



GÉNERO, VIVENCIAS Y PERCEPCIONES  
SOBRE LA SALUD  
Informe de resultados

---

**Autoría:** Eusebio Megías, Elena Rodríguez, Juan Carlos Ballesteros, Anna Sanmartín y Daniel Calderón.

**Como citar este texto:** Megías, E.; Rodríguez, E.; Ballesteros, J. C.; Sanmartín, A. y Calderón, D. (2021). Género, vivencias y percepciones sobre la salud: Informe de resultados. Madrid. Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fad.

**DOI:** [10.5281/zenodo.4767065](https://doi.org/10.5281/zenodo.4767065)

**ISBN:** 978-84-17027-58-2

- I. Objetivos del estudio
  - II. Metodología y muestra
  - III. Comparación. Antes y durante la pandemia
  - IV. Análisis de resultados
    - 1. Determinantes materiales
    - 2. Determinantes relacionales
    - 3. Identidades sexuales y vivencias de género
    - 4. Salud general
    - 5. Bienestar y malestar psicológico
  - V. Principales hallazgos
- ANEXO. Características sociodemográficas de la muestra

# I.OBJETIVOS DEL ESTUDIO

# Objetivos

---

*Género, vivencias y percepciones sobre la salud* se trata de un estudio sociológico de investigación sobre percepciones, vivencias y conductas que reflejan el estado de salud, bienestar y malestar de la población joven, sin pretender desvelar y definir diagnósticos médicos, psicológicos o psiquiátricos. Principalmente, los objetivos de esta investigación abordan los siguientes temas, siempre enfocados desde una perspectiva de género:

- Explorar situaciones estructurales y factores de riesgo de carácter social y contextual.
- Estudiar las características y diferencias de estas vivencias en las personas que las sufren y el manejo que hacen de las mismas.
- Analizar las vivencias de bienestar y malestar, las repercusiones afectivas y comportamentales de esas vivencias, las somatizaciones y los trastornos funcionales, y las manifestaciones de desajuste en el estado de ánimo y en el equilibrio emocional entre los y las jóvenes.

# Enfoque

Se ha empleado un **enfoque integrador**, centrándose en las diferencias por género de las vivencias de salud, bienestar y malestar, a partir de los siguientes **determinantes de la salud**

## DETERMINANTES ESTRUCTURALES

*Relacionados con el contexto social como posible factor de influencia de las percepciones sobre salud subjetiva*

- ✓ **Condiciones vitales:** núcleo familiar y tipología del mismo, medio rural o urbano
- ✓ **Condiciones relacionales:** redes de apoyo, relaciones con familiares y amigos
- ✓ **Condiciones materiales:** recursos económicos, renta
- ✓ **Condiciones laborales:** actividad o paro

## DETERMINANTES INTERMEDIOS

*Relacionados con estilos de vida y conductas propias o de terceros con potencial afectación sobre la salud y el bienestar físico o psicológico*

- ✓ **Orientación sexual y vivencias de la misma**
- ✓ **Percepciones sobre discriminación**
- ✓ **Experiencias de violencia y acoso**
- ✓ **Sensación de soledad**
- ✓ **Personas con las que se comparten problemas**

## DETERMINANTES SUBJETIVOS

*Esencialmente, se trata de dirimir en este apartado las relaciones con el cuerpo y la salud de los y las jóvenes*

- ✓ **Percepciones individuales acerca de estado de salud y estado físico**
- ✓ **Escalas de exploración de bienestar subjetivo**
- ✓ **Percepciones sobre la propia imagen**

## DETERMINANTES FINALES

*Indicadores objetivados que miden el estado y condiciones de salud de las personas*

- ✓ **Dietas**
- ✓ **Visitas a servicios médicos,**
- ✓ **Consumo de medicamentos (con o sin receta)**
- ✓ **Bienestar o malestar psicológico**
- ✓ **Trastornos experimentados**
- ✓ **Ideas de suicidio**

## II. METODOLOGÍA Y MUESTRA

# Ficha Técnica

---

## UNIVERSO

Hombres y Mujeres entre los 18 y 29 años, residentes en todo el territorio nacional

## DISEÑO MUESTRAL

Tamaño muestra prevista. N=1200; Tamaño Muestra final: 1200 entrevistas

Selección de la muestra entrevistada: Panel on-line, con autoselección.

Afijación proporcional según:

**Cuotas de edad:** Entre 18-19, 20-24 y 25-29 años.

**Nivel de estudios terminados:** Hasta Secundaria Obligatoria (ESO, PCPI); Secundaria post-obligatoria (Bachillerato, FP II) y Superiores Universitarios.

Error muestral: asumiendo MAS y  $p=q=0,50$  y con el nivel de confianza del 95,5%, el error para los datos globales es del +2,8%

## REALIZACIÓN CAMPO

Julio de 2020



# III. COMPARACIÓN ANTES Y DURANTE LA PANDEMIA

# Comparación. Antes y durante la pandemia

## ¿Cómo ha afectado la pandemia a las condiciones de vida de los y las jóvenes?

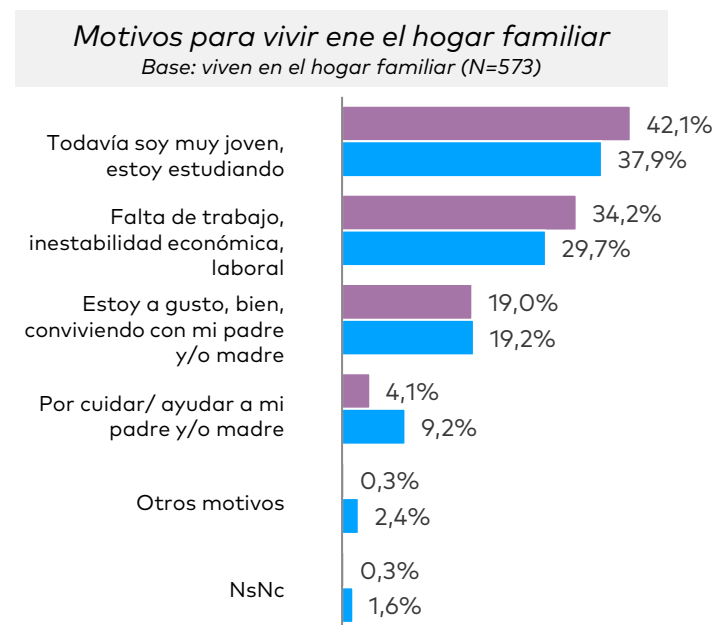
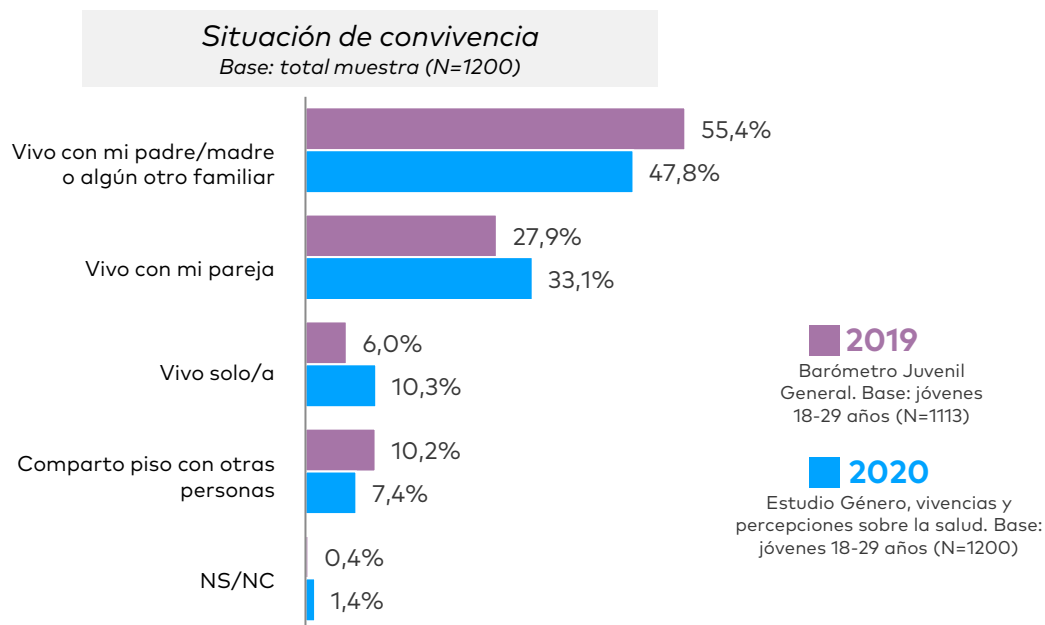
- La pandemia ocasionada por **el coronavirus ha trastocado significativamente la vida de los y las jóvenes**. En términos de convivencia, durante la pandemia ha aumentado significativamente la proporción de jóvenes que han pasado el confinamiento **solos/as (10,3%) o con su pareja (33,1%)**, mientras que se ha reducido la proporción de quienes comparten piso (del 10,2% al 7,4%). Aun así, la situación de convivencia más común, entre los 18 y 29 años, continúa siendo el hogar familiar (47,8%), debido principalmente a la continuación de los estudios y la falta de seguridad económica y laboral para poder emanciparse.
- La convivencia forzada con la familia y pareja, en muchos casos, y la imposibilidad de relacionarse con las amistades de manera presencial, ha influido en una **reducción significativa de la satisfacción con las relaciones interpersonales de los y las jóvenes**: bajan de los 7 puntos (en una escala de 0 a 10) entre 2019 y 2020. Sin embargo, la satisfacción con la familia y las amistades continúa por encima de la satisfacción con los estudios (6,65) y la situación económica (5,35).
- Un aspecto especialmente preocupante son las **experiencias de violencia o acoso en la pareja**, que se han agravado especialmente durante la pandemia, afectando a más de 3 de cada 5 jóvenes. Principalmente, **han aumentado las situaciones de control** de la actividad (25,7%), el teléfono móvil (24,2%) y de las personas con las que se relacionan los y las jóvenes (16,1%).

## Y en el ámbito de su salud física y emocional, ¿qué conclusiones podemos extraer?

- En líneas generales, la percepción juvenil sobre su **estado de salud es bastante buena**, mostrándose una significativa **preocupación por la imagen que proyectan a los demás** que, además, se ha incrementado ligeramente durante la pandemia. La forma física, por otro lado, es valorada de manera "aceptable" por el 40,1% de los y las jóvenes, con muy pocos cambios entre 2019 y 2020.
- La realización de **dietas de adelgazamiento**, por su parte, se ha incrementado ligeramente en el momento de la desescalada del primer confinamiento, de forma que un 12,6% de jóvenes está realizando una dieta actualmente, siendo los motivos principales la salud (48,9%) y verse mejor estéticamente (46,5%).
- En el ámbito emocional, la excepcionalidad pandémica ha afectado al **estado anímico de la juventud**, aumentando significativamente sus fuentes de estrés: destaca particularmente el estrés con el **trabajo/estudios** (6,12) y con la **situación económica** (5,78).
- Un aspecto positivo del confinamiento es la **reducción de la sensación de soledad** entre la juventud: prácticamente un 30% de jóvenes no se han sentido solos/as, cuando en 2019 este porcentaje era la mitad. Sin embargo, si comparamos las experiencias emocionales de la juventud antes de la primera ola (marzo) y después (julio), vemos un **aumento considerable de las sensaciones negativas**, destacando la **incertidumbre** (28,9%), la **ansiedad** (22,6%) y el **desánimo** (16,9%). Entre las emociones positivas, sigue manteniéndose la **esperanza** (26,8%) y la **felicidad** (25,0%) como sensaciones más extendidas.

## SITUACIÓN DE CONVIVENCIA

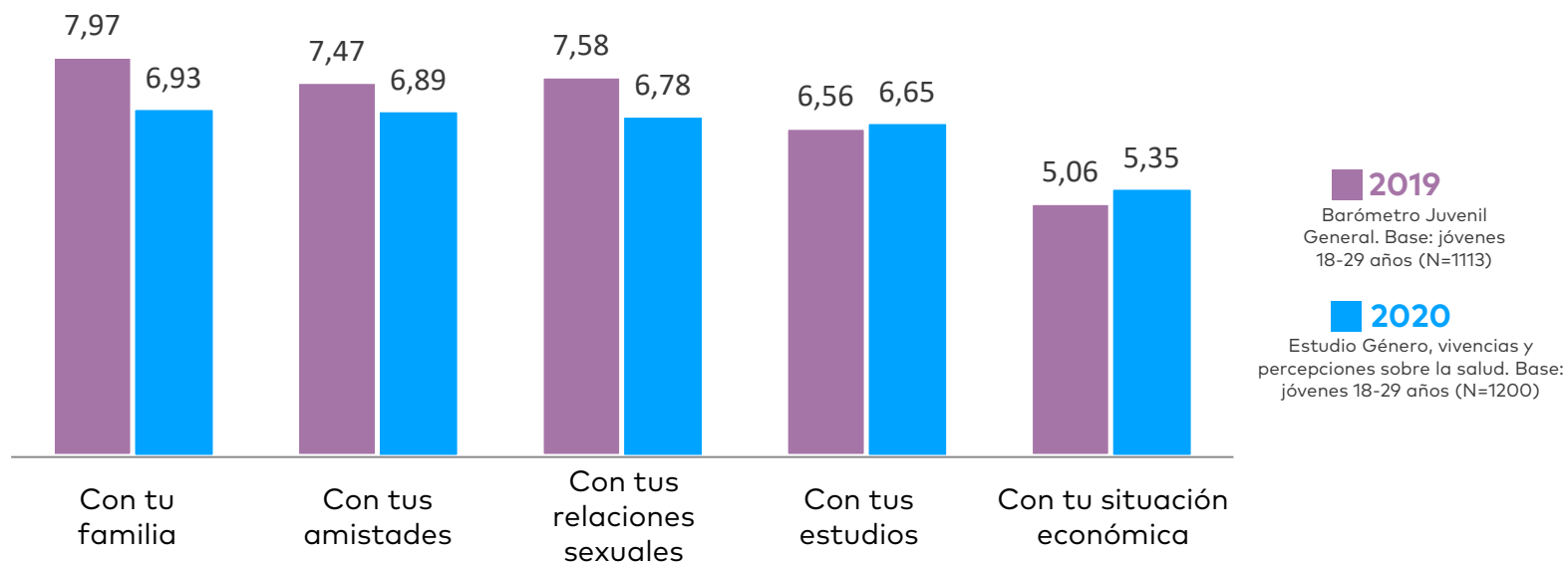
- La **situación de convivencia** se ha visto ligeramente trastocada por la llegada de la pandemia, si bien la estructura misma de cohabitación se mantiene estable: así, entre la juventud lo más habitual continúa siendo residir en el **hogar familiar de procedencia** (47,8%, con una reducción con respecto a 2019, donde se situaba en el 55,4%).
- Los **principales motivos** para residir en el hogar familiar apenas presentan cambios, destacando la juventud o estar aún **estudiando** (37,9%), la **falta de trabajo** (29,7%) o **estar a gusto** (19,2%). Sí que es destacable, empero, el aumento considerable de jóvenes que señalan vivir con su familiar para **cuidar a sus progenitores** (pasa del 4,1% en 2019 al 9,2% en 2020).
- A continuación encontramos la **convivencia con la pareja** (33,1%) y **vivir solo/a** (10,3%), dos situaciones que han aumentado moderadamente con respecto a 2019. Finalmente, la proporción de jóvenes que viven **compartiendo piso** con otras personas se ha reducido significativamente, pasando del 10,2% en 2019 al 7,4% en 2020.



## SATISFACCIÓN CON ASPECTOS VITALES Y RELACIONES INTERPERSONALES

Datos en promedios. Escala de 0 (nada satisfecho) a 10 (totalmente satisfecho)

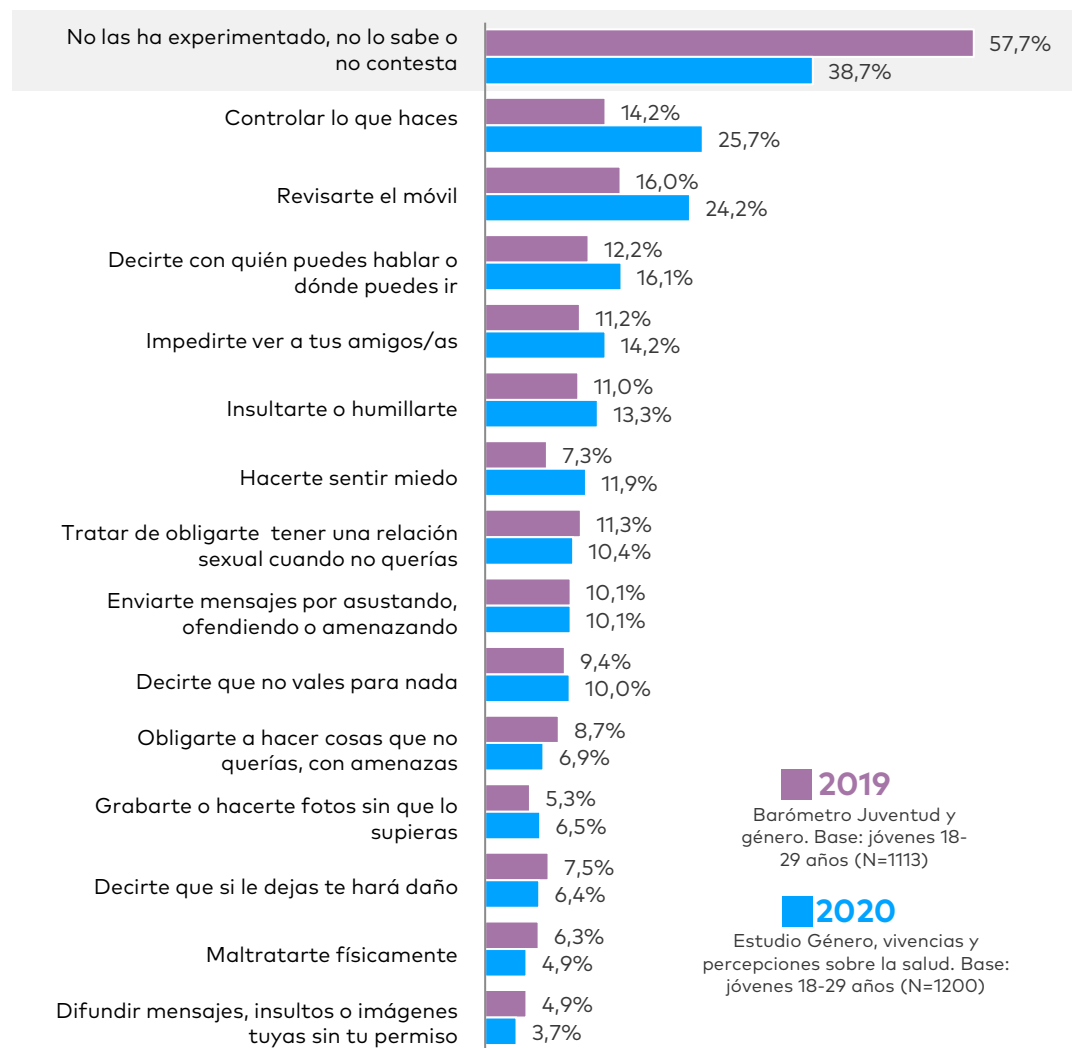
- Si comparamos la satisfacción vital con diferentes aspectos vitales e interpersonales antes y después de la pandemia de la Covid-19, se observa **una reducción de prácticamente todos los indicadores de tipo interpersonales** (familia, amistades y relaciones sexuales).
- Aún así, la **familia y las amistades** continúan siendo las principales fuentes de satisfacción (6,93 y 6,89 respectivamente, seguidas de las relaciones sexuales, cuya reducción puede deberse a la excepcional ocasionada por el confinamiento).
- Por otro lado, la **satisfacción con los estudios** crece ligeramente (de 6,56 en 2019 a 6,65 en 2020) y también la satisfacción con la **situación económica** aumenta de 5,06 en 2019 a 5,35 en 2020, si bien continúa en valores moderados, con respecto al resto de indicadores. Este ligero aumento en la satisfacción de la situación económica, en todo caso, puede deberse a la situación de confinamiento e incertidumbre ocasionada por la pandemia, en la que la preocupación por lo económico ya no es un factor único de incertidumbre en la experiencia vital de los y las jóvenes.



# EXPERIENCIAS DE VIOLENCIA O ACOSO

Datos en %. Base: tienen o han tenido pareja

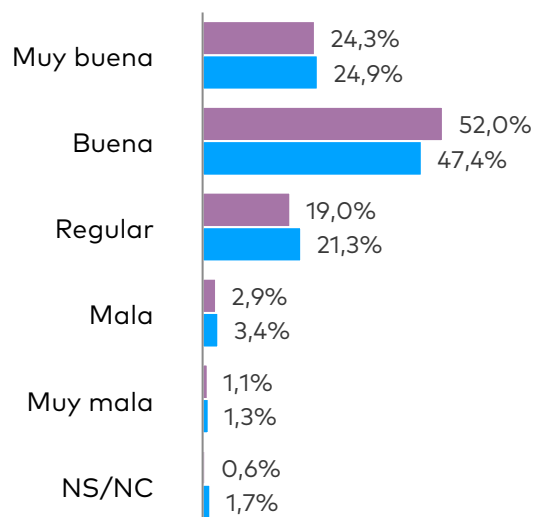
- Uno de los aspectos más preocupantes de la pandemia tiene que ver con el **agravamiento de las experiencias de violencia y acoso dentro de la pareja**: en 2019 un 57,7% de jóvenes no había experimentado este tipo de situaciones, mientras que en 2020 este porcentaje se ha reducido al 38,7%.
- Particularmente, han crecido significativamente **las prácticas de control personal de la actividad** (del 14,2 al 25,7%) y del **teléfono móvil** (del 16% al 24,2%), así como decidir con **quién puede hablar** (del 12,2% al 16,1%), intentando **impedir ver a los amigos/as** (del 11,2% al 14,2%).
- Aunque presenta un porcentaje más reducido, también es destacable el aumento de la **sensación de miedo** (del 7,3% al 11,9%) y los **insultos y humillaciones** (del 11% al 13,3%).



