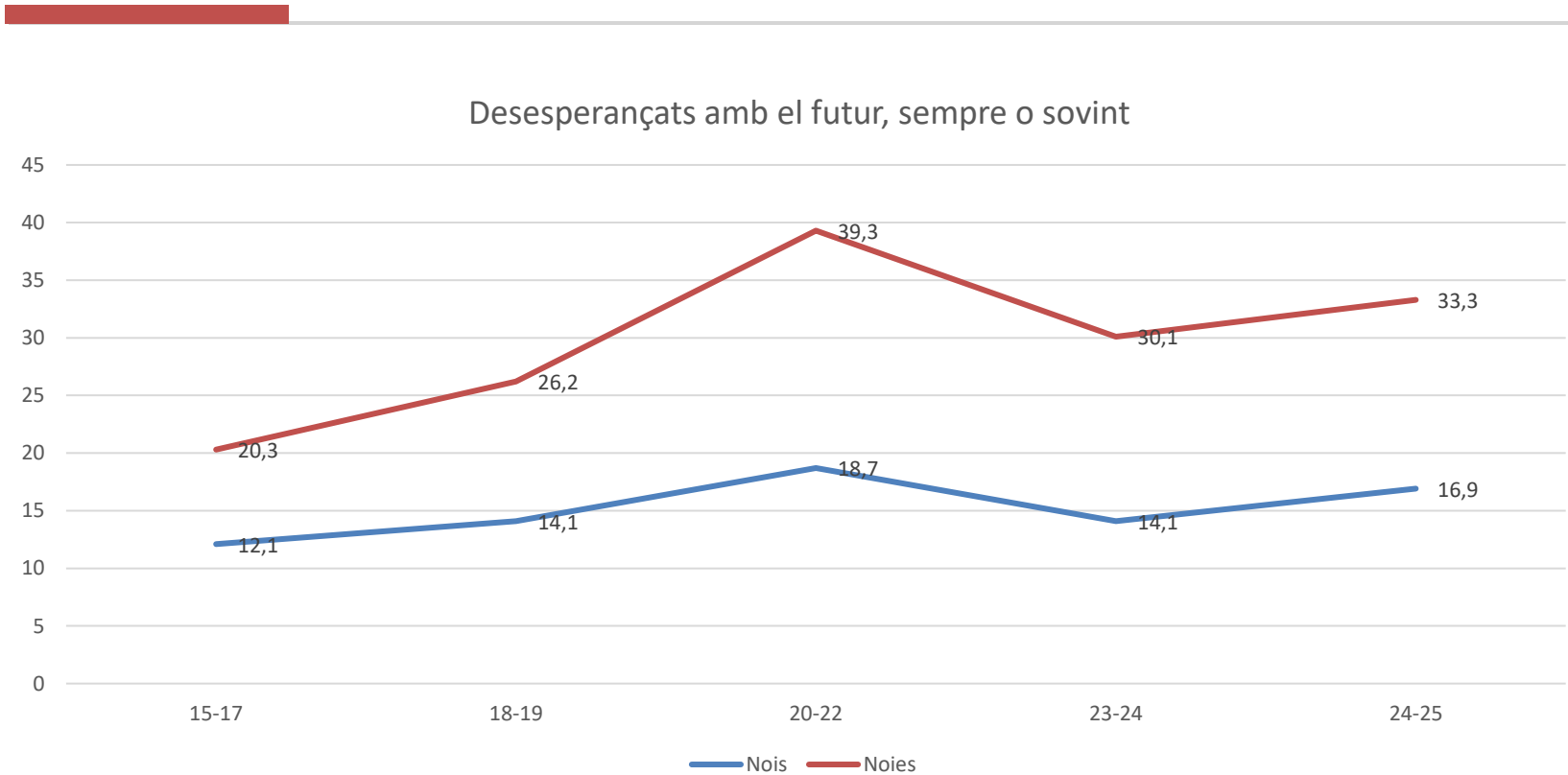
Components estat anímic segons classe

Malestars / estressors sempre o sovint segons classe; any 2023-24

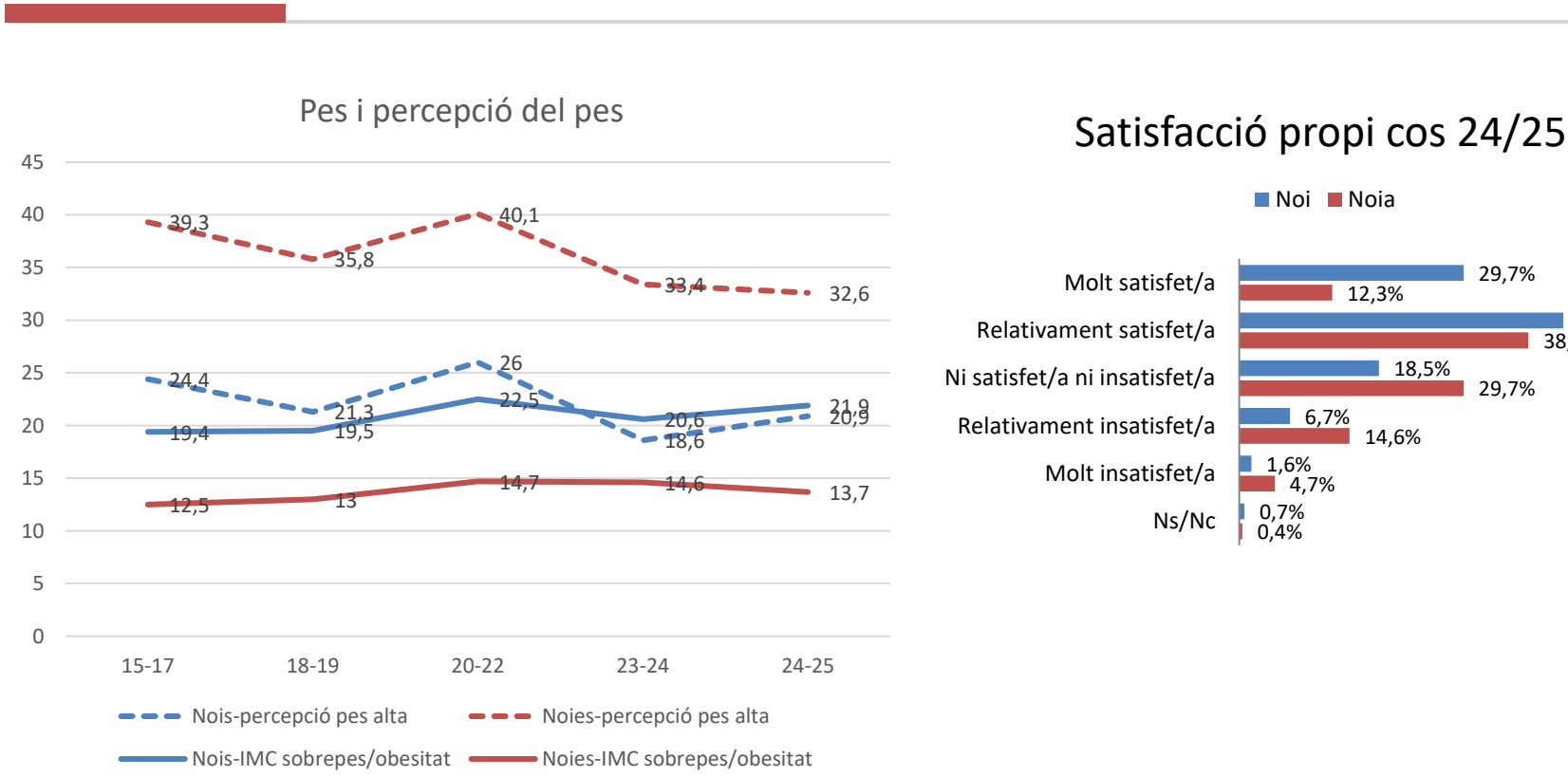


Curs 2023-2024; anàlisi d'una comarca

