

# ÍNDICE DE CONTENIDOS

---

RESUMEN EJECUTIVO .....	1
<b>1. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>6</b>
<b>1.1. FUNDAMENTACIÓN, HISTORIA Y DESCRIPCIÓN DEL ESTUDIO HBSC.....</b>	<b>7</b>
<b>1.2. LOS Y LAS ADOLESCENTES QUE HAN PARTICIPADO EN EL ESTUDIO HBSC-2022 REALIZADO EN ESPAÑA .....</b>	<b>10</b>
<b>1.3. PROCEDIMIENTO E INSTRUMENTOS EMPLEADOS EN EL ESTUDIO HBSC-2022 .....</b>	<b>12</b>
<b>2. ESTILOS DE VIDA .....</b>	<b>15</b>
<b>2.1. HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN .....</b>	<b>16</b>
2.1.1. Frecuencia de desayuno .....	17
2.1.2. Consumo de fruta.....	21
2.1.3. Consumo de verdura .....	24
2.1.4. Consumo de dulces .....	26
2.1.5. Consumo de bebidas energéticas.....	28
2.1.6. Consumo de refrescos u otras bebidas azucaradas .....	30
2.1.7. Consumo de refrescos sin azúcar .....	32
<b>2.2. CONTROL DE PESO E IMAGEN CORPORAL .....</b>	<b>34</b>
2.2.1. Índice de Masa Corporal .....	35
2.2.2. Hacer dieta para controlar el peso/volumen.....	39
2.2.3. Percepción de la imagen corporal .....	41
2.2.4. Satisfacción con la imagen corporal .....	43
<b>2.3. CEPILLADO DENTAL .....</b>	<b>45</b>
2.3.1. Frecuencia de cepillado dental.....	46
<b>2.4. HORAS DE SUEÑO .....</b>	<b>48</b>
2.4.1. Horas de sueño entre semana .....	49
2.4.2. Horas de sueño en fin de semana.....	51
<b>2.5. ACTIVIDAD FÍSICA .....</b>	<b>53</b>
2.5.1. Actividad física moderada a vigorosa .....	54
2.5.2. Actividad física vigorosa .....	56
<b>2.6. CONSUMO DE DROGAS .....</b>	<b>58</b>
2.6.1. Consumo de alcohol.....	59
2.6.2. Episodios de embriaguez.....	61
2.6.3. Consumo de tabaco .....	63
2.6.4. Consumo de cigarrillos electrónicos .....	65
2.6.5. Consumo de cachimba .....	67
2.6.6. Consumo de cannabis.....	69

2.6.7. Consumo de drogas ilegales distintas al cannabis .....	71
2.6.8. Edad de inicio en el consumo de alcohol.....	73
2.6.9. Edad de inicio en los episodios de embriaguez.....	75
2.6.10. Edad de inicio en el consumo de tabaco .....	77
<b>2.7. CONDUCTA ANTISOCIAL .....</b>	<b>79</b>
2.7.1. Prevalencia de participación en conductas antisociales.....	80
<b>2.8. CONDUCTA SEXUAL.....</b>	<b>83</b>
2.8.1. Relaciones sexuales coitales.....	84
2.8.2. Tipo de método anticonceptivo: preservativo .....	86
2.8.3. Tipo de método anticonceptivo: píldora anticonceptiva .....	88
2.8.4. Uso exclusivo de la “marcha atrás” en la última relación sexual coital .....	90
2.8.5. Edad de inicio en las relaciones sexuales coitales .....	92
2.8.6. Embarazos.....	94
2.8.7. Píldora “del día después” .....	96
<b>2.9. LESIONES .....</b>	<b>98</b>
2.9.1. Frecuencia de lesiones .....	99
<b>2.10. SALUD PLANETARIA .....</b>	<b>101</b>
2.10.1. Acuerdo con la necesidad de una regulación con leyes más estrictas para proteger el medio ambiente .....	102
2.10.2. Cambios realizados en los estilos de vida con el fin de proteger el medio ambiente .....	104
2.10.3. Percepción de que la propia familia es respetuosa con el medioambiente .....	106
<b>2.11. EXPECTATIVAS DE PARTICIPACIÓN SOCIAL .....</b>	<b>108</b>
2.11.1. Expectativas sobre si realizarán un voluntariado para ayudar a las personas necesitadas .....	109
2.11.2. Expectativas sobre si participarán en actividades relacionadas con la salud y la seguridad de su comunidad .....	111
2.11.3. Expectativas sobre si trabajarán en grupo para resolver algún problema de la comunidad donde viven .....	113
<b>2.12. INFORMACIÓN SOBRE ASUNTOS POLÍTICOS Y SOCIALES A TRAVÉS DE LA TV Y DE LOS DEBATES CON LA FAMILIA Y LAS AMISTADES .....</b>	<b>115</b>
2.12.1. Frecuencia con la que hablan sobre asuntos políticos y sociales con familiares .....	116
2.12.2. Frecuencia con la que hablan sobre asuntos políticos y sociales con las amistades.....	118
2.12.3. Frecuencia de visionado de televisión como medio para informarse de noticias nacionales e internacionales .....	120
<b>3. CONTEXTOS DE DESARROLLO .....</b>	<b>122</b>
<b>3.1. FAMILIA .....</b>	<b>123</b>
3.1.1. Estructura familiar.....	124
3.1.2. Comunicación familiar.....	125
3.1.3. Apoyo familiar .....	127
3.1.4. Satisfacción familiar .....	129
<b>3.2. IGUALES Y PAREJA .....</b>	<b>131</b>
3.2.1. Apoyo de las amigas y los amigos.....	132
3.2.2. Satisfacción con los amigos y las amigas .....	134

3.2.3. Tener pareja sentimental .....	136
3.2.4. Duración de la relación de pareja .....	138
<b>3.3. ACOSO ENTRE IGUALES O BULLYING .....</b>	<b>140</b>
3.3.1. Victimización .....	141
3.3.2. Participación en acoso .....	144
3.3.3. Víctima de <i>ciberbullying</i> o ciberacoso .....	146
3.3.4. Participación en <i>ciberbullying</i> o ciberacoso .....	149
<b>3.4. ESCUELA.....</b>	<b>151</b>
3.4.1. Apoyo de los compañeros y compañeras .....	152
3.4.2. Apoyo del profesorado .....	154
3.4.3. Disponibilidad de al menos un profesor o una profesora si se necesita ayuda .....	156
3.4.4. Satisfacción con las relaciones con los compañeros y compañeras .....	158
3.4.5. Satisfacción con las relaciones con el profesorado .....	160
3.4.6. Estrés escolar.....	162
3.4.7. Gusto por la escuela.....	164
<b>3.5. VECINDARIO .....</b>	<b>166</b>
3.5.1. Calidad del vecindario.....	167
3.5.2. Satisfacción con el vecindario .....	169
<b>3.6. COMUNICACIÓN SOCIAL A TRAVÉS DE MEDIOS ELECTRÓNICOS.....</b>	<b>171</b>
3.6.1. Frecuencia/Intensidad de uso de medios de comunicación electrónicos en las relaciones sociales .....	172
3.6.2. Uso problemático de los medios de comunicación electrónicos.....	175
<b>4. SALUD Y BIENESTAR.....</b>	<b>178</b>
<b>4.1. SALUD Y BIENESTAR.....</b>	<b>179</b>
4.1.1. Percepción de salud .....	180
4.1.2. Malestar psicosomático .....	182
4.1.3. Satisfacción vital .....	184
4.1.4. Bienestar emocional.....	186
4.1.5. Soledad .....	188