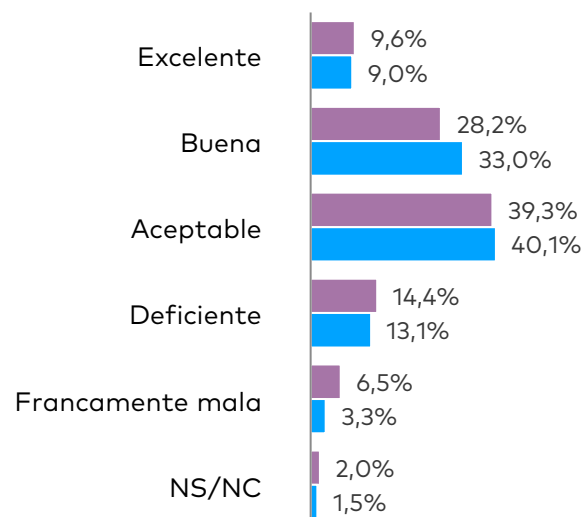
## AUTOPERCEPCIÓN SOBRE LA SALUD, LA FORMA FÍSICA E IMAGEN EXTERNA

- ▶ La autopercepción de los y las jóvenes sobre su estado de salud, su forma física y la imagen externa que proyectan hacia los demás se mantiene en niveles muy similares entre 2019 y 2020. En términos globales, se destaca un buen estado de salud y una forma física aceptable, mientras que la preocupación por la imagen externa es bastante elevada.
- ▶ Con la pandemia, podemos apreciar un **ligero empeoramiento del estado de salud percibido** (el porcentaje de jóvenes que destacan gozar de una buena salud se reduce ligeramente, del 52% en 2019 al 47,4% en 2020).
- ▶ Por otro lado, **la preocupación por la imagen externa también aumenta ligeramente**: aunque el porcentaje de jóvenes que destaca que le preocupa bastante se reduce en 1,4 puntos, en contraposición aumentan del 35% al 42% los y las jóvenes a los que les preocupa algo su imagen. Asimismo, el porcentaje de quienes no sienten ninguna preocupación por su imagen se reduce, del 15,2% en 2019 al 11,3% en 2020.

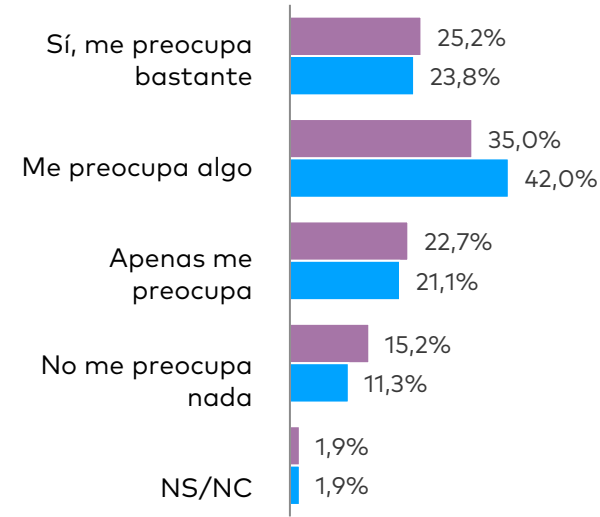
### Percepción sobre el estado de salud



### Percepción sobre la forma física



### Preocupación por su imagen externa



■ 2019

Barómetro Salud y Bienestar. Base: jóvenes 18-29 años (N=1070)

■ 2020

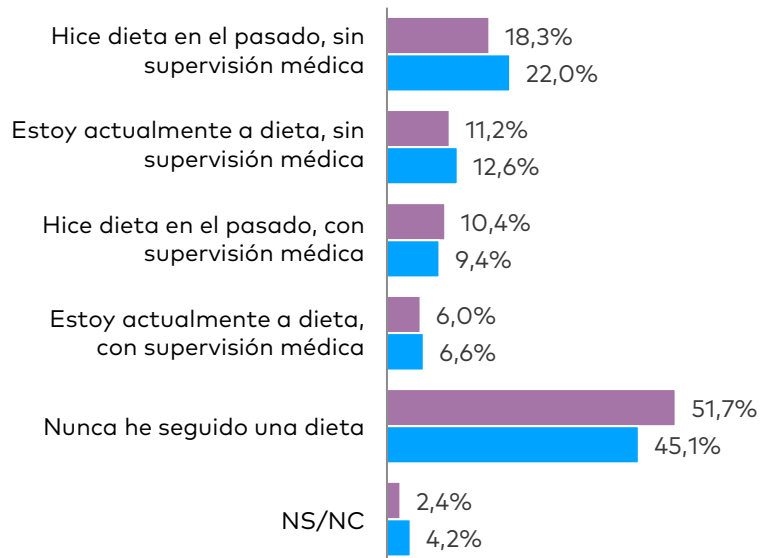
Estudio Género, vivencias y percepciones sobre la salud. Base: jóvenes 18-29 años (N=1200)

# DIETAS DE ADELGAZAMIENTO

- ▶ El **seguimiento de dietas de adelgazamiento es relativamente frecuente** entre la población juvenil, puesto que algo más de la mitad de ellos y ellas han realizado alguna dieta a lo largo de su vida. Lo más habitual es realizar este tipo de dietas sin supervisión médica o de un nutricionista, ya que un 22% de jóvenes destaca haberlas realizado en el pasado y un 12,6% estarla realizando actualmente.
- ▶ Aunque los cambios son moderados, la **pandemia** puede haber afectado en el hecho de que ha  **aumentado ligeramente la realización de dietas entre la juventud**, tanto de manera autónoma como bajo supervisión médica. Aun así, se trata de diferencias muy pequeñas entre ambos periodos.
- ▶ Con respecto a los motivos, destacan los vinculados con la **salud** (47,9%) y con la **estética** (46,5%) muy por encima del resto, con porcentajes muy similares en 2019 y 2020.

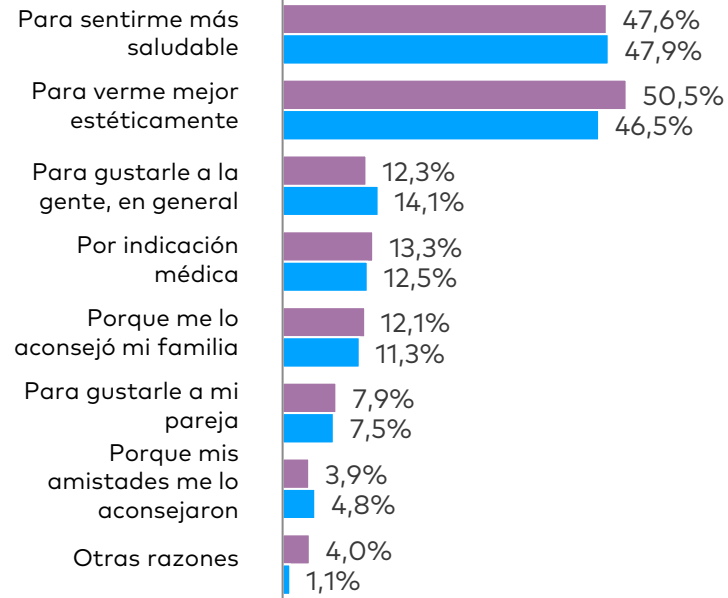
## Seguimiento de dietas de adelgazamiento

Base: total muestra (N=1200)



## Motivos para realizar dietas de adelgazamiento

Base: han hecho dieta o realizan actualmente (N=746)



■ 2019

Barómetro Salud y Bienestar. Base: jóvenes 18-29 años (N=1070)

■ 2020

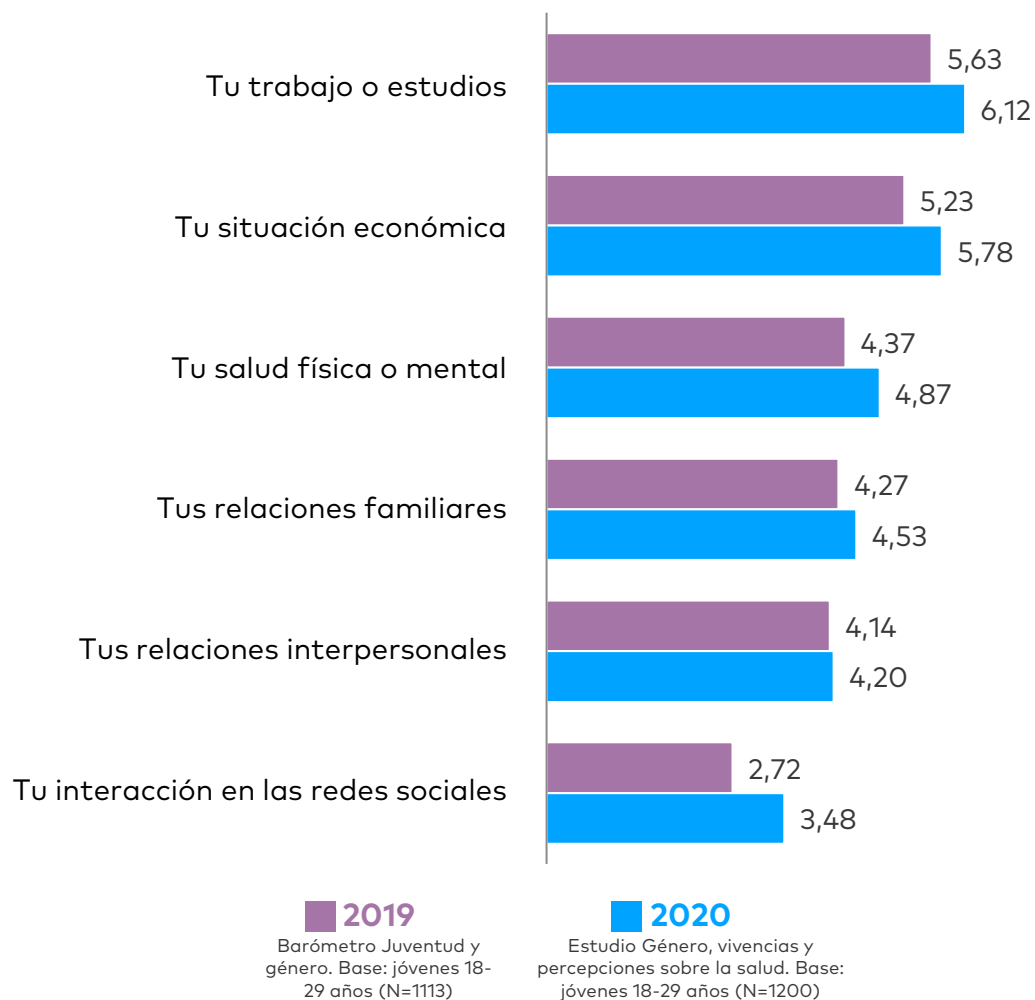
Estudio Género, vivencias y percepciones sobre la salud. Base: jóvenes 18-29 años (N=1200)

P76 ¿Sigues en la actualidad algún tipo de dieta para adelgazar o perder peso? /

P77. ¿Qué motivos te llevaron a iniciar las dietas?

## SITUACIONES ESTRESANTES

Datos en promedios. Escala de 0 (ningún estrés) a 10 (mucho estrés).

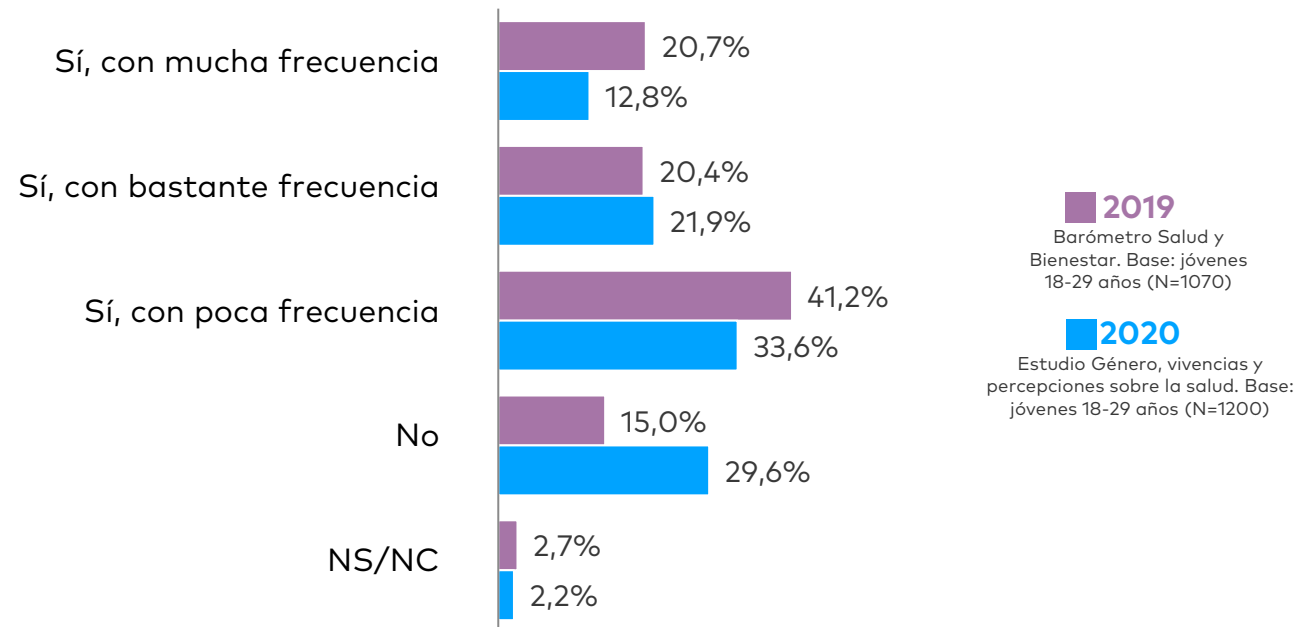


- La situación de excepcionalidad ocasionada por la pandemia ha supuesto un **aumento del estrés entre la población joven**, de forma que **todos los indicadores relacionados** con situaciones estresantes se incrementan entre 2019 y 2020.
- Particularmente, los aspectos que siguen causando más estrés son el **trabajo y los estudios** (6,12), así como la **situación económica** (5,78).
- Por debajo del promedio (5 sobre 10) encontramos aspectos como la **salud física o mental** (4,87), las **relaciones familiares** (4,53) y las relaciones interpersonales (4,20).
- Por último, el aspecto que menos estrés ha causado, pero que aumenta considerablemente entre 2019 y 2020, es la **interacción en redes sociales** (3,48).



## SENSACIÓN DE SOLEDAD

- La **sensación de soledad es un malestar psicológico muy habitual** entre la población juvenil, como muestra el hecho de que únicamente un 29,6% de los y las jóvenes destacan no haberse sentido solos/as alguna vez en los últimos 12 meses.
- Con la **pandemia**, sin embargo, se ha producido un efecto de **fortalecimiento y afianzamiento de los vínculos familiares y sociales**, debido a la situación de excepcionalidad, que se ha manifestado en el aumento de las experiencias de sociabilidad – tanto en persona, con los convivientes, como a través de medios electrónicos.
- Esto conduce a que la frecuencia con la que los y las jóvenes se han sentido solos/as se ha reducido significativamente, y de hecho el porcentaje de quienes **no se han sentido solos/a ha aumentado del 15% al 29,6%**.



# EMOCIONES EXPERIMENTADAS

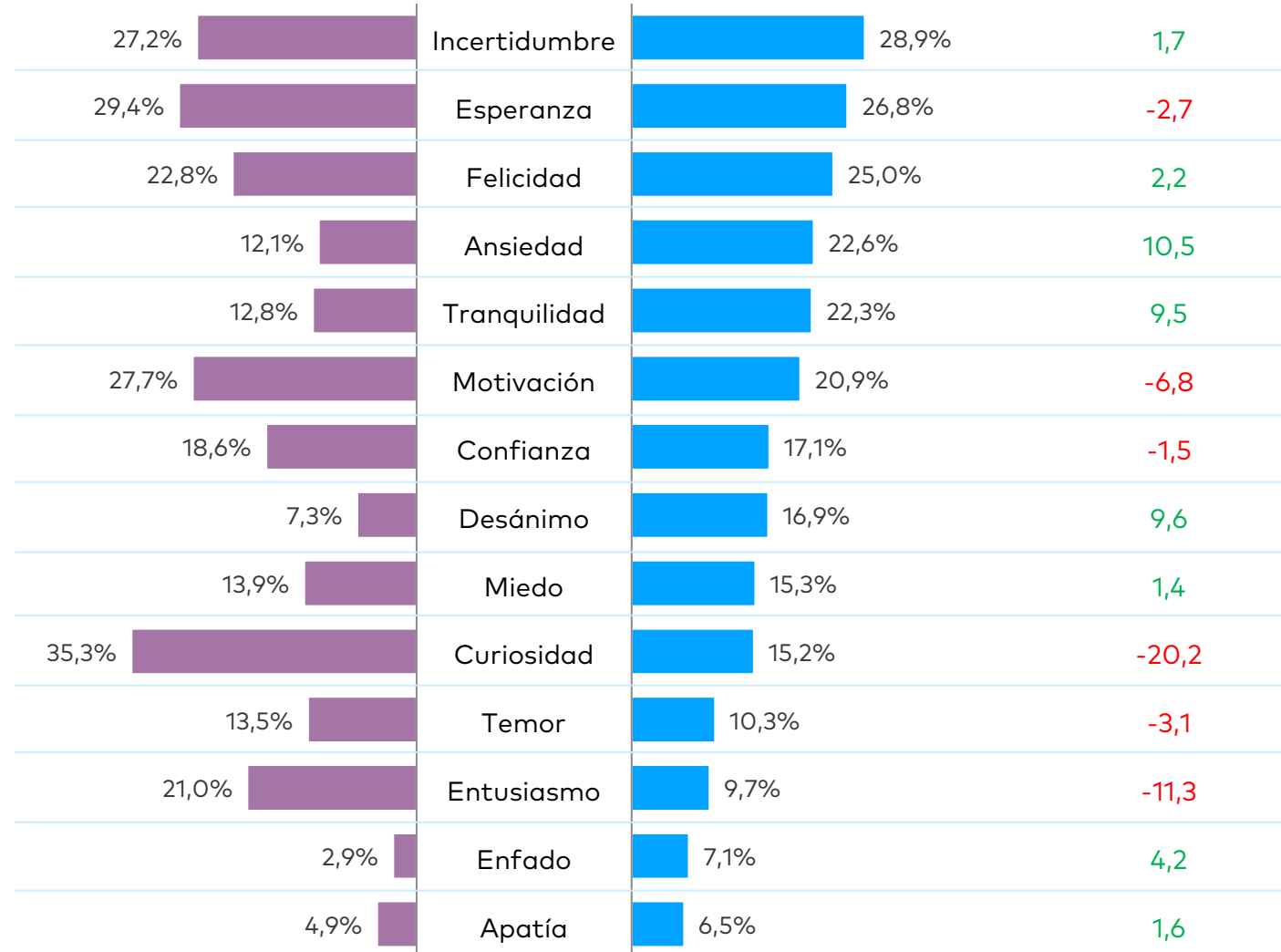
## MARZO DE 2020

Estudio Jóvenes y expectativa tecnológica  
Base: jóvenes 18-29 años (N=1107)

## JULIO DE 2020

Estudio Género, vivencias y percepciones sobre la salud.  
Base: total muestra (N=1200)

Diferencia  
% Julio - % Marzo



- Si comparamos las emociones y experimentadas por la juventud durante la pandemia con aquellas que **percibían en el mes de marzo con respecto al futuro**, encontramos algunas diferencias reseñables.
- Así, **aumentan considerablemente las emociones negativas**, como la ansiedad (+10,5 puntos), el desánimo (+9,6 puntos) y ligeramente **la incertidumbre**, que es la emoción más común (28,9% de menciones)
- Por el contrario, las emociones que más **se han reducido** son las que vehiculan **sensaciones y sentimientos más positivos**: la motivación (-6,8 puntos), la curiosidad (-20,2 puntos) y en entusiasmo (-11,3 puntos).
- Con todo, es reseñable que la **tranquilidad también aumenta considerablemente** (+9,5 puntos), junto con la **felicidad** (+2,2 puntos).

# IV. ANÁLISIS DE RESULTADOS

# 1. DETERMINANTES ESTRUCTURALES

# Determinantes materiales: condiciones vitales y expectativas de futuro

## ¿Cómo son las condiciones vitales de los y las jóvenes?

- Las **mujeres jóvenes** tienden a **continuar estudiando o compatibilizando trabajo y estudios** en mayor medida, pero presentan unas cifras de desempleo superiores que los hombres. Su integración en el mercado laboral es algo más tardía, pues amplían el periodo de sus estudios, lo cual indica, en principio, una mejor preparación formal de partida para afrontar los retos del mercado laboral.
- Las vivencias acerca de la **condición económica del hogar** son algo más **modestas entre las mujeres**: preferentemente, residen en hogares donde se vive cómodamente, pero con menor capacidad de ahorro. Asimismo, en los hogares con mayor aprieto económico hay una presencia comparativamente mayor de mujeres.