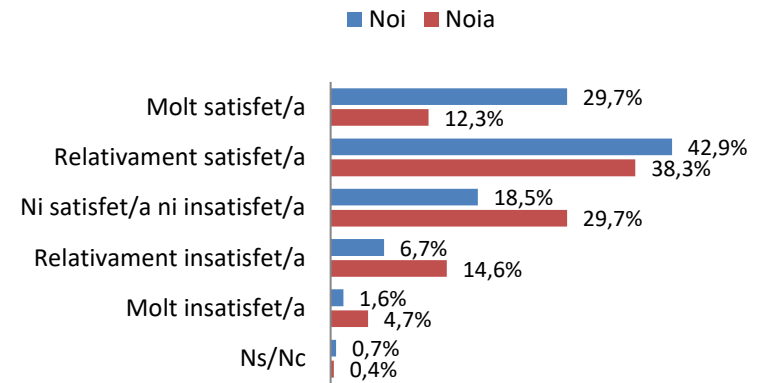
Desesperança vers el futur



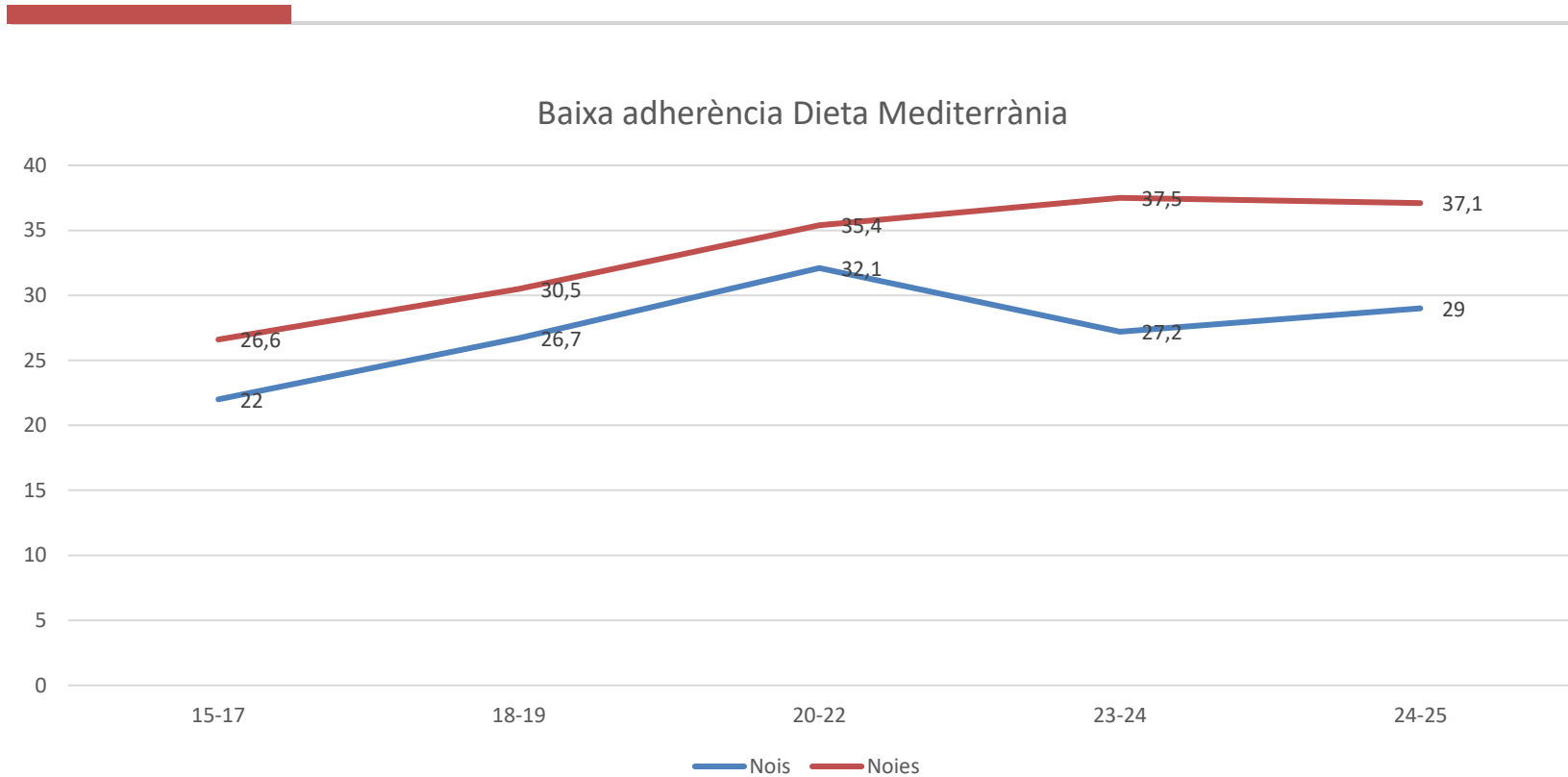
Pes (IMC) i percepció del pes



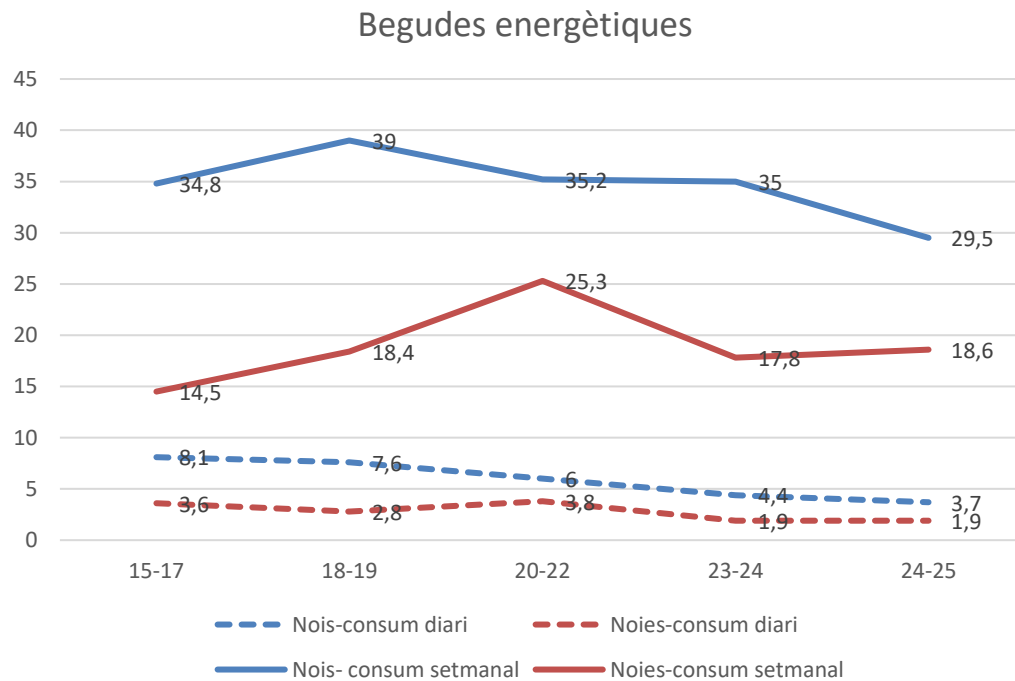
Satisfacció propi cos 24/25



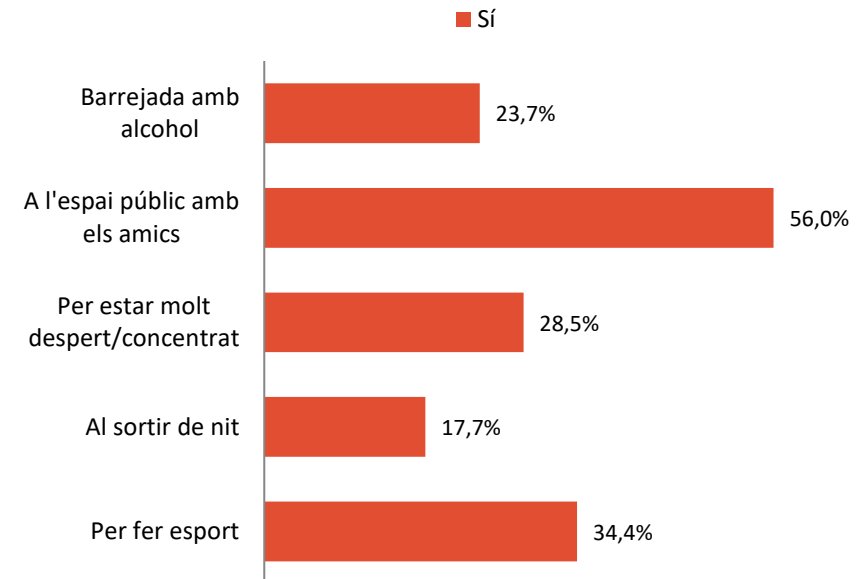