## ¿Cómo perciben su situación y cuáles son sus expectativas de futuro?

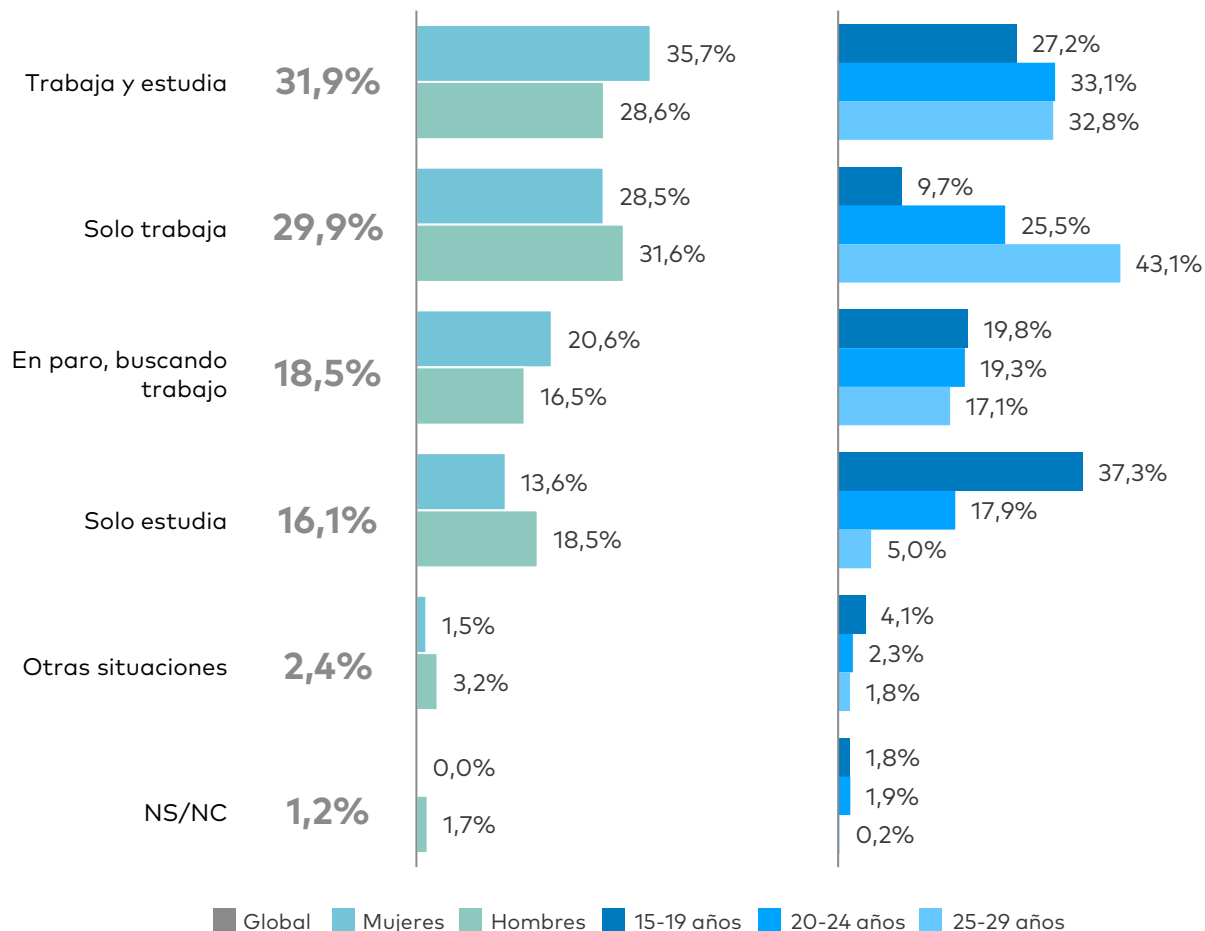
- Ellas se muestran generalmente mucho **más satisfechas que ellos con todos los aspectos centrales de su vida**; con sus estudios (especialmente), con su vida en general y, salvo algunas excepciones mediadas por la edad, con el trabajo. Ellos parecen más orientados a mostrarse algo más satisfechos que ellas en lo relativo a su situación económica.
- Con **respecto al futuro, las diferencias por género presentan sustanciales variaciones** en algunos aspectos. En el punto en el que ellos y ellas manifiestan gran similitud es en que la situación general con respecto a su economía, trabajo o en cuanto a su vida en general será mejor a futuro que en la actualidad. Y, sin embargo, cuando se les pregunta por la dificultad acerca de su **integración, ellas se muestran algo más confiadas en sus capacidades**: confían más en resolver los problemas que se presenten, saber "ganarse la vida", alcanzar el éxito profesional o académico, formar una familia, integrarse exitosamente en la sociedad, etc.

## Otras variables sociodemográficas relevantes

- Además del género, en líneas generales encontramos una **mejor valoración de las condiciones vitales** de los y las jóvenes y unas mejores expectativas de futuro entre aquellos que tienen una **mejor situación económica en el hogar** (viven cómodamente, aunque no tengan capacidad de ahorro), se autoubican en **clases sociales alta o media-alta**, quienes tienen un **mayor nivel de estudios** (especialmente universitarios) y **compatibilizan estudios y trabajo**.
- La edad también introduce algunas matizaciones a los resultados globales, de forma que **los más mayores** tienen a mostrar niveles de **satisfacción menores** que sus compañeros/as de menor edad, pero una **mayor confianza** en el futuro.

# SITUACIÓN DE ACTIVIDAD

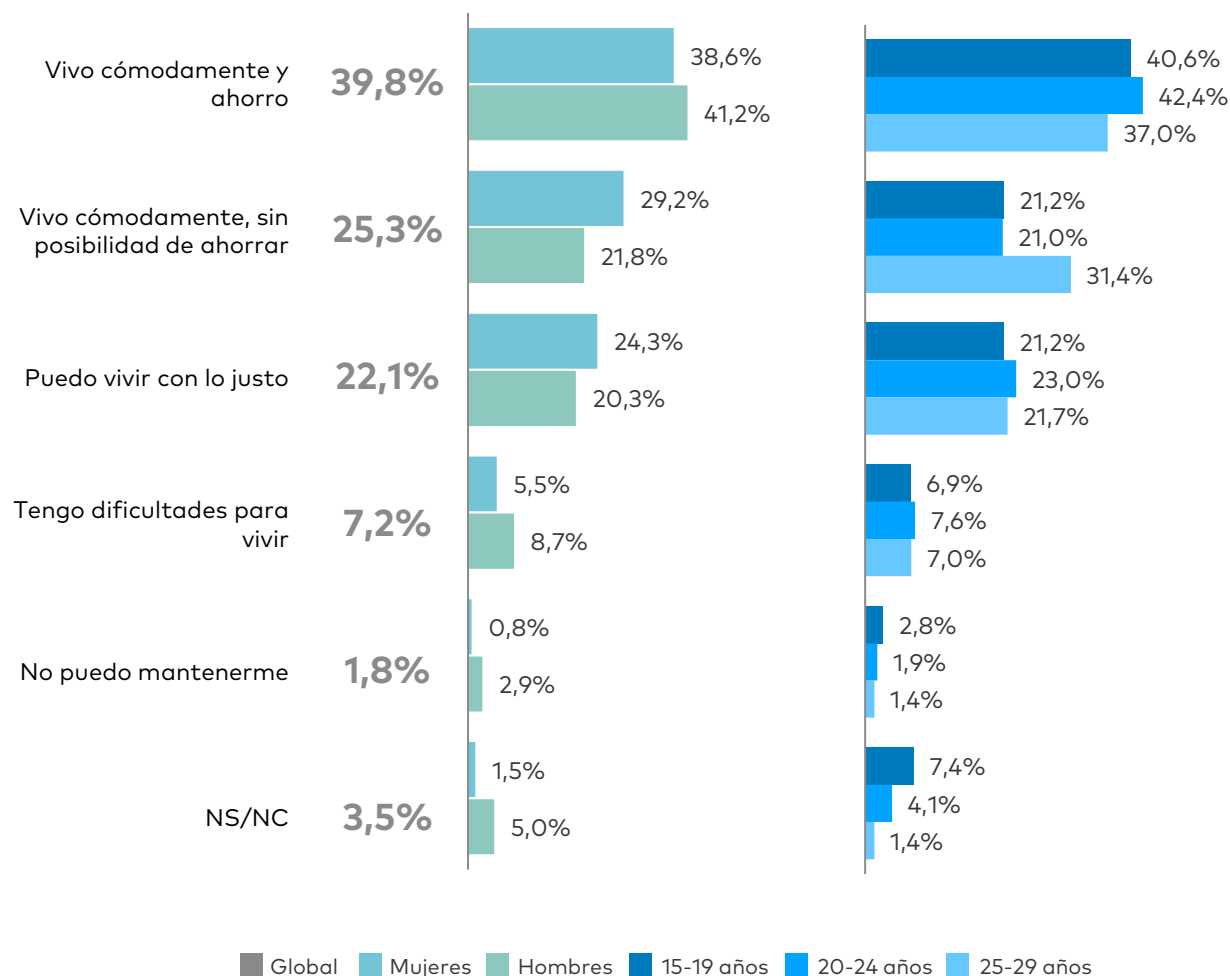
Datos en %. Base: total muestra (N=1200)



- ▶ La **incorporación al mercado** de trabajo es un elemento esencial en el desarrollo vital y normalmente muy problemático entre la juventud, destacando la **complementariedad de trabajo y estudio** (31,9%), así como la dedicación exclusiva al trabajo (29,9%). El desempleo alcanza a casi 1 de cada 5 jóvenes y un porcentaje ligeramente inferior (16,1%) se dedica exclusivamente al estudio.
- ▶ Por **género**, la **compatibilización del trabajo con estudios es más frecuente entre las mujeres** (35,7%), mientras que la dedicación exclusiva al trabajo o al estudio es más frecuente entre los hombres. El desempleo es también superior entre las mujeres.
- ▶ Con respecto a **la edad**, las chicas, a edades más tempranas, continúan los estudios en mayor medida que los chicos, incorporándose en gran medida al mercado de trabajo en complementariedad con los estudios. Ellas soportan, en las edades hasta los 24 años, bastante más paro que ellos, indicador de un mayor aplazamiento de su entrada al mercado laboral.
- ▶ Asimismo, quienes declaran **estudios superiores suelen estar trabajando**, o compatibilizando trabajo y estudio, en mayor medida que el resto. Ambas situaciones (trabajar en exclusiva o compatibilizar trabajo y estudio) se relacionan más con el hecho de posicionarse en las **clases altas y medio altas**, residir en entornos poblacionales grandes y haberse independizado ya del hogar familiar, sea compartiendo piso o por estar ya viviendo en pareja.
- ▶ Las **situaciones de desempleo** concurren más entre los chicos y chicas que tienen **niveles más bajos de estudios** (hasta los niveles obligatorios de ESO), aquellos que todavía viven con la familia de referencia y entre los que se posicionan en las clases bajas y medio bajas y aquellos que no residen en grandes urbes.

# INGRESOS Y CAPACIDAD DE AHORRO

Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

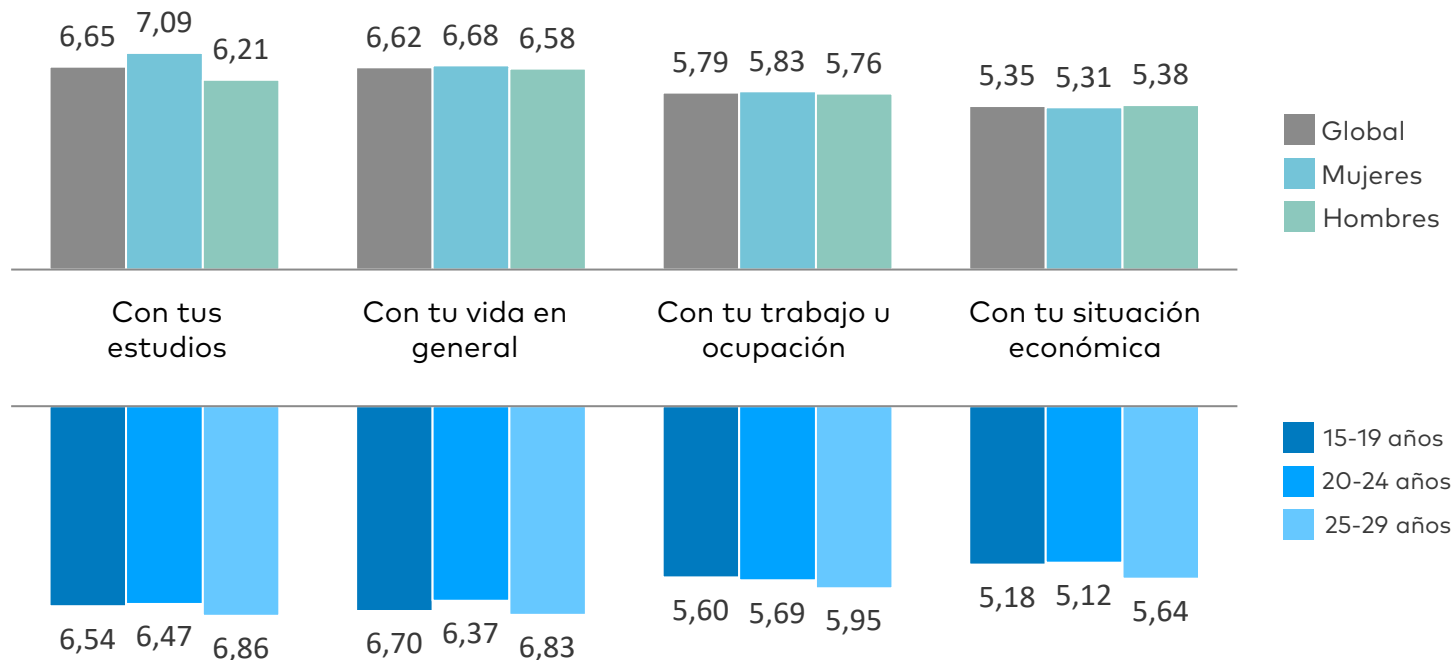


- ▶ La percepción subjetiva del escenario económico que les rodea en su hogar y los recursos monetarios con los que cuentan presenta ciertas diferencias entre chicos y chicas. De manera global, 2 de cada 5 jóvenes declara que **viven cómodamente en el hogar y que, además, pueden ahorrar**, siendo esta proporción ligeramente inferior entre las mujeres (38,6% frente al 41,2% de hombres).
- ▶ El resto de escenarios presentan **asimetrías de género más importantes**, pues la proporción de mujeres que declaran vivir cómodamente (sin ahorrar) y vivir con lo justo, es superior a la de los hombres, mientras que **ellos destacan comparativamente en la percepción de tener dificultades para vivir** (8,7% frente a 5,5%) y en no poder mantenerse (2,9% frente a 0,8%).
- ▶ Si introducimos la **comparación por edad**, el patrón de diferencias entre hombres y mujeres con respecto a su capacidad de ahorro se mantiene en todos los grupos de edad, si bien las dificultades para vivir aumentan comparativamente a partir de los 25 años, especialmente entre los hombres (10,1% frente al 4,7% de las mujeres).
- ▶ Con respecto al **resto de variables sociodemográficas**, es congruente que las **situaciones de mayor comodidad** son más frecuentes entre quienes tiene estudios superiores, conviven en pareja, trabajan en exclusiva y entre las clases alta y media alta.
- ▶ Por el contrario, las **situaciones menos cómodas** (dificultades para vivir y vivir con lo justo) son más frecuentes entre jóvenes con estudios medios o básicos, en las clases bajas o medio bajas y entre quienes comparten piso.

## SATISFACCIÓN CON DISTINTOS ASPECTOS VITALES

Datos en promedios. Escala de 0 (nada satisfecho) a 10 (totalmente satisfecho). Base: total muestra (N=1200)

- Si tomamos en consideración la satisfacción subjetiva con respecto a distintos aspectos vitales, los aspectos que generan **mayor satisfacción son los estudios** (promedio=6,65) y la **vida en general** (6,62), claramente por delante del trabajo (5,79) y de la situación económica (5,35).
- Por **género**, destaca una mayor **satisfacción de las mujeres con sus estudios** (7,09), así como (ligeramente) con su vida en general y con su ocupación. Por el contrario, los hombres están ligeramente más satisfechos con su situación económica, si bien las diferencias son pequeñas.



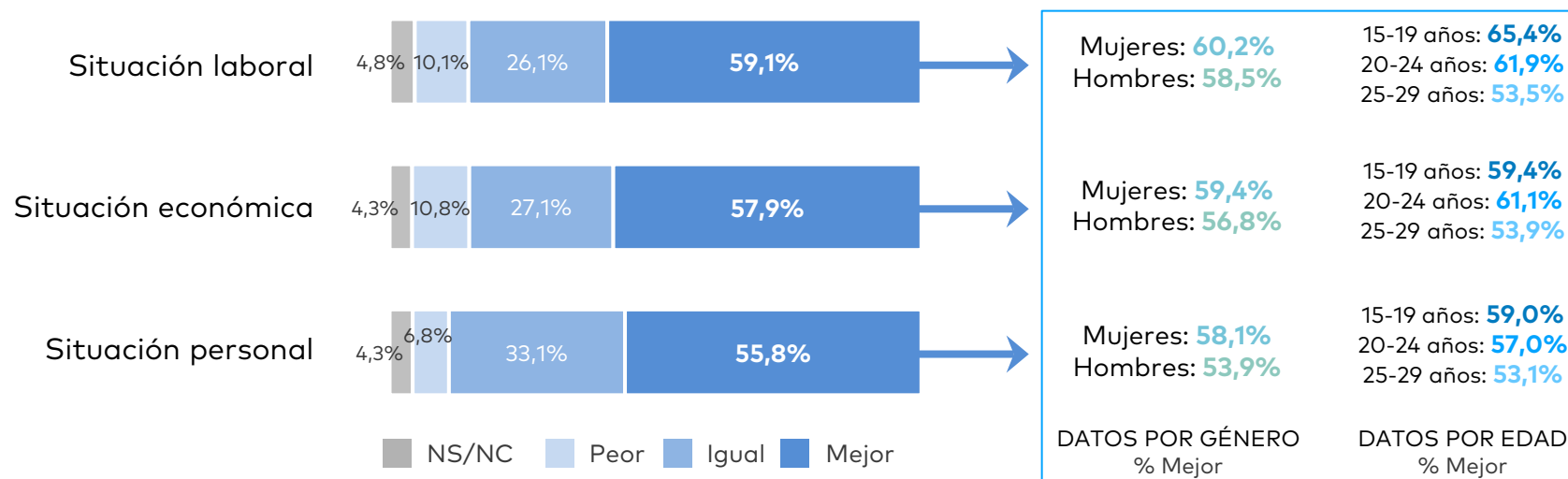
- Asimismo, asistimos a **un incremento de las satisfacciones conforme aumenta la edad**, con la excepción del grupo de 20 a 24 años, que presenta algún descenso con respecto a la tónica general. Lo que es evidente es que la satisfacción con el trabajo y la situación económica es mayor a partir de los 25 años.
- Con respecto al resto de **variables sociodemográficas**, se muestran resultados muy congruentes con los indicadores anteriores, apareciendo una **mayor satisfacción vital entre grupos de menor vulnerabilidad social**. Así, la satisfacción es mayor entre jóvenes con estudios superiores, los que están trabajando, los que se ubican en las clases altas, aquellos que afirman poder vivir con comodidad en su hogar y poder ahorrar, atributos que marcan una situación vital objetiva bastante más favorable que la de sus compañeros. Por otro lado, estos jóvenes más satisfechos suelen residir en grandes ciudades, compartir hogar con su pareja y se encuentran en mayor proporción entre quienes se declaran ideológicamente de derechas.



## EXPECTATIVAS DE FUTURO

Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

- Preguntados sobre si dentro de unos años su situación personal, económica o laboral evolucionará a mejor, peor o se mantendrá como hasta ahora, las **percepciones son bastante optimistas: 3 de cada 5 jóvenes** cree que en los próximos años estarán mejor tanto en lo laboral (59,1%), como en lo económico (57,9%) y en lo personal (55,8%).
- En el lado contrario, con **perspectivas pesimistas** sobre su futuro, se sitúa **1 de cada 10 jóvenes** respecto a la situación laboral y económica, y un 6,8% en el caso de la situación personal. También es relevante que 1 de cada 4 jóvenes cree que la situación futura **seguirá igual**, tanto en lo laboral como en lo económico, una proporción que asciende a 1 de cada 3 en lo personal.

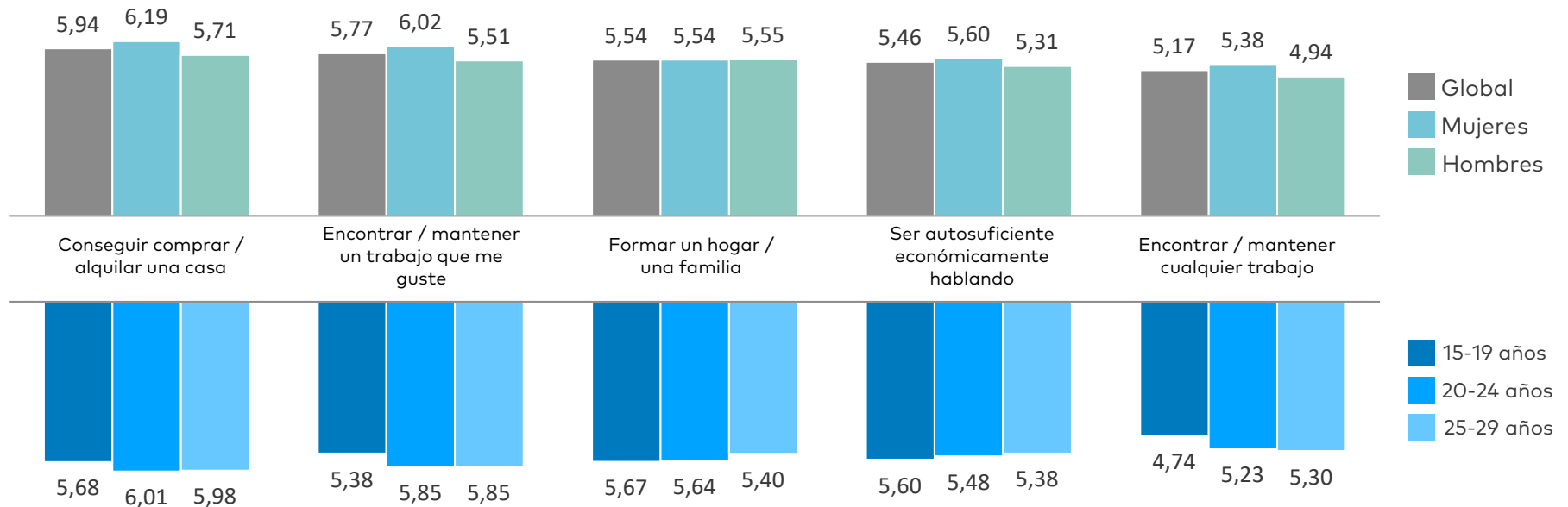


- Las **diferencias por género no son demasiado sustanciales** ni, evidentemente, significativas estadísticamente hablando en estas perspectivas de futuro. Si analizamos exclusivamente la categoría de "mejor", ambos géneros tienden a coincidir en una mayoritaria visión positiva sobre estos aspectos, poco más ellas, especialmente en lo referido a su situación personal.
- Por edad, se aprecia un **descenso del optimismo conforme aumenta la edad**, alcanzando las cotas más bajas entre los 25 y 29 años, si bien el patrón de mayor pesimismo entre los hombres se mantiene en todos los grupos de edad.
- El análisis del **resto de variables sociodemográficas** muestra un mayor optimismo en lo laboral entre quienes tienen estudios secundarios o superiores y entre las clases alta y media alta. También es destacable que entre los desempleados hay una mayor confianza en mejorar, de cara al futuro, seguramente debido a la esperanza en que su situación profesional y personal mejore.

## DIFICULTADES PREVISTAS EN EL FUTURO

Datos en promedios. Escala de 0 (ninguna dificultad) a 10 (máxima dificultad). Base: total muestra (N=1200)

- ▶ En cuanto a las dificultades que los y las jóvenes prevén experimentar en el futuro, es destacable que **todos los aspectos considerados se muestran relevantes**, al superar una puntuación promedio de 5 (en una escala de 0 a 10). Los mayores problemas previstos tienen que ver con **el acceso a la vivienda (5,94)** y **encontrar o mantener un trabajo que guste (5,77)**, si bien también formar un hogar (5,54) y tener autosuficiencia económica (5,46) se presentan como problemas previsibles en el futuro.
- ▶ Por género, encontramos **una mayor previsión de dificultad por parte de las mujeres** en todos los indicadores, a excepción de formar un hogar, donde no aparecen diferencias entre hombres y mujeres. La diferencia de género es especialmente relevante en los ítems de acceso a una vivienda y encontrar un trabajo que guste, donde las mujeres superan los 6 puntos en la escala.

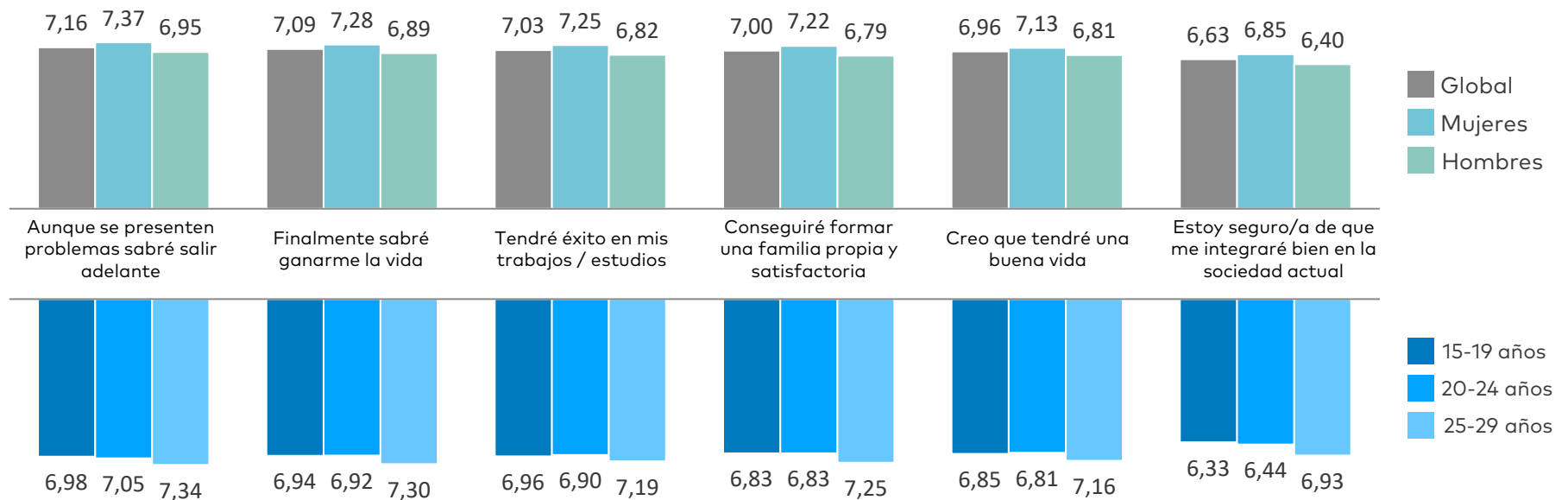


- ▶ Estas dificultades contrastan con los relativamente altos niveles de confianza acerca del futuro en lo laboral, económico y personal (diapositiva anterior), pero es evidente que **una visión general positiva** acerca de estas situaciones en el futuro no descarta el que los y las jóvenes perciban **dificultades para la consecución de objetivos concretos** como los expuestos. Lo que se desprende del análisis cruzado de estos elementos y de los resultados anteriores es una **moderada y mayoritaria confianza en sus capacidades**.
- ▶ La edad no muestra diferencias relevantes en cuanto a las expectativas de futuro, pero sí que lo hacen el resto de variables. Los que proyectan **futuro más plagado de problemas** se caracterizan por pertenecer a las **clases bajas y medio bajas**, aquellos que en la actualidad **comparten piso**, y los que se declaran **en paro**. Y, en general, aquellos que declaran una situación difícil en su hogar en términos **económicos** (no podemos mantenernos o viven con lo justo). No resulta extraño ni inesperado, ya se ha comprobado en análisis anteriores, la alta correlación entre perfiles con situaciones vitales difíciles y una perspectiva más negativa que el resto de sus compañeros/as con respecto al futuro.

## INTEGRACIÓN SOCIAL Y VITAL

Datos en promedios. Escala de 0 (nada de acuerdo) a 10 (totalmente de acuerdo). Base: total muestra (N=1200)

- Con respecto a las perspectivas sobre su integración social y vital, en líneas generales los y las jóvenes están de acuerdo en que sus **capacidades propias les permitirán salir adelante**, pues todos los aspectos considerados superan los 6 puntos, en una escala de 0 a 10. Destaca la **confianza en salir adelante**, a pesar de los problemas (7,16), **poder ganarse la vida** (7,03), **tener éxito en los estudios o el trabajo** (7,03) y conseguir formar una familia (7,00). El indicador que genera menos acuerdo, si bien se sitúa en 6,63 puntos, tiene que ver con la integración en la sociedad actual.
- Por género, es destacable que, en todos los retos planteados, **las mujeres puntúan más positivamente que los hombres**, mostrando un mayor optimismo hacia el futuro y una mayor confianza en su capacidad para salir adelante en los años venideros.



- Por edad, el **grado de optimismo tiende a aumentar con la edad**. El máximo grado de acuerdo se da en la franja etaria entre los 25 y 29 años, precisamente donde ya ha empezado de manera más evidente, o se ha conseguido, el proceso de integración social, con el comienzo de la búsqueda de independencia residencial, económica, etc.
- También se aprecian importantes diferencias en términos sociodemográficos y socioeconómicos, de forma que, en línea con el resto de resultados expuestos con anterioridad, se encuentran **más confiados** en sus propias capacidades y fuerzas aquellos que declaran **estudios superiores**, los que en su hogar disfrutaban actualmente de una **posición económica desahogada**, los que pertenecen a las **clases alta y media alta**, aquellos que viven con pareja y los que declaran estar trabajando y estudiando.

## 2. DETERMINANTES RELACIONALES

## ¿Cuál es la situación de convivencia de los y las jóvenes?

- Aunque una mayoría de chicos y chicas declara **continuar residiendo en el domicilio familiar**, es bastante notable la proporción de jóvenes que ya han salido del mismo, 1 de cada 3, y especialmente las mujeres, que declaran haberse independizado ya de la familia para iniciar la convivencia con la pareja en el 40% de los casos. Si comparamos con los datos de 2019 ([Fuente: Barómetro general 2019 del CRS](#)), se muestra cómo el confinamiento debido al **coronavirus ha afectado a la convivencia**, aumentando los casos de jóvenes que viven solos (del 5,8% en 2019 al 10,3% durante la pandemia) y disminuyendo ligeramente quienes comparten piso (del 9,5% al 7,4%).
- Considerarse **como muy joven** y continuar los estudios es un motivo que opera como freno potente para **retrasar la salida del hogar familiar**. A ello se suma también la **falta de estabilidad económica** para hacerlo. Estar a gusto en el hogar familiar o tener que cuidar de familiares son motivos menos frecuentes, pero significativamente relevantes entre los chicos.

## ¿Cómo son sus relaciones interpersonales?

- El **conjunto de las relaciones interpersonales se considera satisfactorio**. La familia supone una fuente de apoyo, si bien las chicas se sienten más apoyadas y declaran tener menos problemas familiares que ellos. Sin embargo, ellas parecen estar algo más sensibilizadas que ellos hacia la falta de intimidad, libertad o hacia lo que se consideran demasiadas normas y restricciones. En cuanto al **reparto de tareas domésticas**, las **diferencias de género** son radicales (y previsibles): ellas se sienten mucho más cargadas que ellos de estas tareas y bastante menos satisfechas con el reparto de las mismas.
- En las **relaciones de amistad** también ellas y ellos muestran percepciones diferenciales muy significadas; ellas perciben tener menos amigos que ellos, al menos los consideran mayoritariamente como "ni muchos ni pocos", o directamente "pocos", mientras que para ellos el tener muchos o bastantes parece ser la seña principal de sus relaciones de amistad.
- En **cuanto a la pareja**, casi 7 de cada 10 mujeres la tienen en la actualidad, en mayor medida que ellos. Pero, curiosamente, ellas otorgan algo menos importancia a tenerla o, cuando menos, tienden a relativizar más su importancia.
- En todos los elementos relacionales valorados (familia, amistades, pareja e incluso en las relaciones sexuales), **ellas se muestran mucho más satisfechas que ellos**. Esta mayor satisfacción femenina se da en todas las edades y crece para ambos géneros progresivamente con la edad, a medida que avanza el proceso de desarrollo vital y la necesidad de apoyos va siendo mayor para afrontar en mejor posición los retos de la vida adulta.
- Sin embargo, **ellas sienten más la presión para alcanzar sus objetivos**; ocurre cuando se habla de tener éxito en el trabajo o estudio, para no defraudar, para gustar físicamente y para mostrar una imagen alegre.

# Determinantes relacionales: redes y apoyos interpersonales

## ¿Cómo influyen el resto de variable sociodemográficas en la satisfacción con las relaciones?

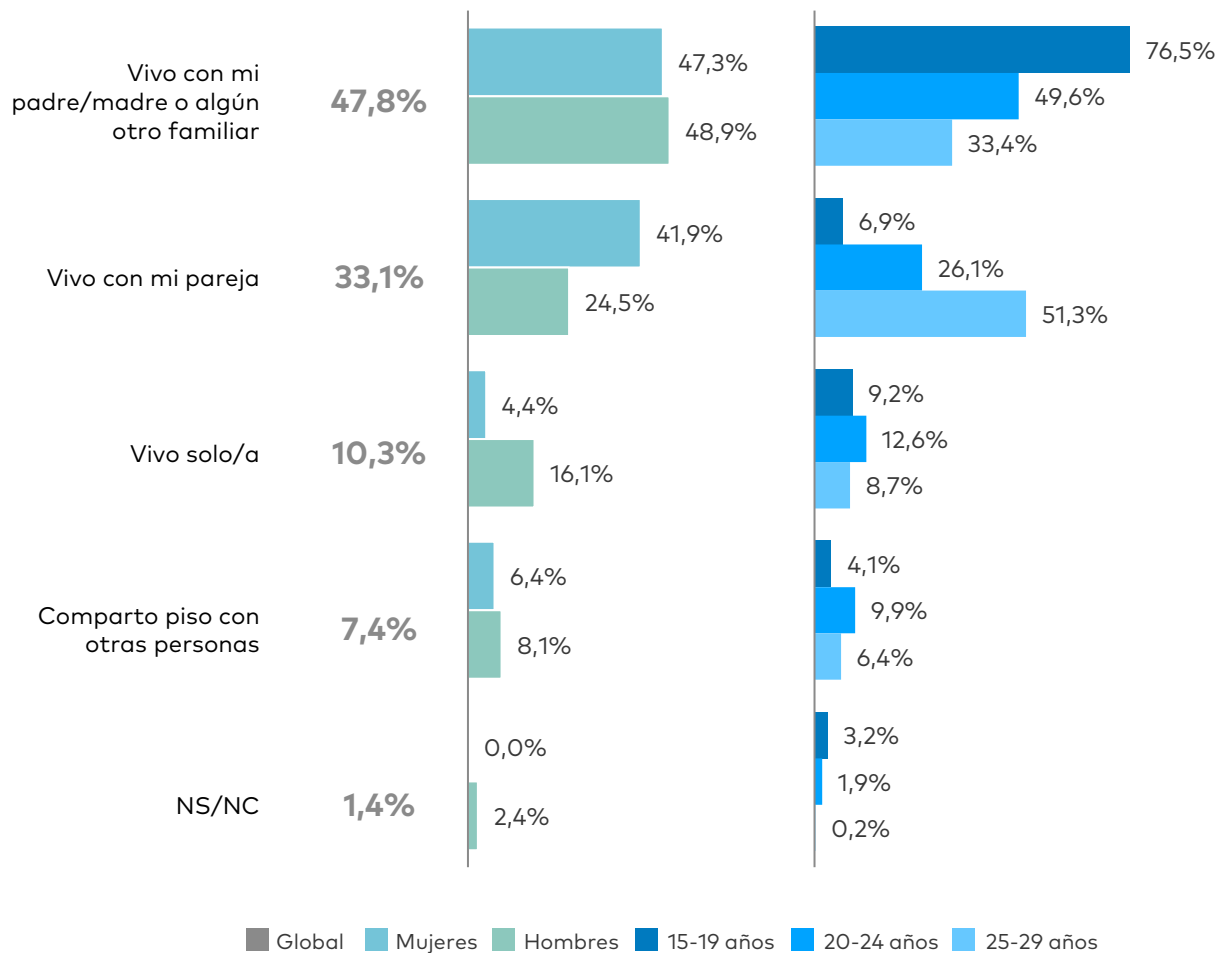
- Con respecto al **nivel de estudios**, encontramos a jóvenes más satisfechos y confiados en el futuro entre quienes tienen niveles de estudios intermedios (nivel de bachillerato) o superiores (universitarios), frente a sus compañeros con estudios básicos (ESO o menores).
- La variable **situación económica** del hogar es la principal variable explicativa en muchos de los casos; mucho más satisfechos quienes residen en hogares donde se vive cómodamente y se ahorra o en hogares donde se vive cómodamente, aunque sin ahorrar.
- La **situación de actividad** muestra cómo quienes trabajan o compatibilizan trabajo y estudios muestran mayores niveles de satisfacción y contrastan especialmente con quienes están en paro.
- Con menor potencia explicativa, también encontramos una mayor satisfacción relacional entre las clases alta y media alta, así como entre los y las jóvenes de menor edad.

## ¿Y qué variables incluyen en la percepción de su desarrollo personal e imagen de sí mismos/as?

- El **género**: ya se anotaba que las mujeres aparecen más confiadas en sus propias capacidades para su desarrollo personal pero también mucho más presionadas que ellos.
- La **situación económica** del hogar: más satisfechos quienes viven en hogares en los que se puede ahorrar o en los que se vive cómodamente, aunque no tengan capacidad de ahorro, frente a los hogares en aprietos o dificultades económicas.
- La **clase social**, de forma que aquellos encuadrados en las clases altas y medio altas muestran mayor satisfacción y manifiestan menos presiones quienes se ubican en otras clases social.
- La **edad**, pues hay una mayor satisfacción y confianza en sus capacidades y en sentir menos presión cuanto mayor es la edad.

# SITUACIÓN DE CONVIVENCIA

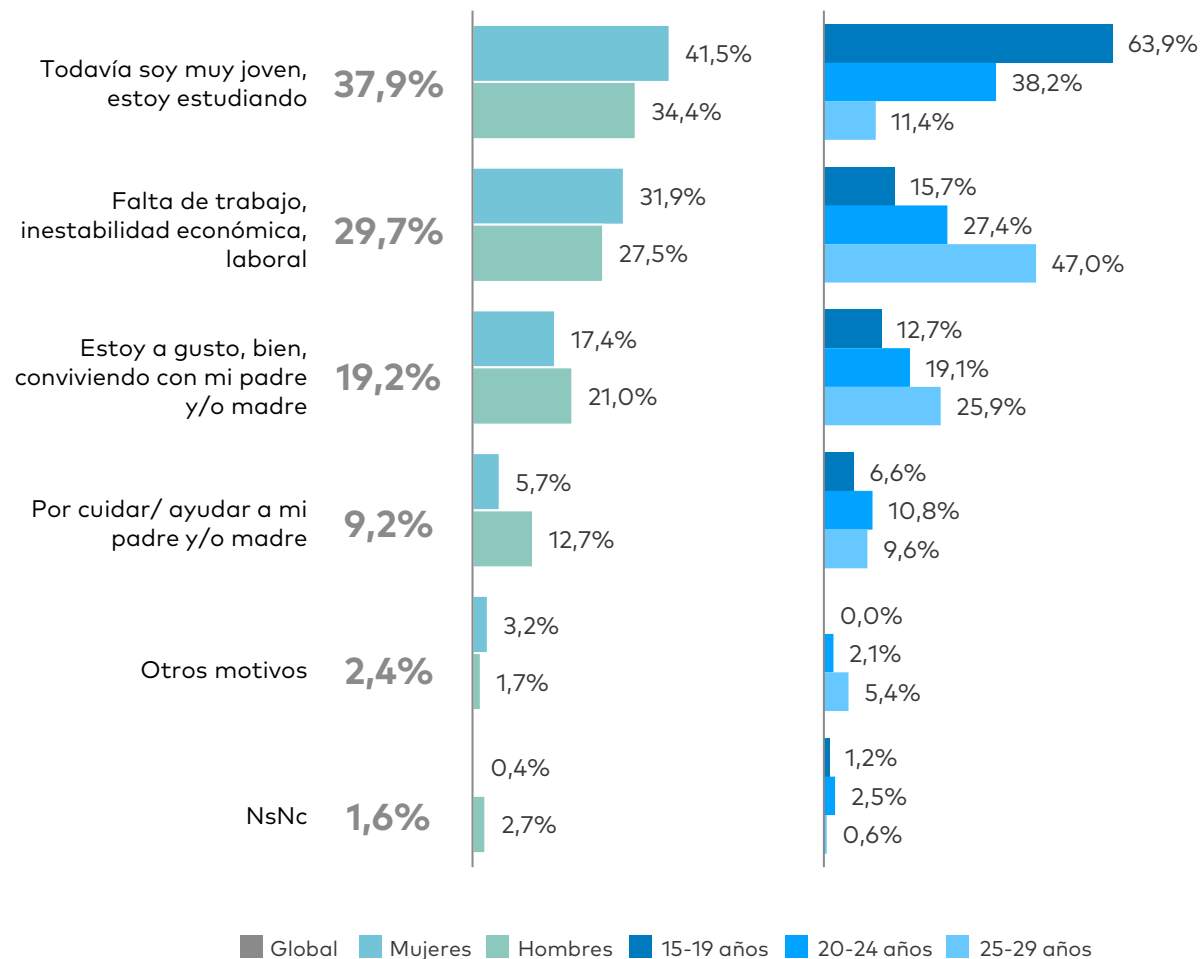
Datos en %. Base: total muestra (N=1200)



- ▶ Podemos definir a las **relaciones interpersonales como "bienes relacionales"**, dado que son productos de las interrelaciones que se constituyen para satisfacer las necesidades sociales (pertenencia, reconocimiento y desarrollo personal)
- ▶ Con respecto a su situación de convivencia, prácticamente **la mitad de jóvenes residen en el hogar familiar** (47,8%), mientras que un **tercio declara residir en pareja** (33,1%). Vivir en solitario (10,3%) y compartir piso (6,4%) son modalidades menos frecuentes.
- ▶ Si comparamos con la **situación de convivencia antes de la pandemia** (Barómetro general 2019), destaca la disminución de compartir piso con otras personas (del 9,5% al 7,4%) frente al aumento de quienes viven solos/as (del 5,8% al 10,3%), lo que incide en la sensación de soledad, como veremos más adelante.
- ▶ Por género, la proporción de **mujeres que declaran residir en pareja** es sustancialmente superior a la de **los hombres** (41,9% frente a 24,5%), mientras que ellos destacan, comparativamente, en el hecho de **vivir en solitario** (16,1%).
- ▶ Conforme **aumenta la edad aumentan las diferencias de género** en cuanto al patrón de convivencia, destacando las mujeres, cada vez más, en la cohabitación en pareja (58,2%), mientras que ellos residen, con más frecuencia, solos.
- ▶ El cruce con **variables sociodemográficas** señala de modo bastante claro el perfil de aquellos que **continúan residiendo en el domicilio familiar**; además de ser los más jóvenes entre los grupos de edad, también son aquellos que declaran **estudios inferiores** a nivel universitario, quienes se ubican en las **clases bajas y medio bajas**, residen en **entornos poblacionales diferentes a las grandes urbes**, aquellos que **solo estudian** y quienes se posicionan en la izquierda ideológica.

## MOTIVOS PARA VIVIR EN EL HOGAR FAMILIAR

Datos en %. Base: residen en el hogar familiar (N=573)



- Una parte importante de entrevistados, debido al rango de edades del estudio, destaca todavía **ser joven o estar estudiando** como motivo para residir en el hogar familiar (37,9%).
- Con respecto al resto de motivos, destaca la **falta de trabajo y la inestabilidad laboral** (29,7%), seguido de encontrarse a gusto en el hogar familiar (19,2%) y, en una proporción mucho menor, tener que ayudar o cuidar a los progenitores (9,2%).
- Por género, la sensación de **ser demasiado joven** para emanciparse y la **falta de trabajo** son motivos más frecuentemente mencionados por las **mujeres**, mientras que **encontrarse a gusto** en el hogar familiar y ayudar o **cuidar a los progenitores** son, comparativamente, motivos más frecuentes entre los **hombres**.
- El cruce del género por edad introduce matices: en las edades inferiores, ellas aducen mucho más que ellos el estar estudiando (83,3%), mientras que a edades superiores son los hombres quienes más destacan en el motivo de seguir estudiando (16,2%), mientras que **las mujeres destacan en edades superiores la precariedad económica y laboral** (52%).
- Aquellos que residen en **grandes ciudades** y, evidentemente, aquellos que **están estudiando** son los que declaran en mayor proporción residir en el domicilio familiar por motivos de estudio.
- La **falta de trabajo y precariedad económica** como motivos están más presentes entre las **clases bajas y medio bajas**, entre aquellos que declaran estudios superiores y, de manera obvia, entre aquellos que se declaran en **paro**.