Adherència Dieta Mediterrània



Begudes energètiques

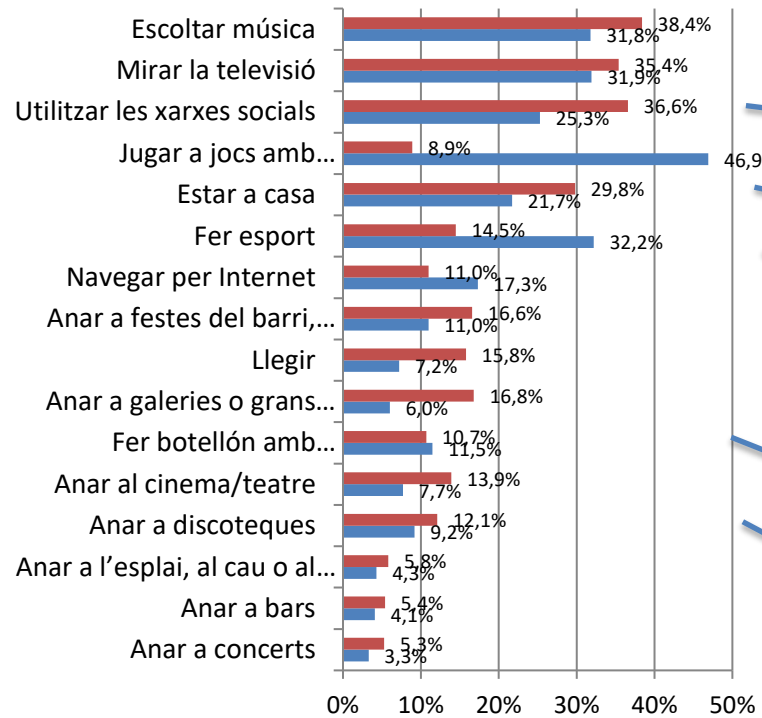


Context begudes energètiques

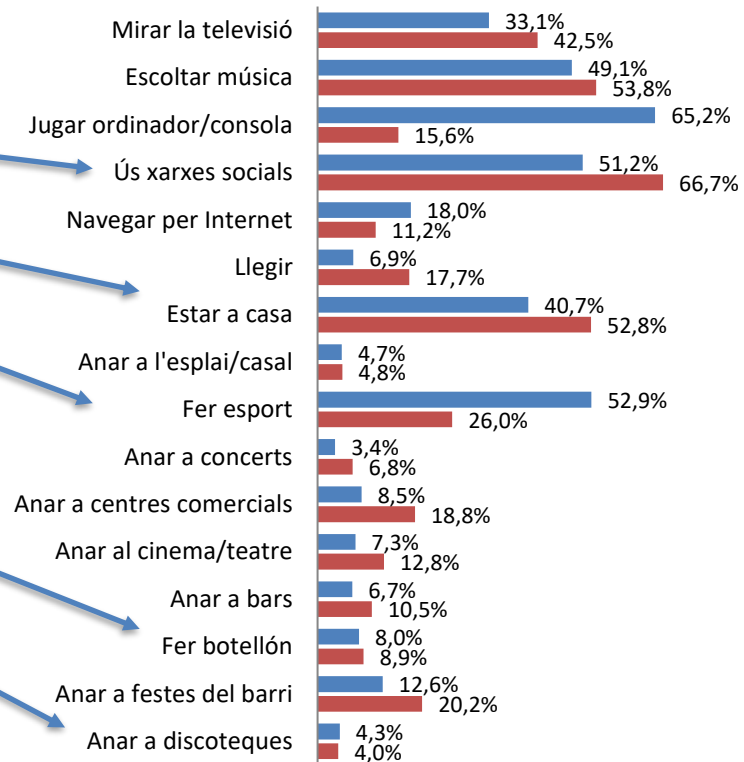


Oci preferit en caps de setmana

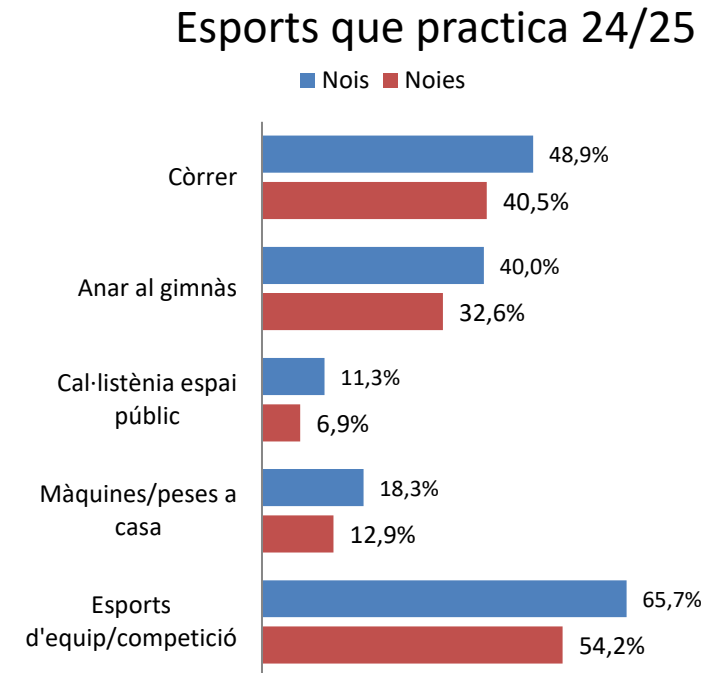