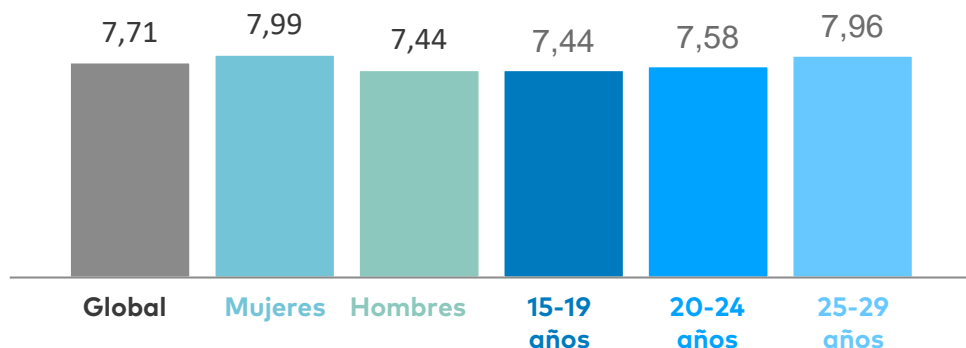


## APOYO FAMILIAR

Datos en promedios. Escala de 0 (nada apoyado/a) a 10 (totalmente apoyado/a).

Base: total muestra (N=1200)

*¿Hasta qué punto se sienten apoyados/as por su familia?*

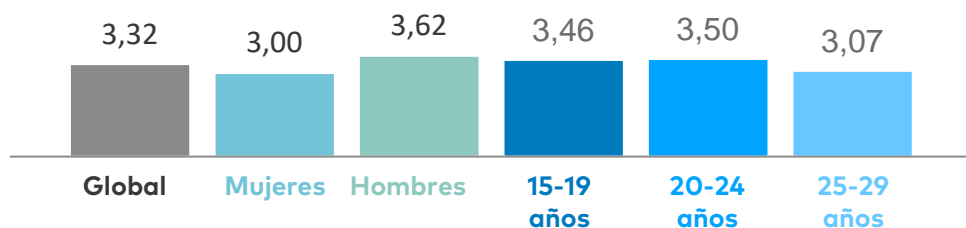


## FAMILIA COMO FUENTE DE PROBLEMAS

Datos en promedios. Escala de 0 (ningún problema) a 10 (un gran problema).

Base: total muestra (N=1200)

*¿Hasta qué punto su familia constituye un problema?*



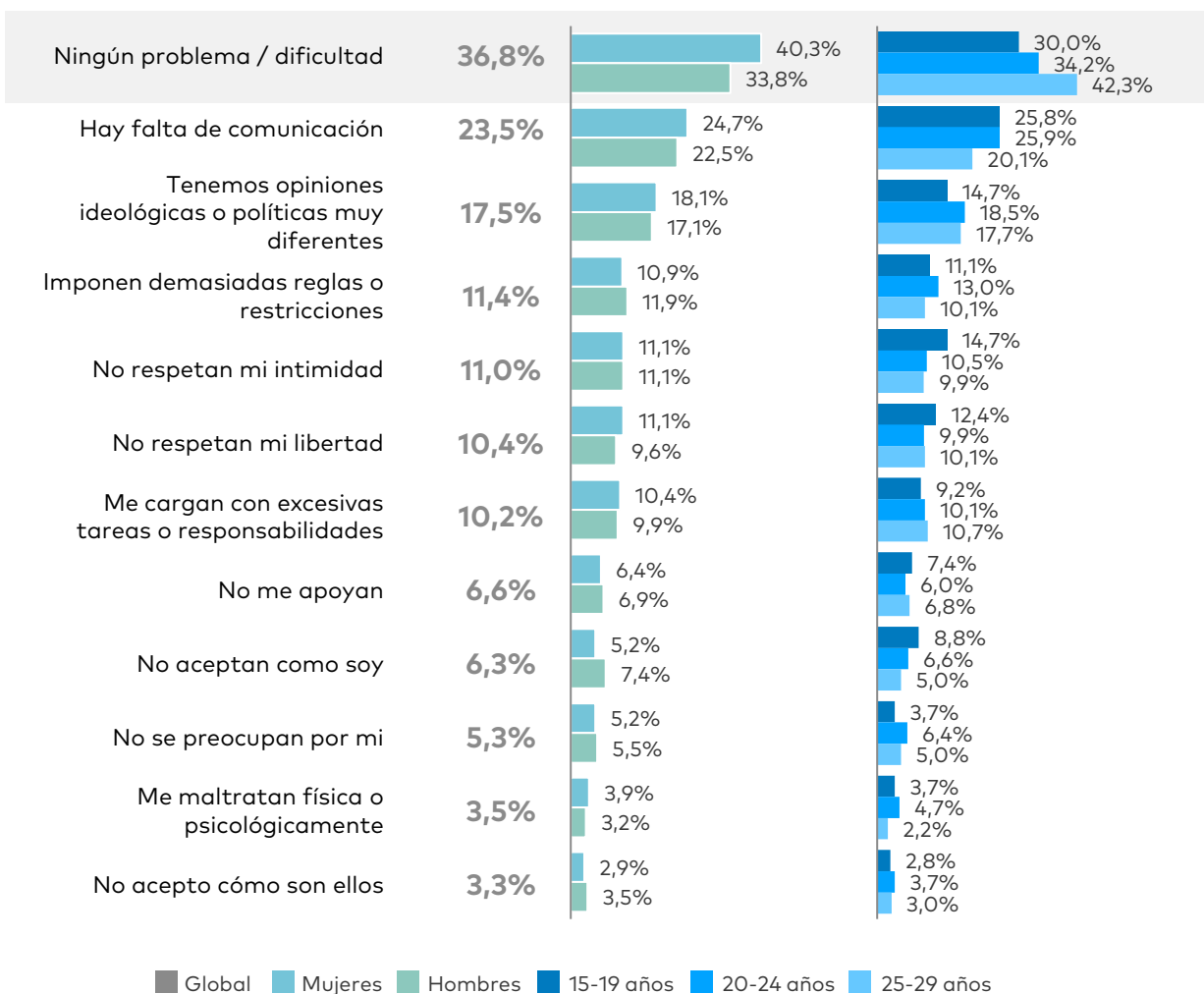
- Una base fundamental de los determinantes relacionales a analizar es la **calidad de las interacciones familiares**, en términos de apoyo recibido por parte de la familia o de potenciales problemas que ésta ocasiona, independientemente de si se sigue conviviendo o no en el domicilio de los progenitores.
- Tanto ellos como ellas muestran un **gran nivel de apoyo recibido de la familia** (promedio de 7,71 en una escala de 0 a 10) y, en líneas generales, no perciben a la familia como una fuente de problemas (promedio de 3,32).
- Sin embargo, encontramos diferencias por género, ya que el apoyo percibido **entre las mujeres es mayor** que entre los hombres (7,99 frente a 7,44). Congruentemente, ellos conciben, en mayor medida, a la familia como una fuente de problemas, si bien las diferencias son pequeñas (3,00 en mujeres frente a 4,62 en hombres).
- La percepción de **apoyo familiar va aumentando ligeramente con la edad**, pero siempre es más alta entre ellas. Del mismo modo, la percepción de problemas familiares es mayor entre ellos, también independientemente de la edad, y especialmente alta en el grupo entre 25 y 29 años.

P30. Empleando una escala de 0 a 10, donde 0 es "nada apoyado/a" y 10 "totalmente apoyado/a", ¿hasta qué punto te sientes apoyado/a por tu familia?/

P31. Empleando una escala de 0 a 10, donde 0 es "ningún problema" y 10 "un grave problema", ¿hasta qué punto tu familia supone un problema para ti?

# PROBLEMAS FAMILIARES

Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

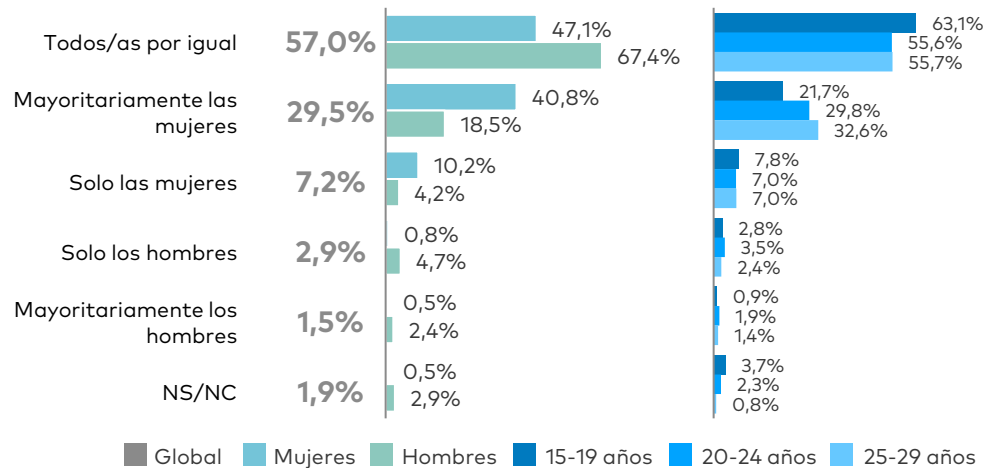


- Dada la baja nota que los y las jóvenes otorgan a la familia como fuente de problemas, resulta lógico que una mayoría declare que **la familia no constituye ningún problema (36,8%)** y, también de manera coherente con los resultados anteriores, que ellas adopten más esta postura (40,3%) que ellos (33,8%).
- La **falta de comunicación es una dificultad clásica** de las relaciones con los progenitores, siendo mencionada por casi un cuarto de la muestra, ligeramente más por las mujeres (24,7%) que por los hombres (22,5%).
- Destaca la diferencia de **opiniones políticas o ideológicas** (15,5%), la imposición de restricciones (11,4%), la falta de respeto por la intimidad (11%) y la libertad (10,4%), así como la imposición de excesivas responsabilidades (10,2%), si bien todos estos problemas sólo son mencionados por aproximadamente 1 de cada 10 jóvenes.
- Asimismo, importan las menciones menores que manifiestan **problemas de mayor trascendencia**: un 6,6% afirma que su familia no le apoya, un 6,3% que no le aceptan como soy, un 5,3% que no se preocupan por mí e incluso un 3,5% declaran haber sufrido algún tipo de maltrato físico o psicológico.
- El cruce por edad y el resto de variables sociodemográficas no revelan demasiadas diferencias significativas, siendo destacable que las **mujeres de menor edad** sienten, en mayor medida, la **presión de las normas impuestas** por parte de los progenitores (15,6%) y una mayor **falta de respeto hacia su libertad** (20%).

# TAREAS DOMÉSTICAS

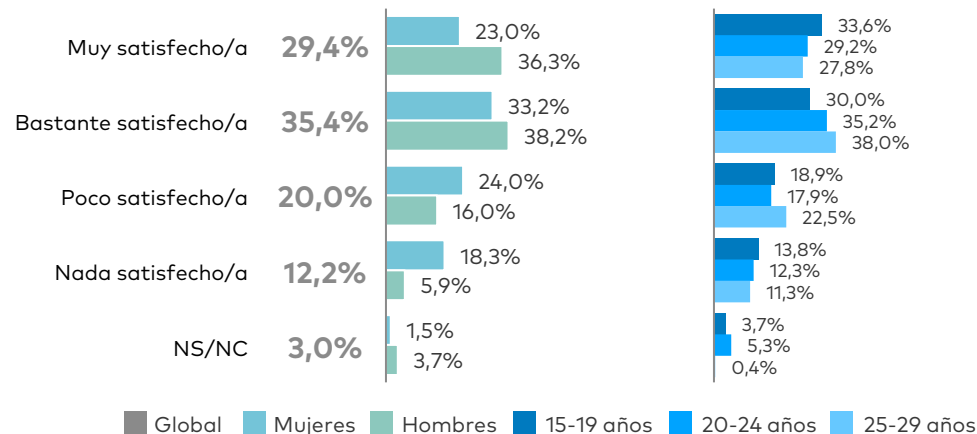
Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

## Percepción del reparto de las tareas domésticas



- Una potencial fuente de problemas o malestares es el **reparto de las tareas domésticas** en el hogar, donde chicos y chicas pueden sostener enormes diferencias en la percepción del equilibrio o desequilibrio con respecto a este aspecto de la vida familiar.
- En principio, la **apreciación mayoritaria** con respecto a este reparto de tareas es que **todos participan por igual** en las mismas, con un 57% de chicos y chicas que así lo manifiestan. Sin embargo, es una **impresión fuertemente modulada por el género**. Son muchos más los hombres que piensan así (el 67,4%) que las mujeres (47,1%), emergiendo un importante sesgo perceptivo de género.
- Por **edad**, los chicos piensan mayoritariamente, en cualquiera de los rangos de edad, que la participación es igualitaria. Por el contrario, esta percepción de igualdad es menor entre las mujeres a partir de los 20 años.

## Satisfacción con el reparto de las tareas domésticas

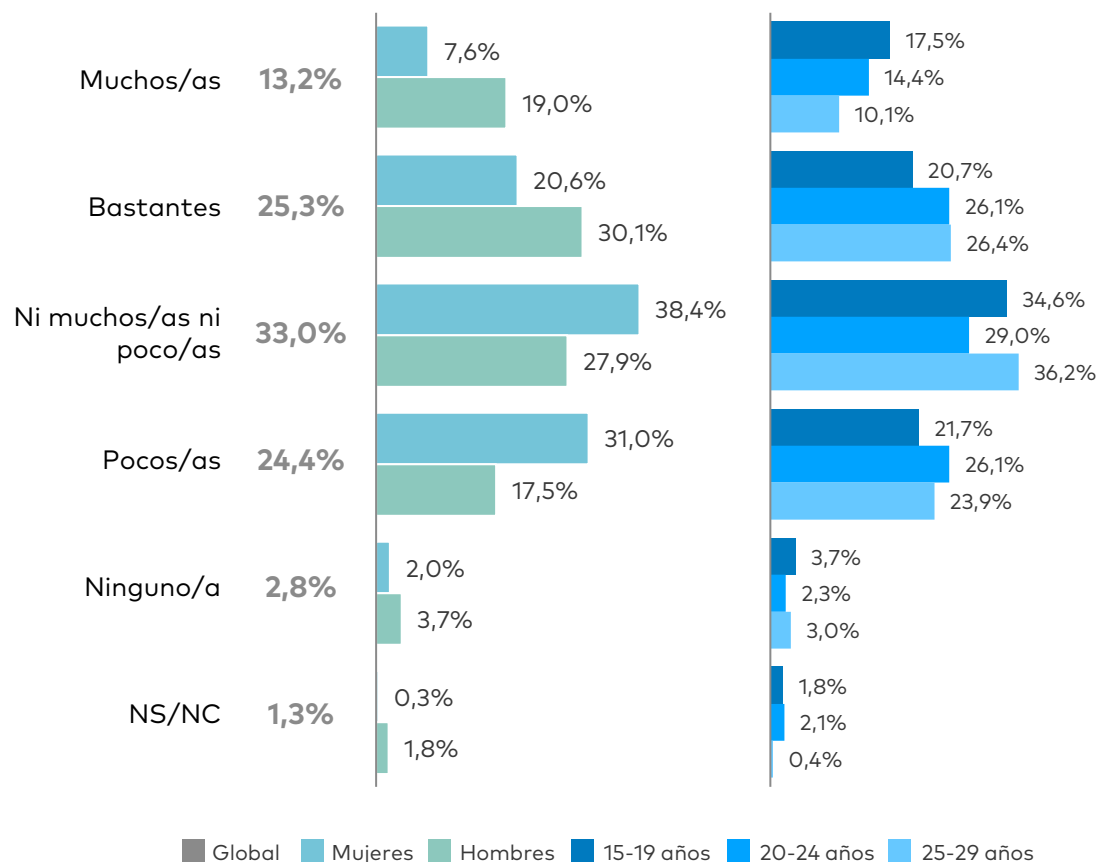


- Si la visión acerca del reparto de las tareas domésticas es muy diferente entre hombres y mujeres, también la **satisfacción por ese reparto mantiene tales diferencias de apreciación**. 3 de cada 4 chicos se muestra muy o bastante satisfecho con el reparto, mientras que en las chicas el porcentaje es del 56,2%.
- Por edad, **cuanto más mayores, ellas muestran mayor contraste con respecto a los hombres en términos de insatisfacción**, sea poca o mucha, con este reparto de tareas.
- Con respecto al resto de variables, se muestran **más satisfechos con el reparto de tareas** quienes se posicionan en las **clases altas y media altas**, declaran vivir cómodamente en su hogar en lo referido a la economía, aquellos que viven en **pareja**, residen en grandes ciudades y trabajan exclusivamente; además, también quienes piensan que en su hogar este reparto se da por igual.

## RELACIONES DE AMISTAD

Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

### Percepción de la cantidad de amistades que tiene

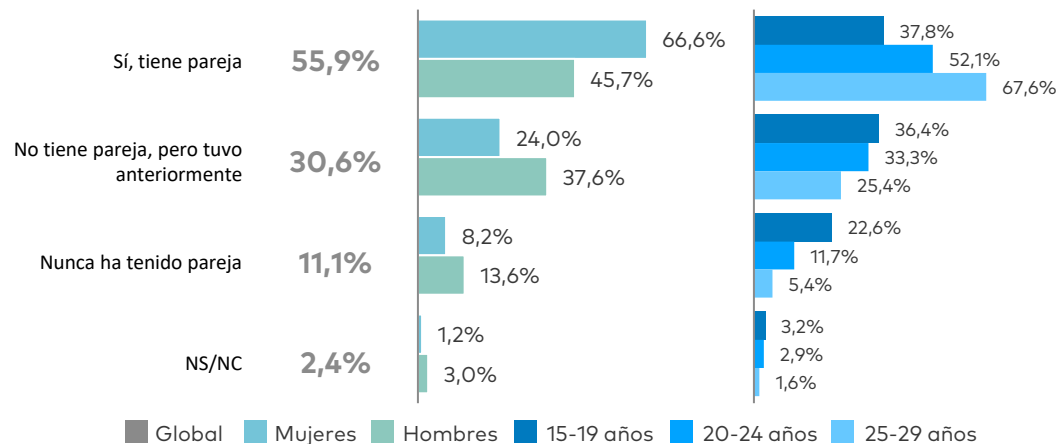


- Al igual que la familia, es sobradamente conocido el papel central que ocupa en la **socialización y desarrollo vital la influencia del círculo de amistades**, de compañeros etarios. La valoración subjetiva de estas relaciones, tanto en cantidad como en calidad, es otro de los aspectos esenciales a la hora de analizar los determinantes relacionales.
- Un **38,5% de jóvenes destaca que tiene muchos o bastantes amigos** y amigas, mientras que aproximadamente uno de cada tres señala que no tiene ni muchos ni pocos.
- Por **género**, encontramos sustanciales divergencias, de forma que las **mujeres** suelen destacar, en mayor medida, que tienen **pocas amistades** o que **no tienen ni muchas ni pocas**, mientras que prácticamente la mitad de los chicos destaca que tiene muchos o bastantes amigos.
- Por edad, la percepción sobre la **cantidad de amistades** que se tienen **disminuye progresivamente conforme aumenta la edad**, si bien el patrón de género se mantiene: en general, ellos destacan en todas las edades contar con más amistades que ellas.
- **Otras variables** afectan al resultado sobre la percepción de la cantidad de amistades. Quienes consideran que tienen muchos o bastantes suelen destacar en posicionarse en las **clases altas y medio altas**, con situaciones del hogar confortables (viven cómodamente y ahorran), aquellos que residen solos/as, los que continúa estudiando y quienes se ubican en posiciones ideológicas de derecha.

## RELACIONES DE PAREJA

Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

### Situación de pareja



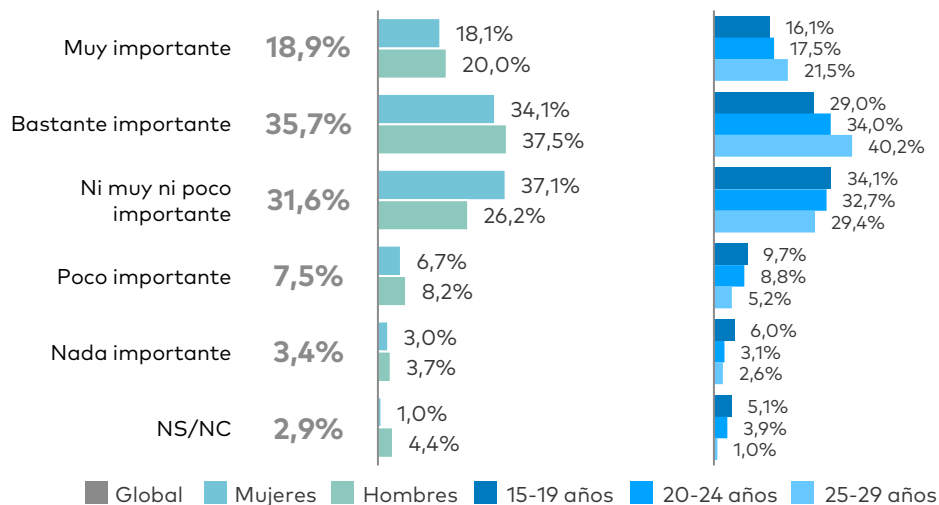
➤ La **pareja es otro pilar esencial** en el desarrollo vital de los y las jóvenes. Lo prueba el hecho de que casi el 56% declara tener pareja en este momento, y poco más del 30% haberla tenido con anterioridad. La experiencia de estar en pareja, o cuando menos de haberlo estado, está muy extendida, ya que alcanza al 86,5% de chicos y chicas.

➤ Por **género**, dos tercios de las mujeres y algo menos de la mitad de los hombres declaran estar en pareja actualmente, si bien el porcentaje de hombres que han tenido pareja con anterioridad (pero no actualmente) es mayor entre los hombres (37,6%) que entre las mujeres (24%).

➤ Independientemente de si se tiene o no pareja en la actualidad, una mayoritaria proporción de chicos y chicas afirman que es **bastante importante en su vida**, el 35,7%, con porcentajes bastante parecidos entre chicos (37,5%) y chicas (34,1%). Sin embargo, también una buena proporción manifiestan mucha más neutralidad hacia el tema, calificando a la pareja como ni muy importante ni poco importante (31,6%).

➤ Otras variables apuntan a perfiles que dan más o menos **importancia a las relaciones de pareja**: entre quienes es más significativa y relevante en su vida destacan los que declaran **estudios básicos**, pertenecen a las **clases altas**, declaran que en su hogar se vive cómodamente, aquellos que trabajan y los que se declaran de derechas.