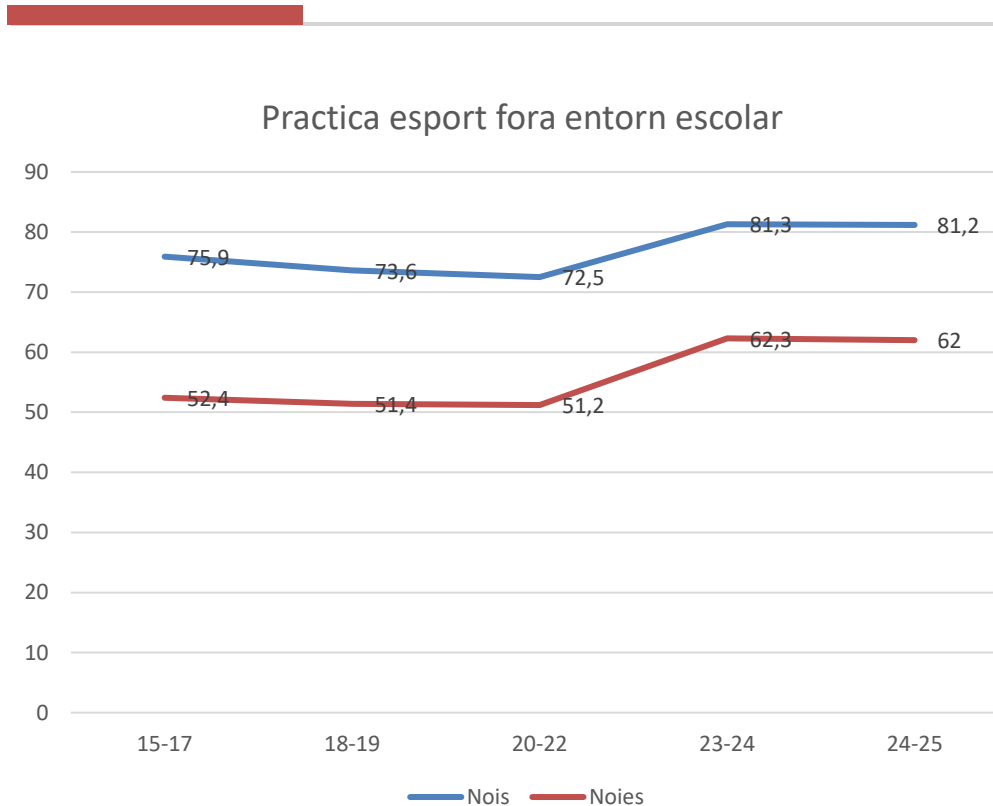
Activitats preferides cap de setmana
2015-17



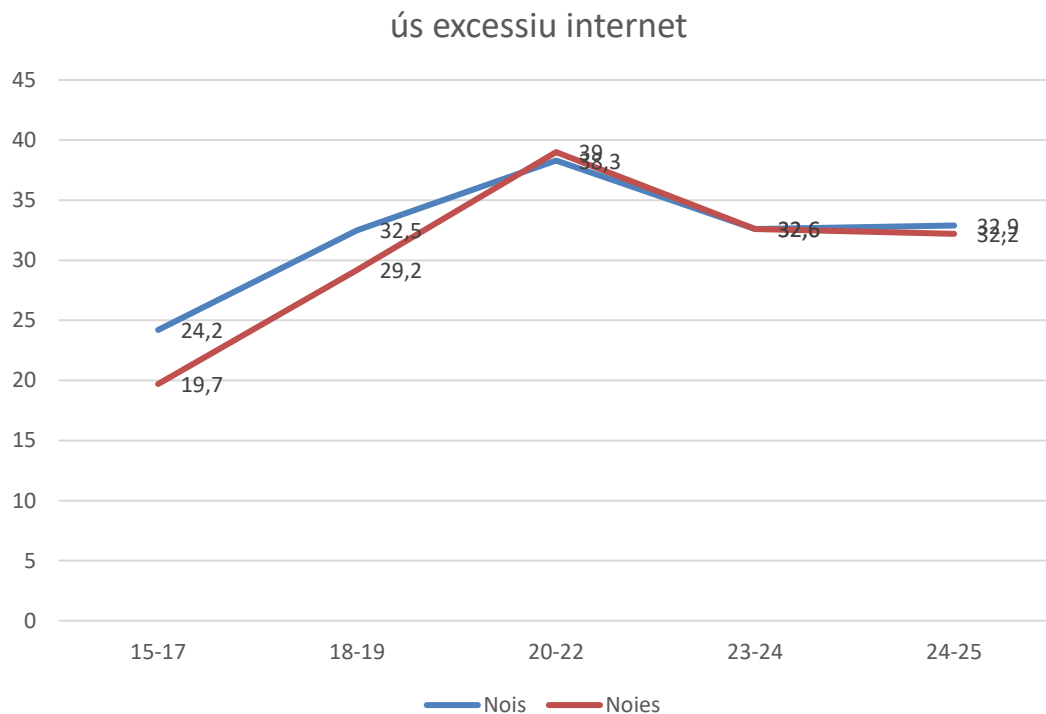
Activitats preferides
cap de semana curs 24-25



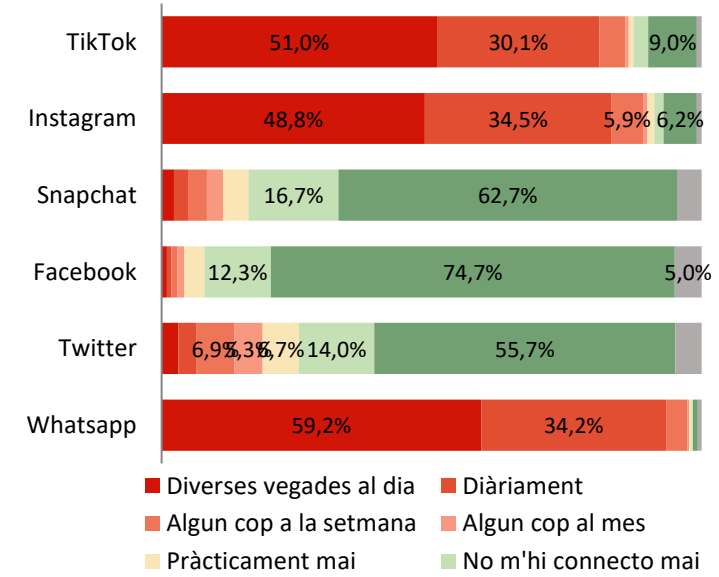
Practica esport fora de l'entorn escolar



Ús excessiu d'internet habitual

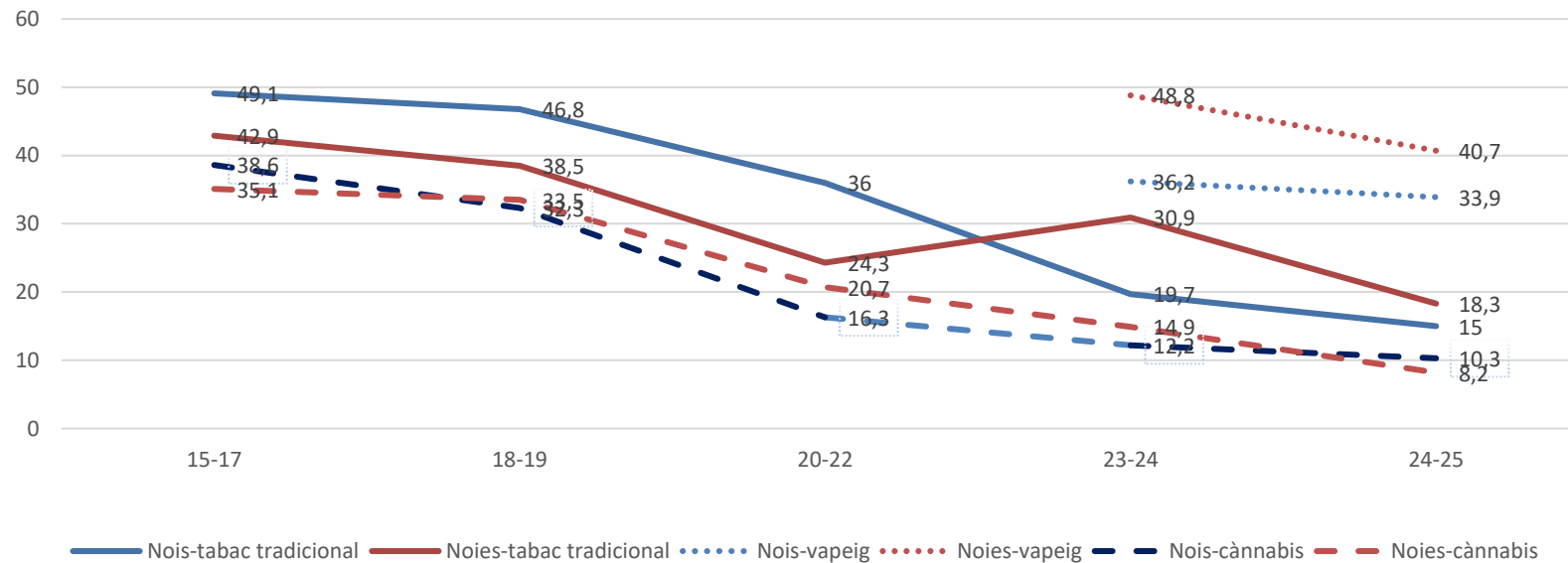


Ús xarxes socials 24/25

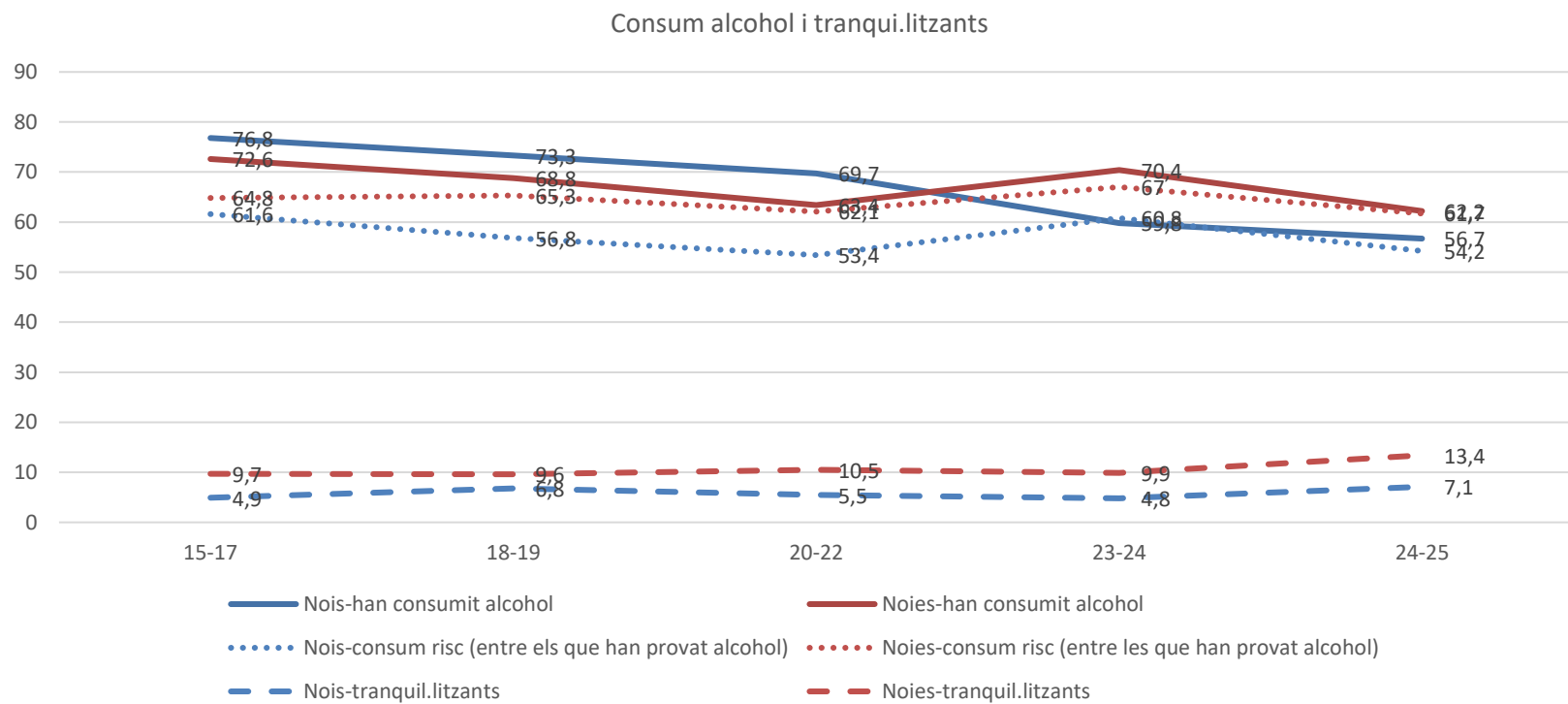


Tabac, vapeig, cànnabis

% Consum tabac, vapeig o cànnabis alguna vegada en adolescents 4t d'ESO



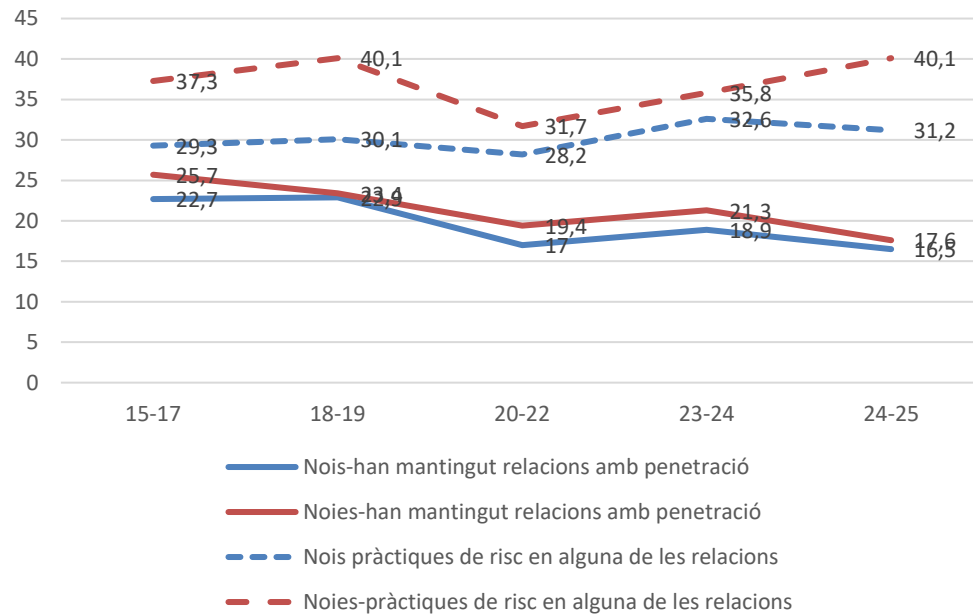
Alcohol i tranquil.litzants



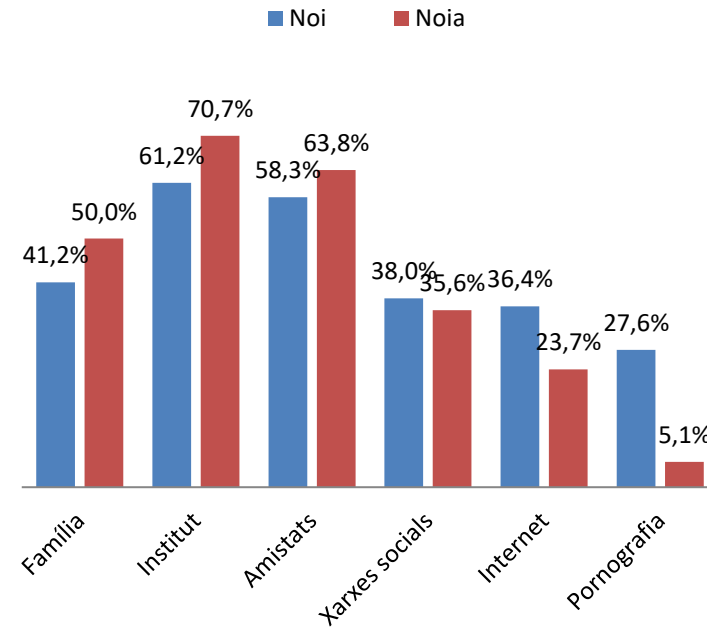
Sexualitat (relacions amb penetració)



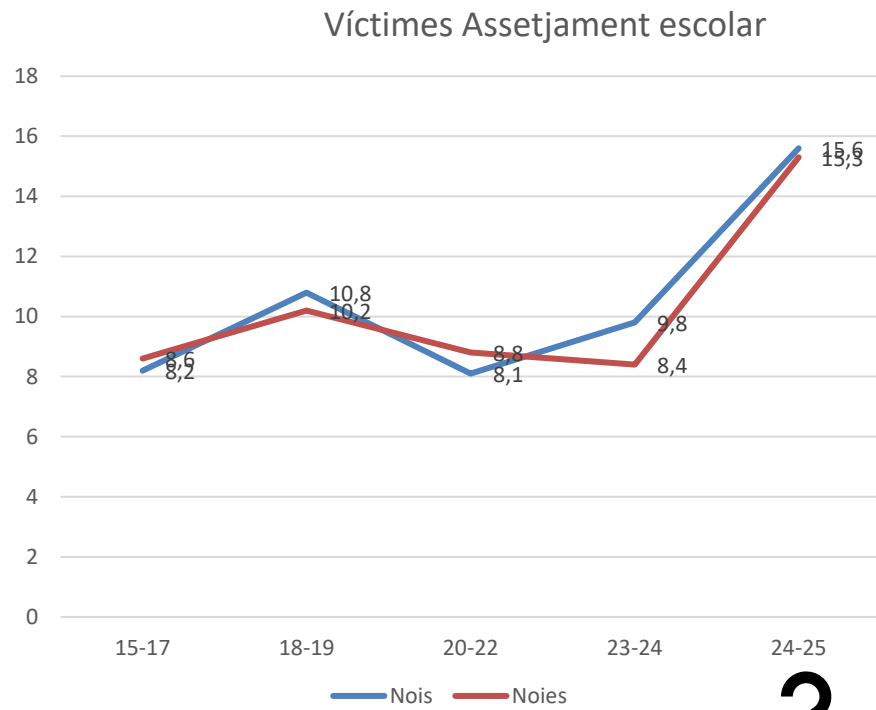