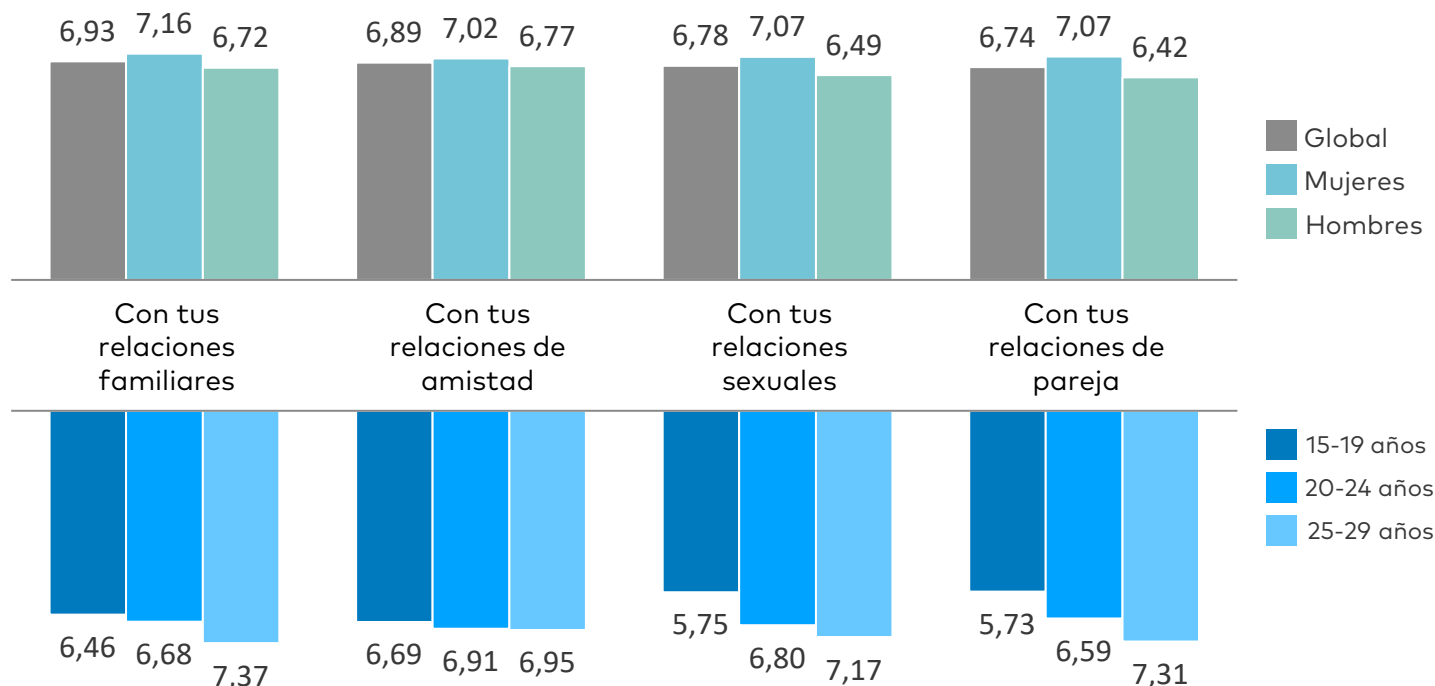
### Importancia de tener pareja



## SATISFACCIÓN CON LAS RELACIONES INTERPERSONALES

Datos en promedios. Escala de 0 (nada satisfecho) a 10 (totalmente satisfecho). Base: total muestra (N=1200)

- En general, entre los y las jóvenes hay una **satisfacción elevada con sus relaciones interpersonales**, destacando las **relaciones familiares** (promedio de 6,93 en una escala de 0 a 10) y las relaciones de **amistad** (6,93), por delante de las relaciones sexuales (6,78) y de pareja (6,74).
- Sin embargo, es destacable la **importante diferencia de género**, de forma que todos los promedios de satisfacción son mayores entre las mujeres, superando los 7 puntos, que entre los hombres. Esta mayor y significativa satisfacción femenina permea todas las edades y **crece progresivamente con la edad**, para ambos géneros, presumiblemente a medida que el proceso de desarrollo vital va haciendo más importantes y esenciales los apoyos de familia, amigos y pareja, así como las relaciones sexuales.

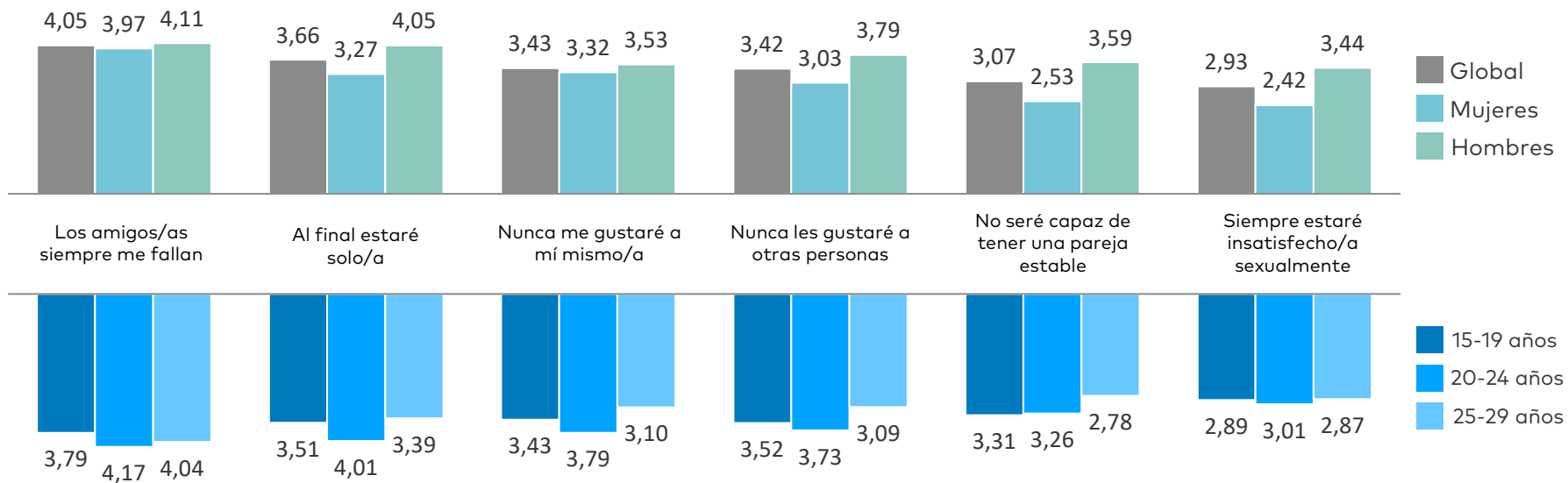


- Con respecto al **resto de variables sociodemográficas**, la satisfacción relacional tiene un perfil muy definido: es mayor entre jóvenes con estudios superiores, entre quienes residen en pareja y están trabajando. Por contraposición, entre las clases bajas y medio bajas se percibe una menor satisfacción con todos los tipos de relaciones interpersonales.

# AFIRMACIONES SOBRE LA CONSTRUCCIÓN PERSONAL

Datos en promedios. Escala de 0 (nada de acuerdo) a 10 (totalmente de acuerdo). Base: total muestra (N=1200)

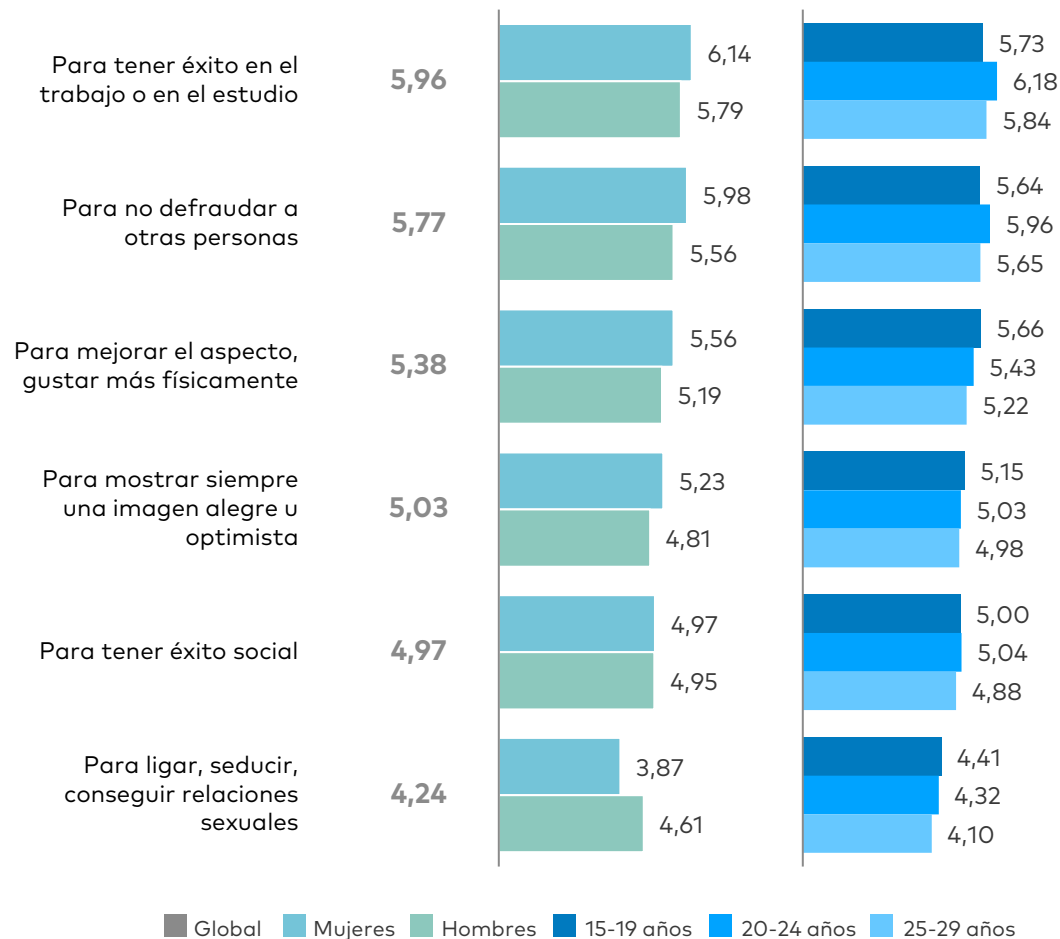
- Explorando aspectos relacionados con la construcción personal y la imagen de sí, se aprecia cómo, en términos generales, **la imagen de los y las jóvenes con respecto a sus relaciones personales y su autoestima es positiva**, puesto que ninguna de las afirmaciones consideradas supera una puntuación de 5 (en una escala entre 0 y 10). Entre las afirmaciones que generan mayores dudas y ambivalencia, nos encontramos la **decepción por parte de las amistades** (4,05, muy similar entre hombres y mujeres) y la sensación de que al final **se quedarán solos/as** (3,66, con una mayor previsión de soledad entre los hombres).
- Por género, los **hombres también destacan en el resto de afirmaciones**, mostrando una mayor insatisfacción y falta de aceptación de sí mismos, sobre su construcción personal y su integración social futura.



- Por edad, existe una **mirada más negativa** sobre la imagen y construcción personal entre los **18 y 19 años**, mientras que conforme aumenta la edad la percepción es cada vez más positiva (esto se materializa en un menor grado de acuerdo con los distintos indicadores).
- Otras valoraciones debidas a **variables sociodemográficas** son muy llamativas. Existe un **perfil extraordinariamente pesimista** en comparación con sus compañeros/as con respecto a las capacidades de integración social que se encuentra entre aquellos que tiene como máximo el **nivel obligatorio de estudios**, aquellos que **viven solos/as**, los que declaran que en su **hogar la situación económica es difícil**, aquellos que están estudiando y los que se declaran de derechas.

# AFIRMACIONES SOBRE PRESIONES VITALES EXPERIMENTADAS

Datos en promedios. Escala de 0 (ninguna presión) a 10 (muchacha presión). Base: total muestra (N=1200)



- Bastantes de los elementos sometidos a juicio superan el 5, punto medio de la escala, es decir, chicos y chicas sienten una presión relativamente elevada -aunque no aguda- en ciertos temas, especialmente en **tener éxito en trabajo o estudios** (5,96), no **defraudar a otras personas** (5,77), para **gustar físicamente** (5,38) o para **mostrarse siempre alegre y optimista** (5,03).
- En casi todos los aspectos, **ellas se sienten algo más presionadas que ellos**. Chicos y chicas se igualan en cuanto a la presión percibida en lo referido a tener éxito social y ellos solo se declaran más presionados que ellas en lo referido a ligar, seducir, conseguir relaciones sexuales. Esta diferencia es curiosa puesto que precisamente los hombres se sienten menos presionados pero, en el apartado anterior, mostraban una menor confianza en sus capacidades para integrarse socialmente.
- La **interrelación entre género y edad** es llamativa: hasta los 25 años ellas declaran sentirse más presionadas en todos los aspectos, mientras que a partir de esa edad el género trastoca la tendencia y son ellos los que se sienten más forzados.
- Con respecto al resto de **variables sociodemográficas**, se muestran más presionados en tener éxito laboral o académico quienes cuentan con estudios superiores, declaran tener dificultades económicas en su hogar y aquellos que están en situación de desempleo.



# 3. IDENTIDADES SEXUALES Y VIVENCIAS DE GÉNERO

## ¿Cómo viven los y las jóvenes su orientación sexual?

- Casi **una cuarta parte de jóvenes que no se identifican con la heterosexualidad**, y no hay grandes diferencias sociodemográficas en su caracterización.
- Es entre estos y estas jóvenes que se consideran **homosexuales, bisexuales o de otra orientación sexual** donde se encuentran las mayores **dificultades para vivir esa orientación**; situación que mejora en las clases altas, quienes tienen estudios superiores o viven en pareja.

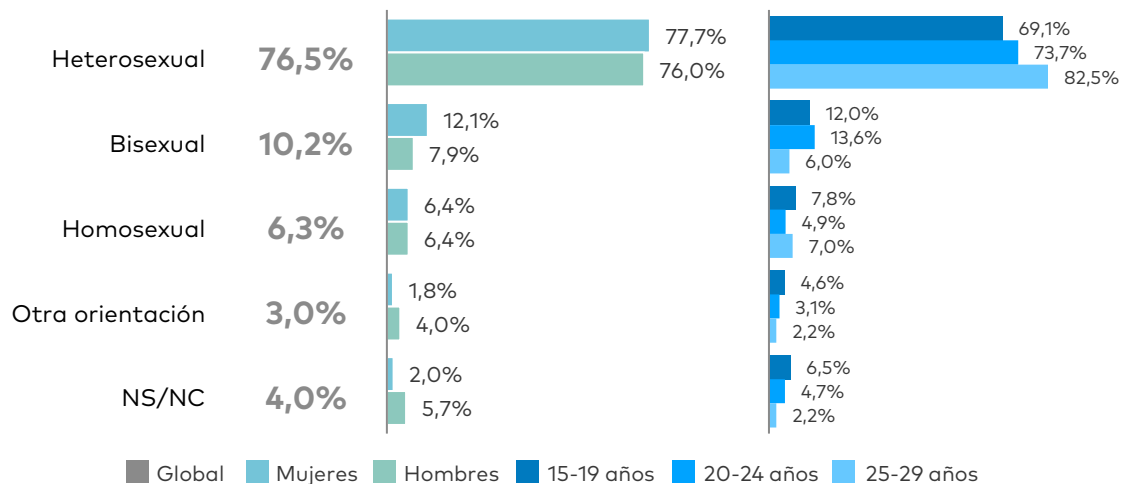
## ¿Y cómo están de concienciados/as sobre las desigualdades de género?

- La **conciencia sobre las desigualdades de género** en la población joven es **mayoritaria** aunque también hay porcentajes significativos que las minimizan o subestiman. Algo más de la mitad del colectivo considera que existen, y que son grandes o muy grandes, en España en general; sin embargo, una proporción ligeramente menor cree que son grandes o muy grandes entre la población joven.
- Es muy notorio el **mayor señalamiento de desigualdad de género**, con porcentajes muy superiores, **entre las mujeres**. Como también lo es la experiencia de discriminación en ámbitos concretos o el señalamiento de determinadas situaciones en las que el propio género condiciona (en la exposición a la violencia, la exigencia, ...), a pesar de que el reconocimiento de estas situaciones no sea muy generalizado.
- Finalmente, es muy **relevante el porcentaje de jóvenes** que reconocen **situaciones diversas de violencia en sus relaciones de pareja**, en algún momento de su vida. Y que esas situaciones, en general, sean **mucho más frecuentes entre las mujeres** que entre los hombres, excepto en las prácticas de control de la otra persona (directamente, a través del móvil, etc.) en las que, aunque también los porcentajes de mujeres que las sufren son más elevados, las diferencias entre ellos y ellas se reducen.
- Por lo tanto, el patrón de violencia y acoso en relaciones de pareja muestra una enorme transversalidad con respecto a la edad y otras variables sociodemográficas, estando vinculado especialmente a la desigualdad entre hombres y mujeres.

# ORIENTACIÓN SEXUAL

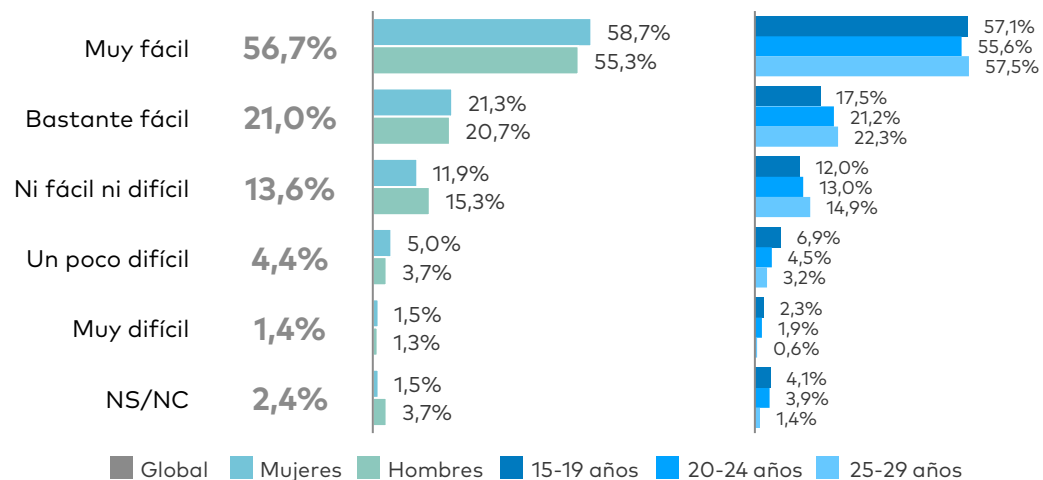
Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

## Orientación sexual declarada



- Algo más de **3 de cada 4 jóvenes** se declaran **heterosexuales** (76,5%), presentándose pocas diferencias entre hombres y mujeres.
- Además, un **10,2% de jóvenes se declaran bisexuales** y un **6,3% homosexuales**, mientras que la presencia de otras orientaciones sexuales y la proporción de jóvenes que no sabe o no contesta tiene una menor presencia.
- Por **género**, destaca la similaridad de las proporciones de homosexualidad entre hombres y mujeres, así como una **mayor presencia de bisexualidad entre las mujeres** (12,1% frente al 7,9% de los hombres).
- La presencia de la bisexualidad es mayor entre los grupos de edad más bajos, mientras que la heterosexualidad es más frecuente entre quienes tienen estudios superiores, trabajan y viven en pareja.

## Vivencia de la orientación sexual



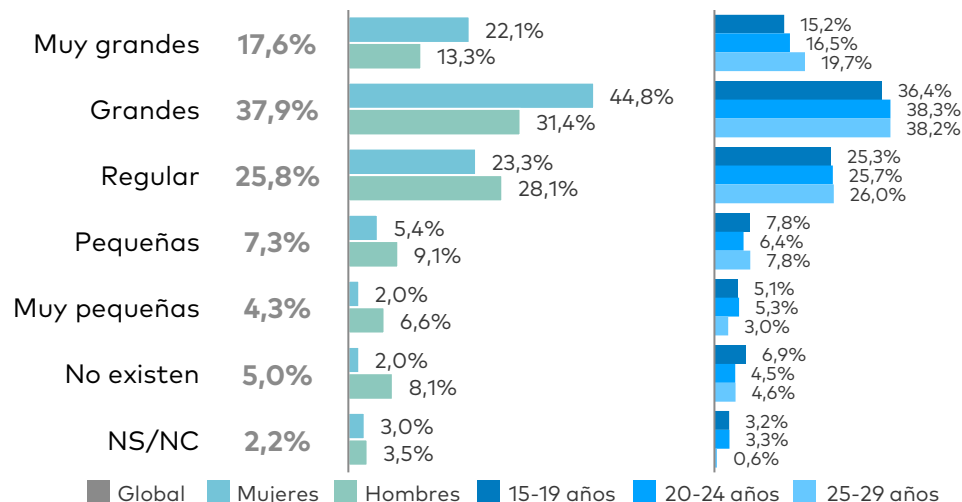
- Aunque a más de la **mitad de encuestados le resulta muy fácil vivir su orientación sexual**, es destacable que un 13,6% de encuestados se encuentran indecisos (ni fácil ni difícil) y que un 5,8% consideran que tienen dificultades para vivir su sexualidad.
- Por género, apenas encontramos diferencias en cuanto a las dificultades para vivir la sexualidad. Los mayores porcentajes de quienes viven **cómodamente** su orientación sexual se encuentran entre **las mujeres de 25 a 29 años**. Por otro lado, las **mayores dificultades** son las manifestadas entre los **chicos de 18 y 19 años** y las **chicas de 20 a 24** (un 10% en ambos casos dice que le resulta difícil o muy difícil).
- Obviamente, es mucho **más fácil** vivir la orientación sexual para **los y las jóvenes heterosexuales**; también entre los y las que tienen estudios superiores, quienes se definen en la clase alta y media alta, quienes trabajan o trabajan y estudian y quienes viven en pareja.

P54. Dirías que tu orientación sexual es... / P55. ¿En qué medida te resulta fácil o difícil vivir plenamente tu orientación sexual?