Relacions sexuals amb penetració i pràctiques de risc



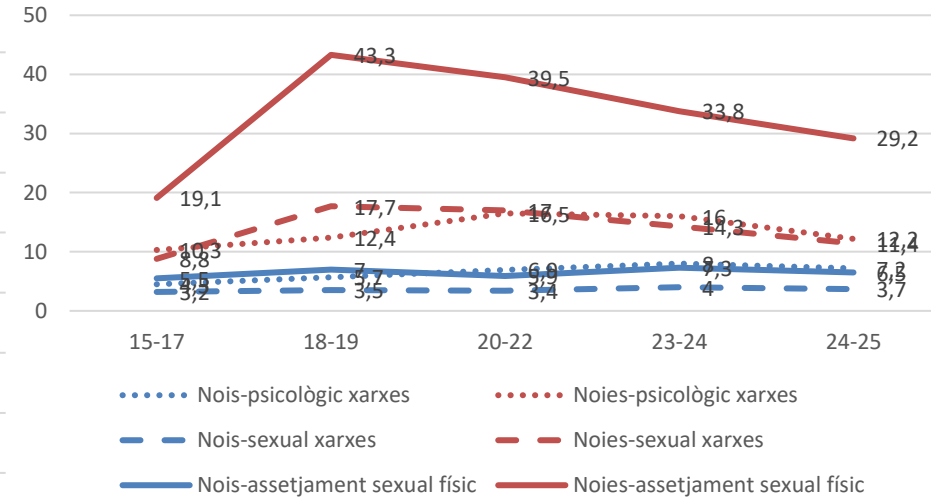
D'on aprèn sobre sexualitat?
24/25



Assetjaments



Assetjaments més enllà entorn escolar: sexual presencial; sexual en xarxes; psicològic en xarxes



Què veurem

- Tendències i reptes en:
 - Salut autopercebuda
 - Estat anímic
 - Alimentació
 - Esports
 - Pantalles i xarxes
 - Substàncies tòxiques
 - Sexualitat
 - Assetjaments

I ara què...

El cas de la COVID

Nous temes emergents

Interès en la informació

Algunes conclusions

COVID, vivència i restriccions

*El 53,2% dels nois i el 58,3% de les noies van declarar haver passat la COVID-19 confirmat amb un test (una o varies vegades) en els cursos 2022-23 i 2023-24

*Els canals més fiables per informar-se sobre la pandèmia han estat, per aquest ordre, les autoritats sanitàries, el que diuen a casa i l'institut. S'observa menys confiabilitat o confiança en la informació que reben per les xarxes o dels amics.

*Impacte de les restriccions (fins el març 2022). Diferències segons nois/noies:

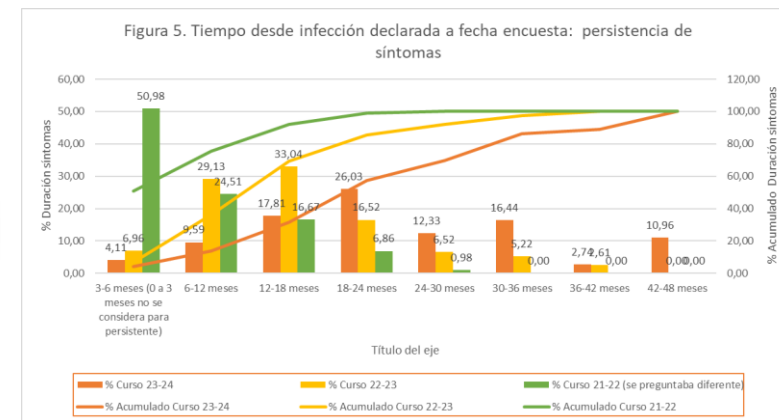
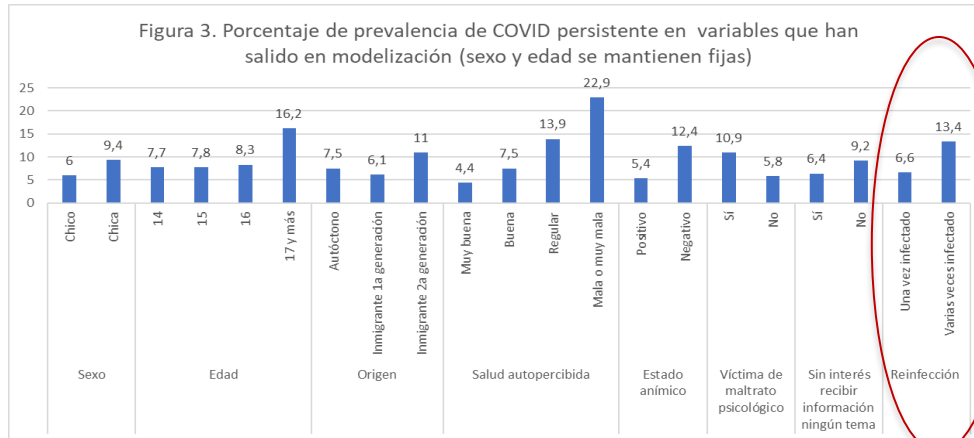
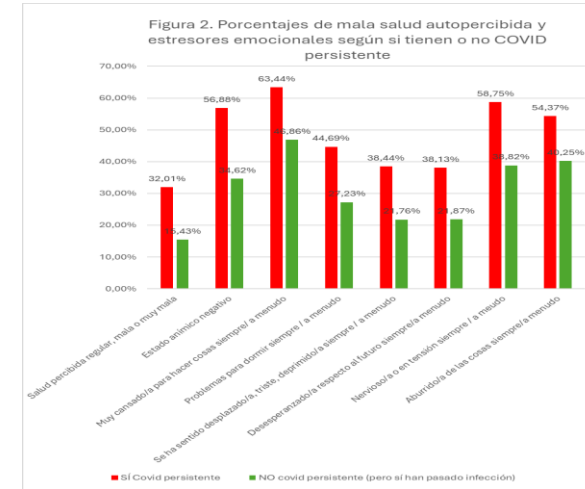
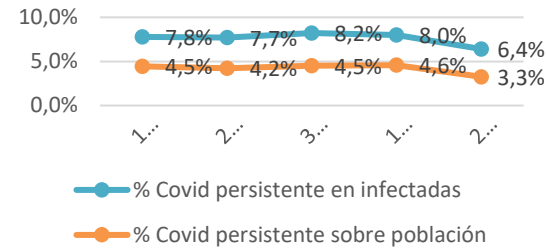
- ▶ Les noies expressen una vivència emocional del confinament molt pitjor que la dels nois, de manera que doblen o més que doblen els percentatges dels nois en la freqüència de les situacions de malestar emocional (estrès, menys energia, avorriment, ansietat, sensació d'aïllament...).
- ▶ Les noies se senten molt pitjor que els nois respecte d'abans de la pandèmia: angoixa de cara al futur (63,5 % vs. 43,3 %), ansietat (51,5 % vs. 23 %), dificultat de concentració (49,2 % vs. 30,3 %) i irritabilitat amb la família (33,5 % vs. 19,5 %).
- ▶ Les noies s'han adaptat pitjor que els nois als canvis generats per la pandèmia. El 51,2 % s'hi han adaptat d'una manera regular o malament.
- ▶ Les noies han estat més complidores amb les mesures preventives i mostren més preocupació per contagiar-se i per contagiar que els nois

I la COVID persistente?

Tabla 2. Presencia de principales síntomas en población COVID persistente

Síntomas o complicaciones	N	Porcentaje
Más cansancio en general	155	46,83
Más dificultad al respirar	126	38,07
Dolor de cabeza	110	33,23
Más dificultad para concentrarse y/o realizar	104	31,42
Más dificultad al hacer esfuerzos o deporte	91	27,49
Pérdida/disminución gusto y/o olfato	69	20,85
Dolores musculares	68	20,54
Tos o síntomas febriles continuados	60	18,13
Otros (con respuesta abierta)	30	9,06

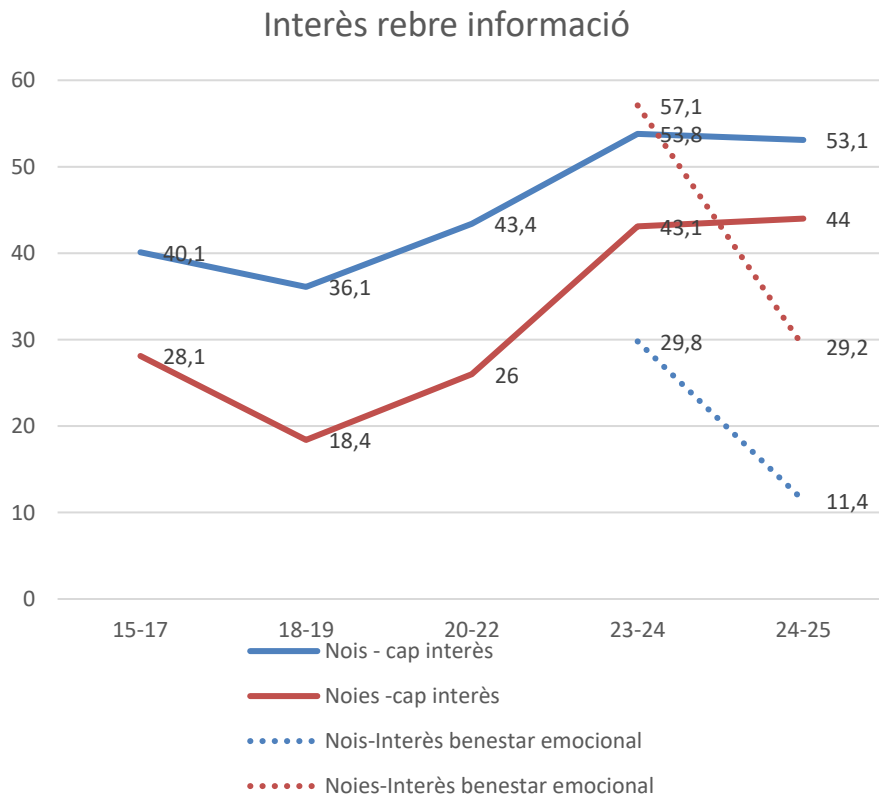
Fig 4 Evolución temporal % covid persistente por trimestres