# PERCEPCIÓN DE LAS DESIGUALDADES DE GÉNERO

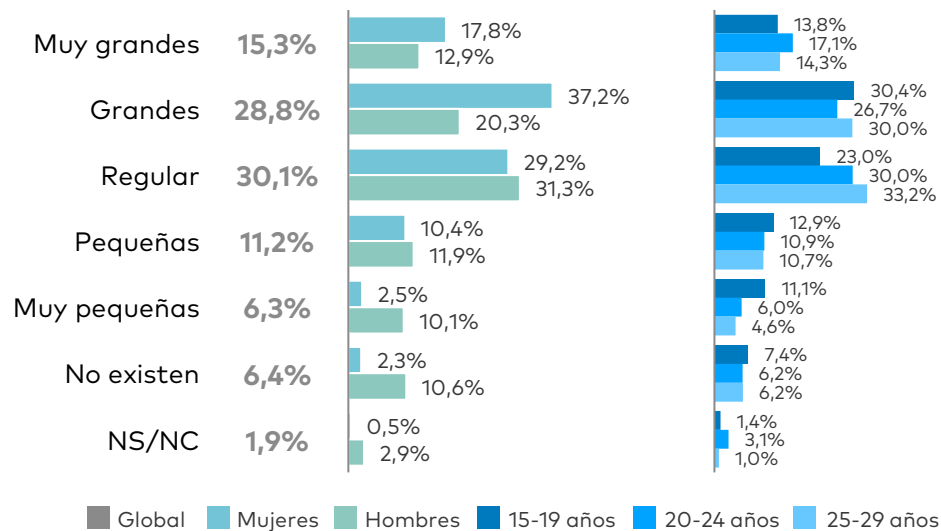
Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

## Desigualdades de género en España



- ▶ Las **desigualdades de género** aparecen como un problema importante dentro de la percepción de los y las jóvenes, puesto que un **56% de encuestados considera que son grandes o muy grandes**, y únicamente un 5% niega que existan. Además, 1 de cada 4 jóvenes que existen desigualdades de género, pero que no son ni grandes ni pequeñas, y algo más de 1 de cada 10 considera que son pequeñas o muy pequeñas.
- ▶ En este caso, encontramos **importantes asimetrías por género**, puesto que la negación de las desigualdades de género es mayor entre los hombres (8,1%), mientras que la afirmación de que son grandes o muy grandes es mucho mayor entre las mujeres (66,9% frente al 44,7% de hombres).

## Desigualdades de género en España entre jóvenes



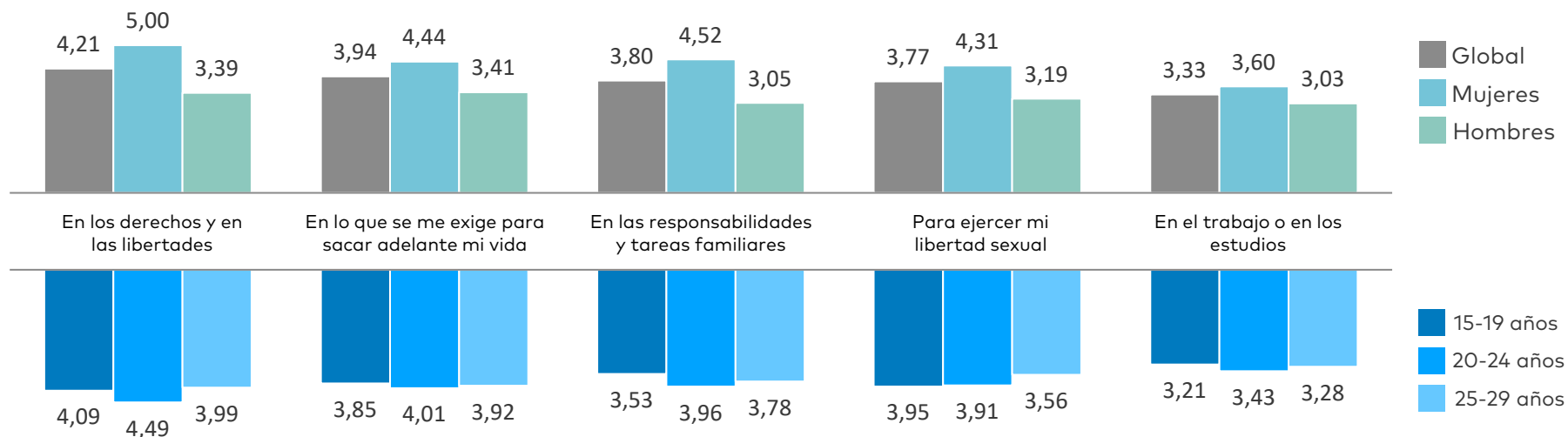
- ▶ Centrándose en **el colectivo juvenil**, se destaca una menor importancia de las desigualdades de género, si bien estas son grandes o muy grandes para el 44,1%. De nuevo, aparece el mismo **patrón de diferenciación por género**, de forma que 1 de cada 10 chicos (pero solo un 2,3% de las chicas) considera que no existen diferencias de género entre la juventud, mientras que la percepción de que las desigualdades son grandes o muy grandes es significativamente mayor entre ellas (55% frente al 33,2% de ellos).
- ▶ Frente a esta diferencia desde el género, con respecto al resto de variables sociodemográficas solo se aprecian diferencias en la valoración de las desigualdades de género según **el nivel de estudios**: la conciencia de desigualdad es más alta entre los y las jóvenes con estudios superiores y más baja entre los y las que tienen menor nivel académico.

P56. ¿Cómo calificarías las desigualdades que actualmente existen entre mujeres y hombres en nuestro país? / P57. ¿Y concretamente entre las personas jóvenes, cómo crees que son las desigualdades entre hombres y mujeres?

## SENTIMIENTOS DE DISCRIMINACIÓN POR GÉNERO

Datos en promedios. Escala de 0 (nada discriminado/a) a 10 (muy discriminado/a). Base: total muestra (N=1200)

- La **vivencia de discriminación en base al propio género no es muy alta**: la media de la frecuencia con que se ha sentido discriminación en los derechos y libertades es de 4,21, de 3,94 respecto a lo que se exige a una persona para sacar adelante su vida; de 3,80 en las responsabilidades y tareas familiares; de 3,77 para ejercer la libertad sexual y tan solo de un 3,33 en el trabajo o los estudios.
- Sin embargo, aparecen importantes diferencias entre hombres y mujeres, de forma que **ellas se sienten más discriminadas en todos los indicadores que ellos**, siendo especialmente relevante su percepción de la falta de derechos y libertades y la mayor responsabilidad que sienten en las cargas familiares.

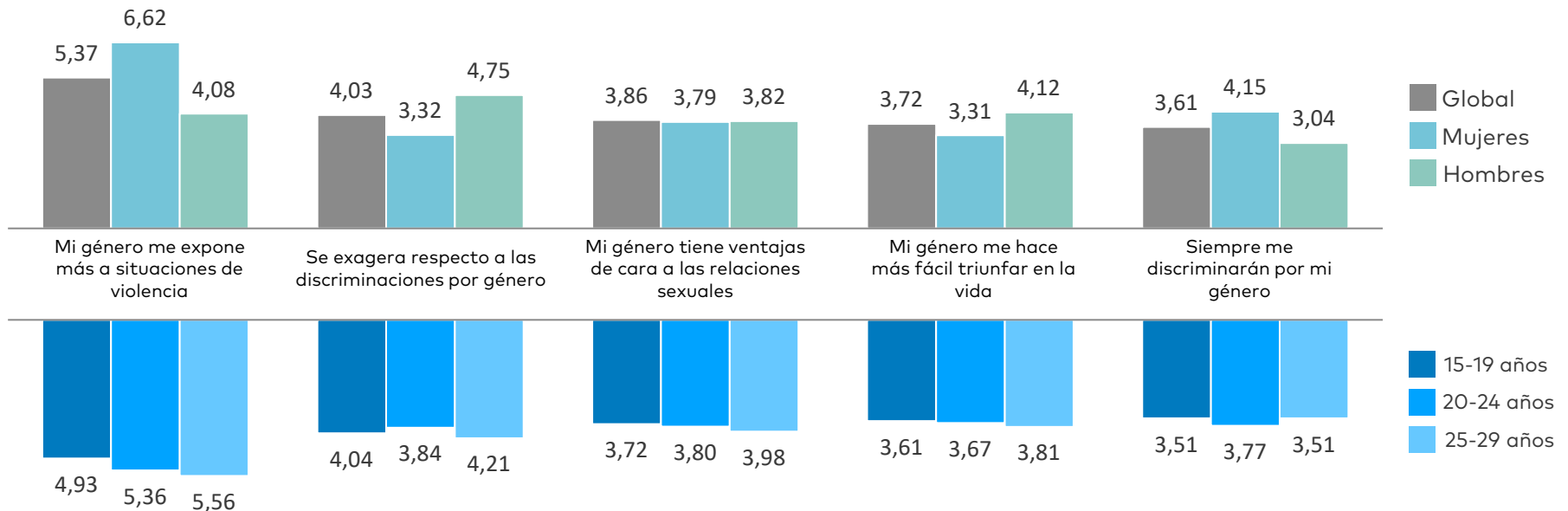


- La sensación de tener más **presión y exigencia** para sacar adelante la vida es mucho más alta entre las **mujeres de 20 a 24 años**, al igual que la vivencia de desigualdad frente a las responsabilidades y tareas familiares. Por su parte, la discriminación relativa al ejercicio de la **libertad sexual** es más alta entre los **18 y 24 años**, al igual que la discriminación en el trabajo o los estudios.
- Más allá del género y la edad tan solo se observan diferencias en la vivencia de discriminación según la **orientación sexual**, que es **especialmente más alta entre los y las jóvenes bisexuales** en relación con derechos y libertades (también entre los y las homosexuales) y la exigencia para sacar adelante la propia vida. Todos los grupos no heterosexuales declaran mayor discriminación para ejercer la libertad sexual.

## AFIRMACIONES SOBRE EL GÉNERO

Datos en promedios. Escala de 0 (nada de acuerdo) a 10 (totalmente de acuerdo). Base: total muestra (N=1200)

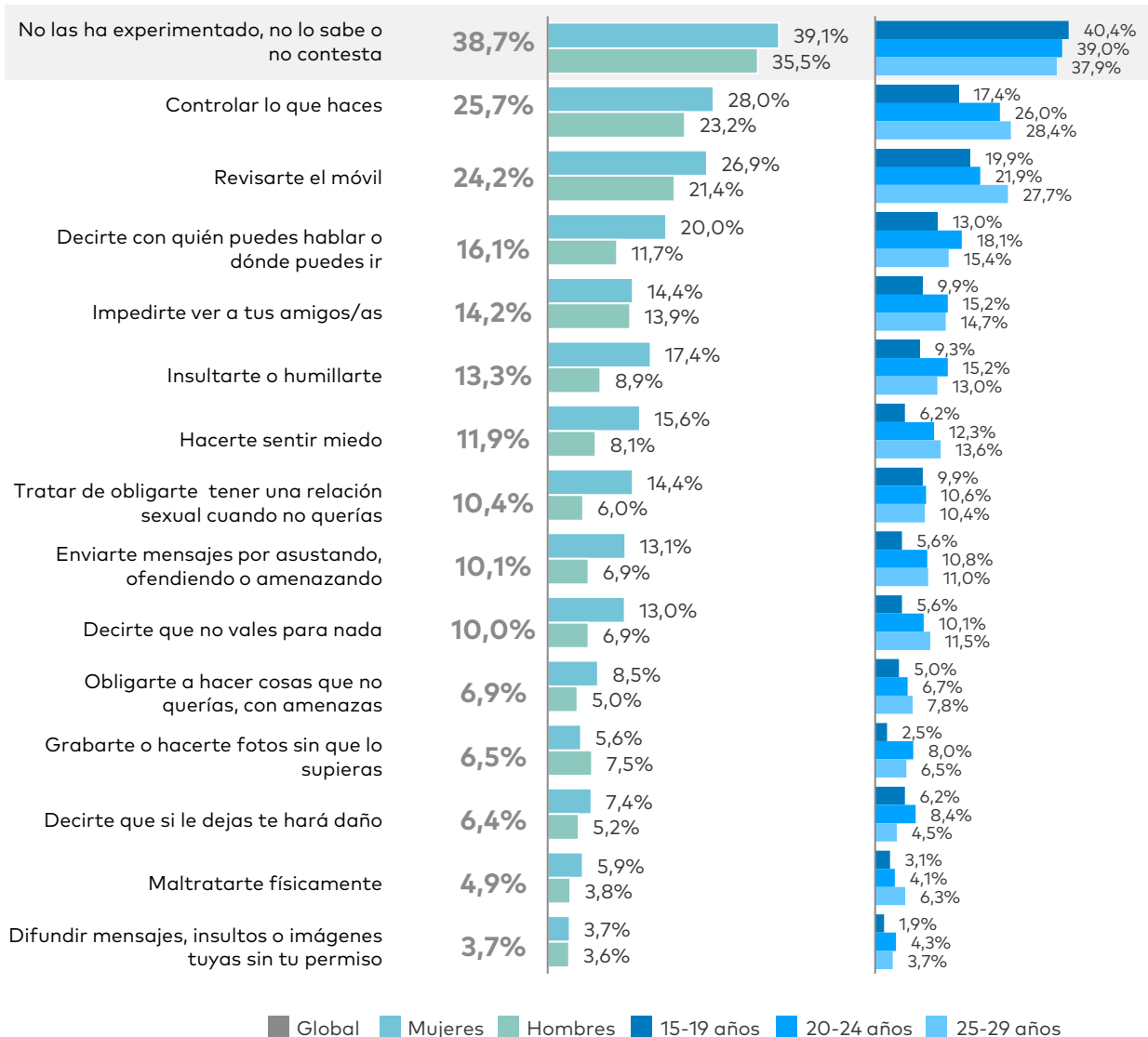
- El grado de acuerdo con las afirmaciones recogidas sobre la discriminación de género, de nuevo, está enormemente condicionado por su condición de hombres o mujeres. Así, entre **las mujeres** se destaca mayoritariamente que **el hecho de ser mujer les expone a situaciones de violencia** (6,62 de promedio sobre 10) y, en menor medida, que siempre serán discriminadas por ser mujer (4,15 frente al 3,04 de los hombres).
- Los **hombres**, por su lado, señalan en mayor medida que **se exagera con respecto a la discriminación de género** (4,75), pero también están de acuerdo, en mayor medida, con que ser hombre les hace más fácil triunfar en la vida (4,12 frente a 3,31 en el caso de las mujeres).



- Estas diferencias de valoración según el género se mantienen en todos los grupos de edad sin grandes variaciones en la diferencia de género interna en dichos grupos, aunque con algunos matices en las tendencias por edad. Por ejemplo, es algo más alta la percepción de las mujeres sobre su mayor **exposición a situaciones de violencia cuanto menor es la edad** y también respecto a la inevitabilidad de la discriminación de género.
- Con respecto al resto de variables sociodemográficas, existe un mayor acuerdo sobre la exposición a violencia en base al género entre la juventud con **mayor formación académica**, además de que las puntuaciones en todos los indicadores son mayores entre jóvenes de clase alta y media alta. Asimismo, entre los y las jóvenes **no heterosexuales** hay una mayor percepción de que siempre serán discriminados por su género.

# EXPERIENCIAS DE VIOLENCIA O ACOSO

Datos en %. Base: tienen o han tenido pareja (N=1038)



- Los resultados obtenidos sobre la **experiencia de situaciones de violencia y/o acoso en la pareja son tremendamente preocupantes**. Más allá del estricto maltrato o violencia física, las proporciones de jóvenes que reconocen haber sufrido o sufrir todo un conjunto de actos de violencia y acoso en sentido amplio son muy altas.
- Las experiencias más frecuentes son el **control de la actividad** (25,7%) y la **vigilancia del móvil** (24,2%), pero también aparecen otras como **decirte de qué puedes hablar** (16,1%), impedirte relacionarte con las amistades (14,2%), insultos y humillaciones (13,3%), hacerte sentir miedo (11,9%), forzara tener relaciones sexuales (10,4%) o enviar mensajes amenazantes (10,1%), así como ningunear a la otra persona (10%).
- Por género, **prácticamente todas las experiencias son significativamente más frecuentes entre las mujeres**. Especialmente grave es el hecho de que un **15,6% de mujeres han sentido miedo en relaciones de pareja**, el 14,4% destaca que les han **obligado a tener relaciones sexuales** sin su consentimiento y un 13% se han sentido amenazadas o ninguneadas.
- Aunque existen algunas diferencias sociodemográficas y ciertas formas de acoso, como el control de la actividad, se incrementan entre las mujeres de mayor edad, podemos señalar que el **patrón de desigualdad de género** en la vivencia de experiencias de violencia y acosos es enormemente **transversal**.

# 4. SALUD GENERAL



## ¿Cómo perciben los y las jóvenes su estado general de salud?

- Como es esperable, **la mayoría de jóvenes considera buena su salud**, su estilo de vida y su forma física; también la mayoría se preocupa por su salud y por su imagen. No obstante, hay porcentajes nada irrelevantes de personas jóvenes que no lo sienten o viven así y que, con distintos grados, pueden alcanzar a la cuarta parte del colectivo.
- Tampoco es irrelevante que en la mayoría de los indicadores subjetivos sobre la salud sean las **mujeres las que peor visión aportan sobre sí mismas**, y que sea el género (en combinación con la edad) la principal variable que segmenta al colectivo. También la clase social es una variable importante, mostrándose una peor percepción sobre la salud y la imagen personal entre las clases baja y media baja.

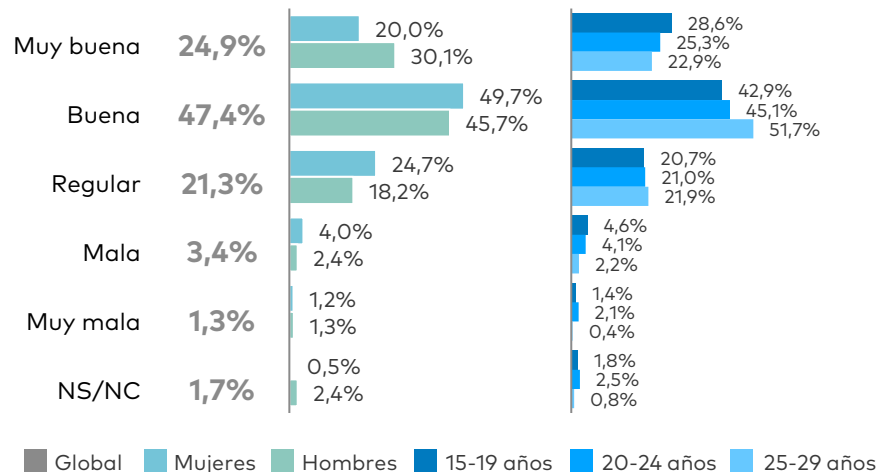
## ¿Y qué diferencias encontramos en cuanto a sus prácticas de salud?

- El género aporta diferencias respecto a otras prácticas de salud: **son las mujeres las que hacen dieta en mayor proporción**, las que más manifiestan preocuparse por su imagen física y las que hacen uso de fármacos diariamente con prescripción médica. Los hombres, por su parte, y aunque el porcentaje sea más minoritario en general, consumen más medicamentos frecuentemente sin prescripción facultativa.
- Hay que decir que la **frecuencia de uso de medicamentos** es muy llamativa (más mujeres, pero también hombres), pues son bastante habituales entre la juventud, en mayor medida bajo prescripción médica, pero también la automedicación es significativa dentro del colectivo.
- A pesar de sus diversas percepciones sobre la salud, la forma física o el estilo de vida, y de las diferencias de preocupación por la salud y la imagen, los y las **jóvenes consideran que no hay diferencias en la salud de las mujeres y la de los hombres**: solo una minoría considera que la salud de las mujeres es peor por motivos biológicos o por las tareas y responsabilidades derivadas de las desigualdades de género.

# AUTOPERCEPCIÓN GENERAL SOBRE LA SALUD

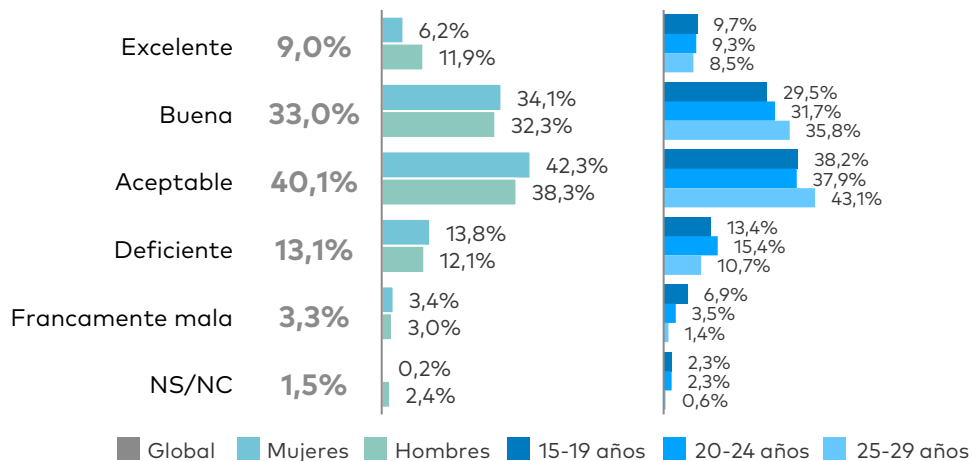
Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

## Percepción sobre el estado de salud



- Una amplia **mayoría de los y las jóvenes considera que su estado de salud es bueno o muy bueno (72,3%)**. Sin embargo, algo más de la cuarta parte no lo valora así y, en concreto, el 4,7% dice que su salud es mala o muy mala.
- La **percepción negativa** del estado de salud es algo más acusada **entre las mujeres**, y llega al 30% el porcentaje de chicas que valora su salud como regular, malo o muy mala. Esta diferencia de género está también muy relacionada con la edad, y se manifiesta a partir de los 20 años.
- La otra gran variable que condiciona el estado de salud es la **clase social**, pues la proporción de jóvenes de clase baja y media baja que consideran que su estado de salud es malo o muy malo es significativamente mayor que entre las clases alta y media alta.

## Percepción sobre la forma física



- Por otra parte, la **autopercepción sobre la forma física** de los y las jóvenes es significativamente peor que la de su estado de salud, de forma que un 42% indican que es buena o excelente, y un 40,1% que es aceptable.
- De nuevo las **mujeres valoran peor su forma física que los hombres**, pues únicamente un 6,2% de ellas considera tener una forma física excelente, frente al 11,9% de los hombres, aunque en el resto de categorías las diferencias no son tan pronunciadas.
- Las tendencias entre chicos y chicas y por edad muestran, en este caso, una **diferencia más aguda entre los 20 y 24 años**. Es en este grupo de edad donde se encuentran los peores resultados entre las mujeres.
- Del mismo modo, la percepción de la forma física también es peor entre jóvenes de **clases baja o media baja** y entre quienes tienen un menor nivel formativo.