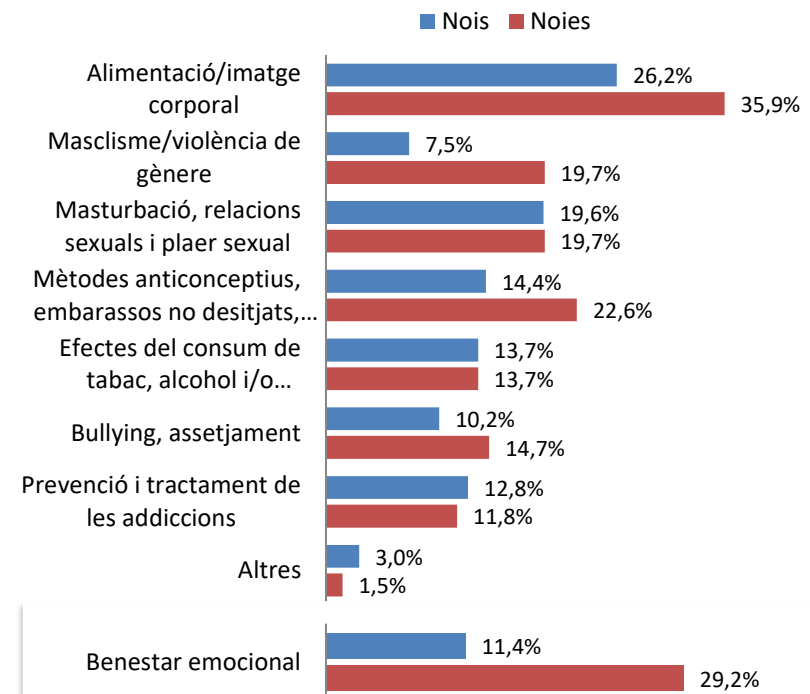
Nous reptes (dades 24-25)

- Soledat no desitjada: 10,8 % dels nois i 21,2% de les noies s'hi senten sempre o sovint
- Entre les noies, el 29,5% s'ha auto-lesionat alguna vegada i el 41,1% ha tingut pensaments suïcides
- Entre els nois, en l'últim mes el 9,8% ha jugat a jocs d'atzar online i el 7,9% ha fet apostes esportives online
- Descans: el 13,6% dels nois, i el 21,6% de les noies dormen menys de 7 hores.
- Gas del riure: el 3,5% l'ha provat alguna vegada
- Pornografia:
 - El 69,3% dels nois i el 27,6% de les noies ha consumit pornografia.
 - D'aquests, el 18% ho ha fet per primera vegada amb 10 anys o menys.
 - 42% hi arriba via amistats, 25% buscant activament, 21% accidentalment

Interès en rebre informació



Temes d'interés 24/25



Resum i conclusions temàtiques



***Estat anímic:** tendència a l'empitjorament, malgrat rebot post-pandèmic



***Alimentació :** estabilitat al comparar grups, els canvis es produeixen dins la cohort



***Esport:** creix pràctica



***Internet i pantalles:** hem assolit el "peak" d'ús excessiu?



***Tabac i cànnabis:** Descens molt pronunciats, seguint tendència general



***Consum de risc d'alcohol:** baixada inici consum; estabilització patrons de risc



***Tranquil.litzants:** ús estabilitzat (noies doblen nois)



***Sexualitat:** augment moderat pràctiques de risc en el temps; baixada empoderament i opinions sobre preservatiu



***Assetjaments:** estabilitat en l'escolar; entre grups; certa caiguda a 2n Batxillerat



***Interès rebre informació:** Desinterès creixent

Algunes conclusions generals

- *La pandèmia ha impactat fortament en alguns indicadors (estat anímic, patrons d'oci,...) i després del moment emergència (del 2021 al 2023) s'observa retorn a anterior tendència. Resiliència. I flexibilitat.
- *Les desigualtats segons sexe/gènere són persistents i també estables entre cohorts.
- * Les desigualtats segons nivell socioeconòmic familiar també són persistents. A major NSE millors indicadors de salut en gairebé tots els aspectes: autopercebuda, anímic, oci, alimentació, sexualitat, assetjaments, entorn...
- *Ni tot empitjora amb l'edat, ni cada generació va a pitjor. Importància mirada dinàmica, polièdrica i de la complexitat.
- *Moment "4 ESO" sovint crític. Atenció a salt entre 2n ESO i 4t ESO. Salt a 2n batxillerat en alguns casos rebot a valors més saludables. Important per intervencions en entorn escolar; no tant poblacionals (ja que 2n BATX pèrdua alumnes).
- *Observem molts canvis, per exemple estat anímic. En evolució temporal, en cohort i en comparar cursos. Important tenir present per a les intervencions.

“Els adolescents ja no són com abans”

- ...Els i les adolescents d'ara no són ni millors ni pitjors que els d'anteriors generacions. La crítica nostàlgica a com de malament estan ara i lo idíl·lic de fa dècades ni és justa ni ajuda. Hi ha molts aspectes que milloren, i apareixen nous reptes que si no estem atents ens queden invisibles....
- ...Veiem com ha augmentat la pràctica esportiva, o com han disminuït els consums de substàncies tòxiques, i alhora ens preocupa l'empitjorament sostingut de l'estat anímic en especial en noies, o com pantalles i xarxes ocupen massa temps, espai i energia...
- ...la pandèmia ho ha trastocat tot? Sí i no... durant el període d'emergència pandèmica molts aspectes van empitjorar, en especial aquells relacionats amb el benestar emocional, però uns anys després observem una forta resiliència, amb la majoria d'indicadors tornant a la tendència que presentaven abans de la pandèmia...
- ...Ens queixem que no els interessin les xerrades sobre salut, però quan posem atenció veiem que els nous formats capturen la seva atenció i som capaços de connectar-hi....

Tot això no hagués estat possible sense l'enorme implicació i dedicació de:

- ✓ Els i les adolescents participants,
- ✓ El professorat i responsables dels centres,
- ✓ El personal tècnic i responsables polítics dels ajuntaments
- ✓ Tota la comunitat científica que es preocupa per la salut jove...i
- ✓ Molts i molts professionals i responsables de la Diputació

Salut Up ;)

Salut i adolescents: 10 anys en xifres (2015-2025)

Evolució dels hàbits i tendències en l'alumnat de 4t d'ESO a la demarcació de Barcelona

camprubicl@diba.cat
ssp.enquestasalut@diba.cat