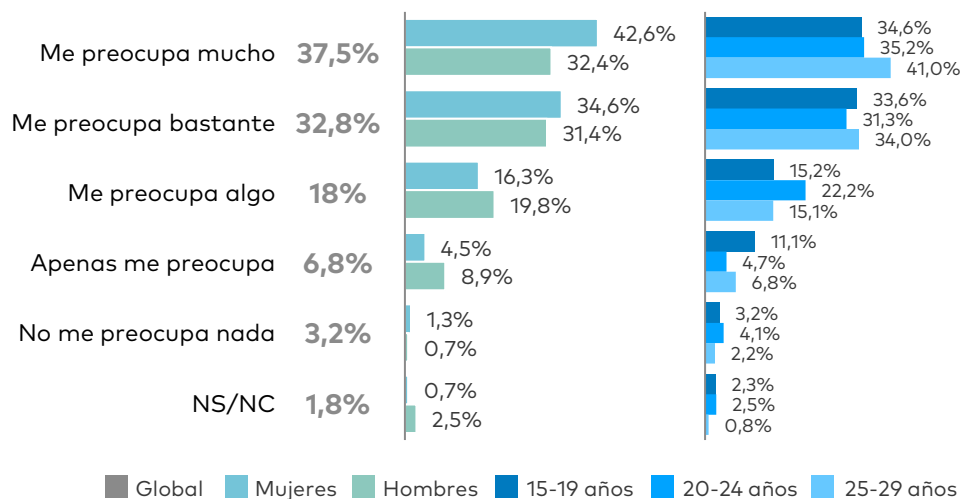
P69. En los últimos doce meses, ¿dirías que tu estado de salud ha sido muy bueno, bueno, regular, malo o muy malo?

P73. En general ¿Cómo dirías que es tu forma física?

# PREOCUPACIÓN POR SU SALUD Y POR SU IMAGEN EXTERNA

Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

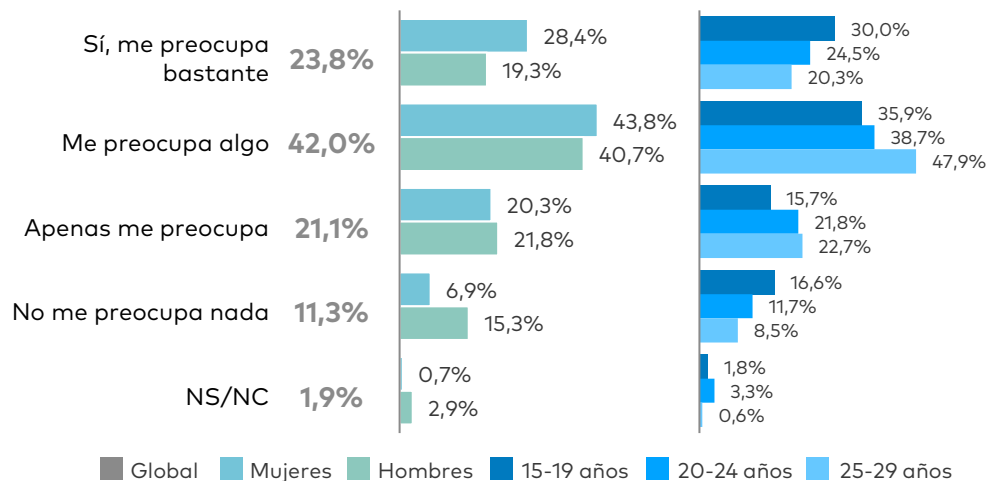
## Preocupación por su estado de salud



➤ Por encima de estas percepciones sobre la situación personal, el **nivel de preocupación por la salud que declaran los y las jóvenes es alto**. El 70% dice preocuparse bastante o mucho mientras que el 10% dice no preocuparse apenas o nada por su salud.

➤ Es muy significativa la **diferencia de género**: un 77,2% de mujeres dicen estar muy o bastante preocupadas por la salud, frente al 64% de los hombres. La preocupación por la **salud aumenta con la edad**, pero también lo hacen las diferencias de género: entre los 20 y 24 años la diferencia entre chicos y chicas es de 7 puntos (72% frente a 65%) y aumenta hasta 16 puntos entre los 25 y 29 (82% frente a 66%).

## Preocupación por su imagen externa



➤ También es **relativamente alta la preocupación manifestada por la imagen externa**, por el aspecto físico. Casi un 24% de jóvenes dice preocuparse bastante y el 42% algo, aunque casi uno de cada tres dice que le preocupa poco o nada su imagen. La preocupación por el aspecto físico es tanto más baja cuanto mayor es la edad, pero siempre **muy superior entre las chicas**.

➤ Con respecto al **resto de variables sociodemográficas**, hay una mayor preocupación por la salud entre las personas con mayor nivel educativo y entre quienes viven en pareja o con la familia de origen (frente a quienes viven solos/as o comparten piso), mientras que la preocupación por la imagen externa es mayor entre las clases baja y media baja.

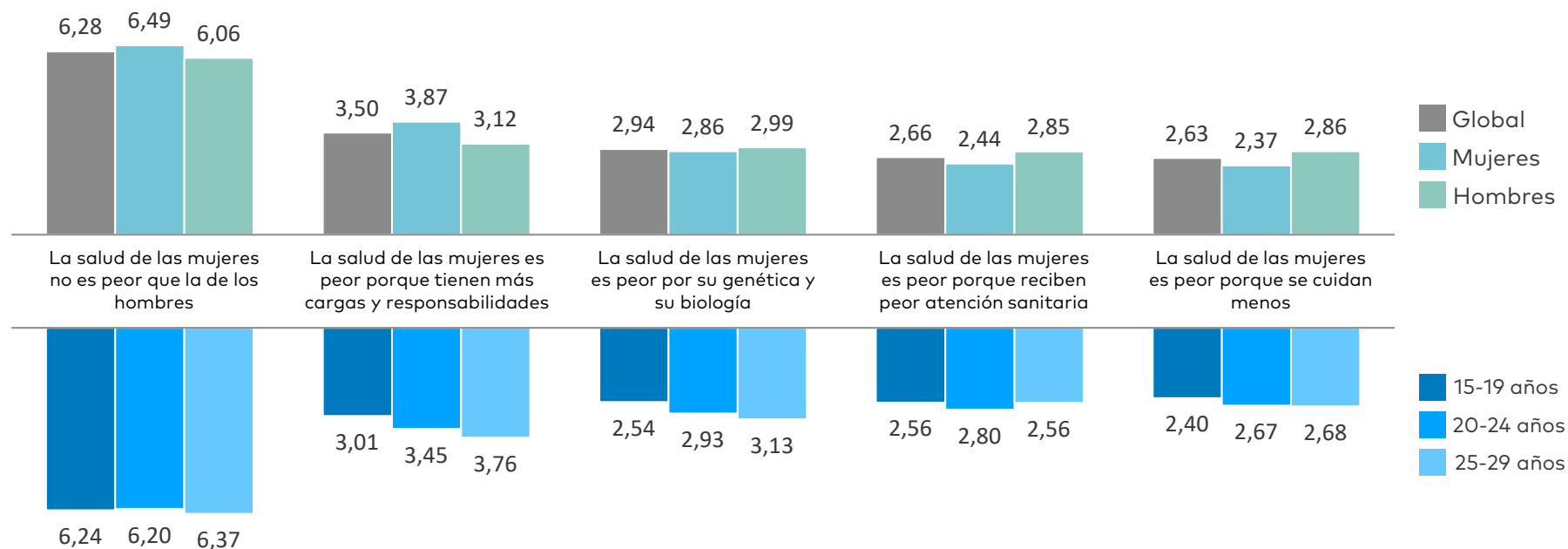
P78. ¿Te preocupa tu imagen externa, es decir, lo que los demás piensan de ti por tu aspecto físico?

P79. Y tu salud, ¿te preocupa?

## AFIRMACIONES SOBRE LA SALUD DE MUJERES Y HOMBRES

Datos en promedios. Escala de 0 (nada de acuerdo) a 10 (totalmente de acuerdo). Base: total muestra (N=1200)

- A pesar de las diferencias que se expresan en las percepciones sobre la salud, la forma física o el estilo de vida, y de las diferencias de preocupación por la salud y la imagen, los y las jóvenes consideran que **no hay diferencias en la salud de las mujeres y la de los hombres**: promedio de acuerdo de 6,28 sobre 10 en que la salud de las mujeres no es peor que la de los hombres y sólo una media de 2,94 de acuerdo en que la salud de las mujeres es peor por motivos biológicos.
- Tampoco se considera que las mujeres se cuiden menos o reciban peor atención sanitaria, pero una parte comparativamente mayor de las **chicas** considera que la salud de las mujeres es peor porque tienen **más cargas y responsabilidades** (3,87 de media en ellas y 3,12 en ellos). Entre los hombres, destaca comparativamente la percepción de que las mujeres reciben peor atención (2,85) y se cuidan menos (2,86), pero aún así son indicadores en los que el desacuerdo es mayor que el acuerdo.



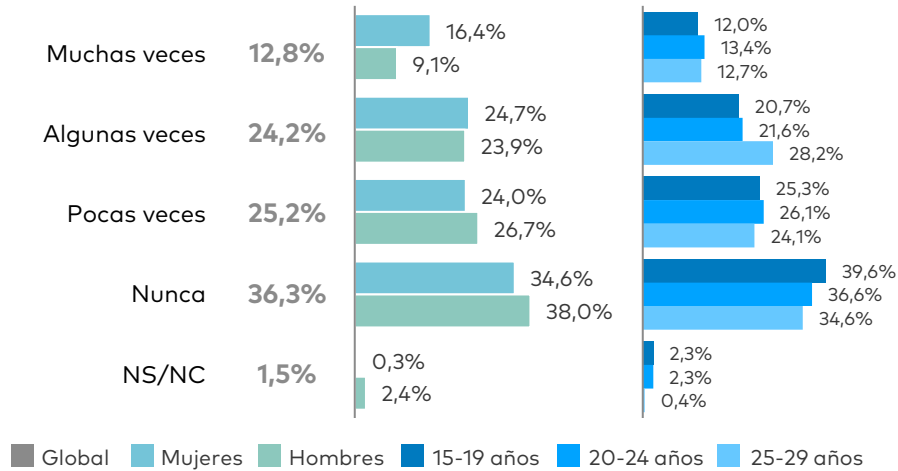
- Es decir, **las mujeres valoran más la explicación de carácter social que la biológica** o la que tiene que ver con los autocuidados o la atención sanitaria, y esta valoración aumenta según lo hace la edad (también entre los hombres, pero siempre por debajo de la puntuación de las mujeres) llegando prácticamente hasta el 4 entre las mujeres por encima de los 20 años, pero sobre todo entre 25 y 29. En el otro extremo de edad, **entre los de 18 y 19 años** es donde se encuentra la puntuación más alta en la **negación de las diferencias de género en la salud**.
- Por otra parte, todas las **explicaciones alternativas a la negación de la diferencia** son superiores entre los y las jóvenes de **clase alta y media alta**, entre quienes viven solos/as o comparten vivienda y, en general, entre quienes **trabajan**.

# DIETAS DE ADELGAZAMIENTO

Datos en %.

## Seguimiento de dietas de adelgazamiento

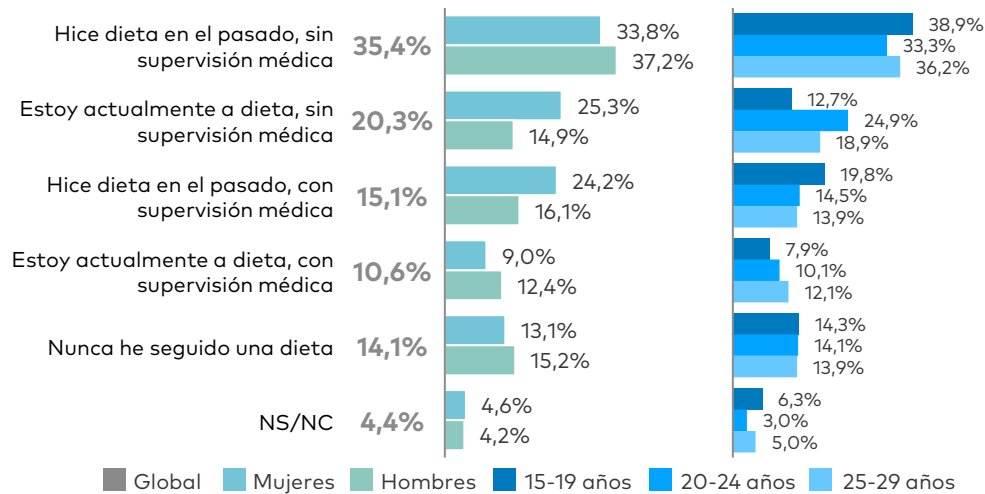
Base: total muestra (N=1200)



- Un **62% de jóvenes ha hecho dieta alguna vez en su vida**, un 13% dice que muchas veces. Aparecen importantes diferencias de género, pues son **más mujeres** las que han hecho algún tipo de dieta y más también las que las han hecho con mucha frecuencia (hasta el 16% frente al 9% de hombres).
- Por edad, los y las jóvenes de **más edad han seguido dieta alguna o muchas veces** en mayor proporción, y en todos los grupos de edad es superior el porcentaje de mujeres. La diferencia de género es más alta entre los 20 y 24 años, grupo en el que ha hecho dieta el 42% de las chicas y el 30% de chicos. Con respecto al resto de variables, la realización de dietas en algún momento de la vida es mayor entre las **clases alta y media alta**.

## Tipo de dietas que ha seguido

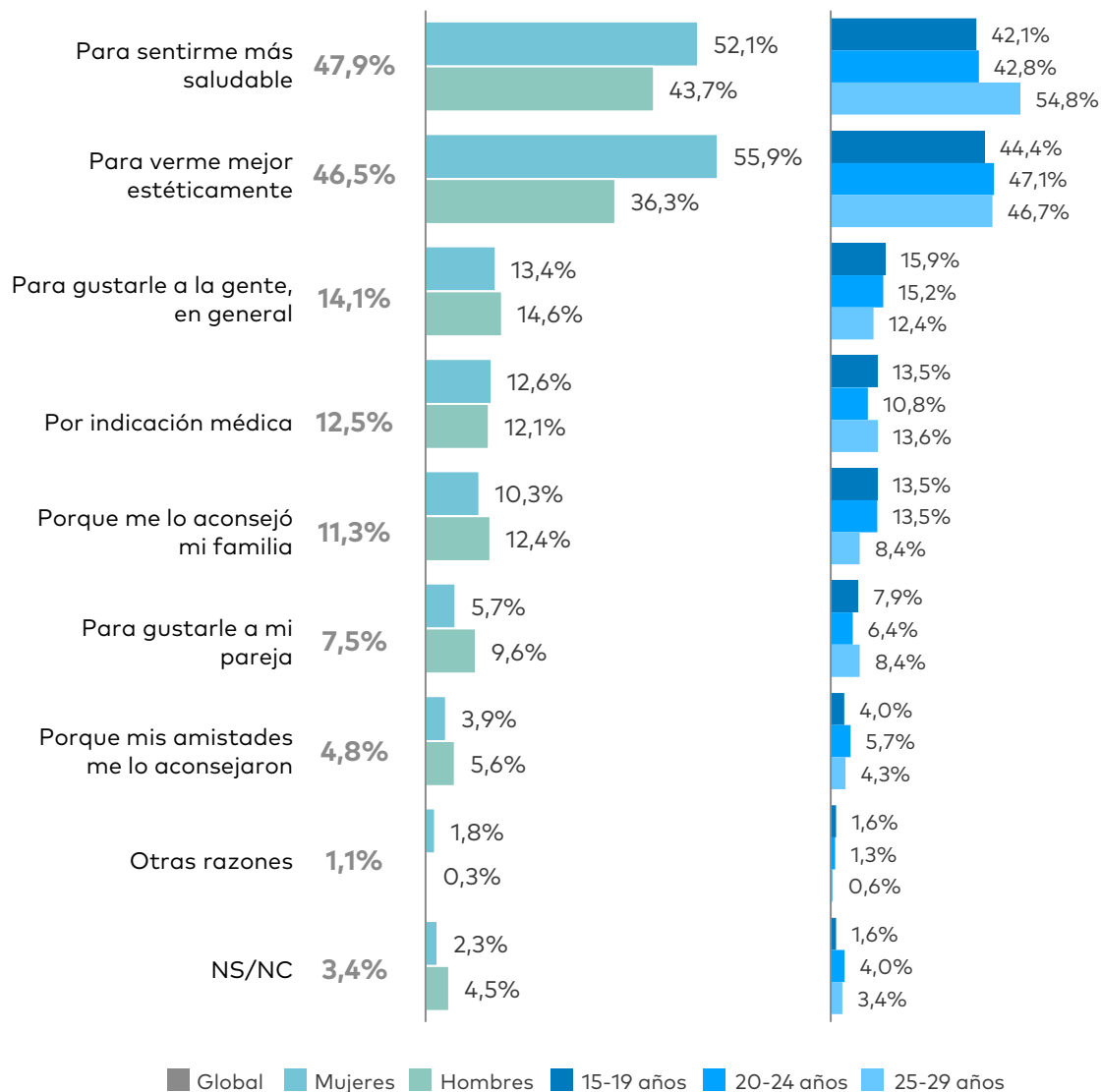
Base: han hecho dieta o realizan actualmente (N=746)



- De quienes han hecho dieta alguna vez, un **31% dice estar a dieta** en el momento de la encuesta, pero solo **el 11% con supervisión médica**. La falta de control médico en las dietas es una constante y, de hecho, el 56% de quienes han seguido alguna dieta lo han hecho por su cuenta, sin supervisión. Además, es mucho más frecuente la falta de supervisión entre las mujeres y especialmente entre los 18 y 19 años.
- La proporción de quienes están a dieta sin supervisión en la actualidad es superior entre los y las jóvenes de clase media o baja/media baja, y entre quienes viven con la familia de origen.

# MOTIVOS PARA REALIZAR UNA DIETA DE ADELGAZAMIENTO

Datos en %. Base: han hecho dieta o realizan actualmente (N=746)

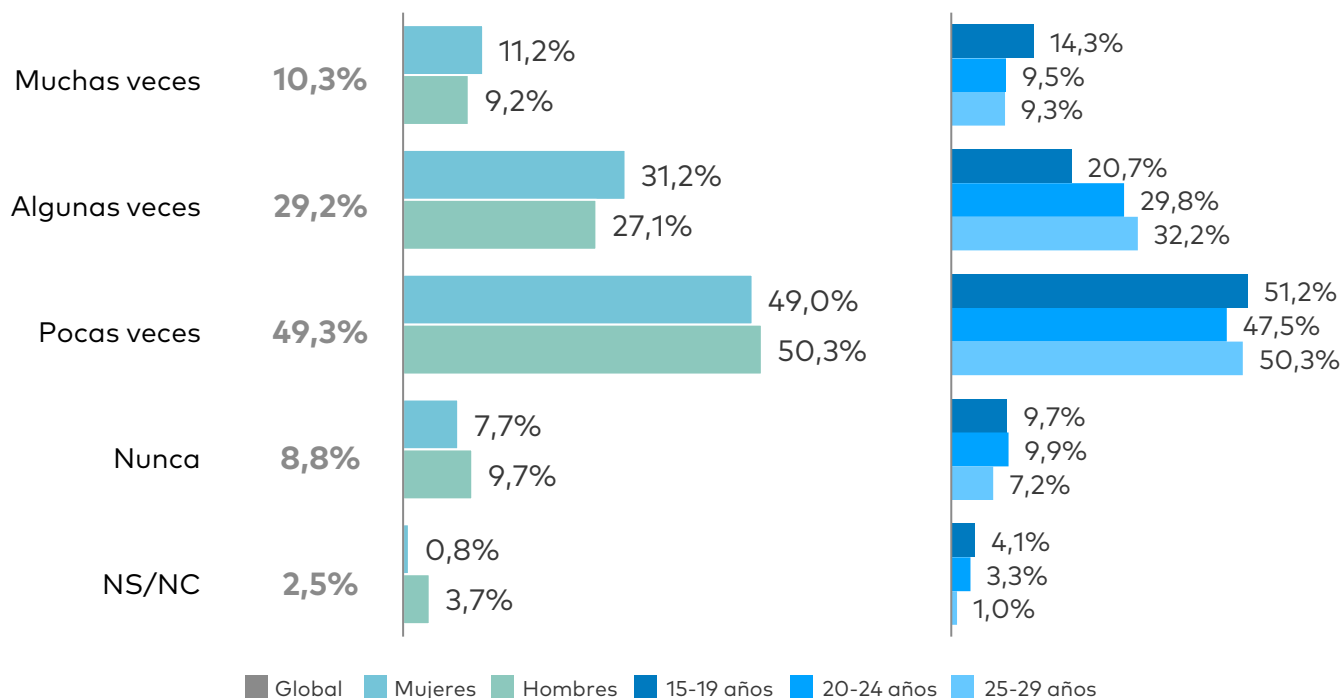


- ▶ En cuanto a las motivaciones destacadas para hacer dieta, **sentirse más saludable** (47,9%) y **verse mejor estéticamente** (46,5%), son las opciones mayoritarias, señaladas por casi la mitad de los y las jóvenes.
- ▶ Estas dos motivaciones son **comparativamente más frecuentes entre las mujeres**, especialmente la estética, donde las diferencias con los hombres son de casi 20 puntos (55,9% en ellas y 36,3% en ellos).
- ▶ Otras opciones más minoritarias son el hecho de **gustarle a la gente** (14,1%), la **indicación médica** (12,5%), por **consejo de la familia** (11,3%) o para **gustarle a la pareja** (7,5%). Este tipo de motivaciones (a excepción de la indicación médica), son ligeramente más frecuentes **entre los hombres**.
- ▶ Por **edad**, hacer dieta para sentirse más saludable es más frecuente cuanto mayor es la edad, y los motivos estéticos aumentan entre los 20 y 24 años.
- ▶ Con respecto al resto de variables sociodemográficas, **sentirse más saludable** es un motivo más señalado cuanto mayor es el **nivel de estudios**, en la **clase media**, entre quienes trabajan y quienes viven en pareja o compartiendo piso.
- ▶ Por su parte, hacer dieta para verse mejor **estéticamente** es también superior entre quienes tienen un mayor **nivel de estudios**, pero en este caso entre jóvenes de **clase media y baja o media baja**.

## ASISTENCIA A SERVICIOS MÉDICOS O SANITARIOS

Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

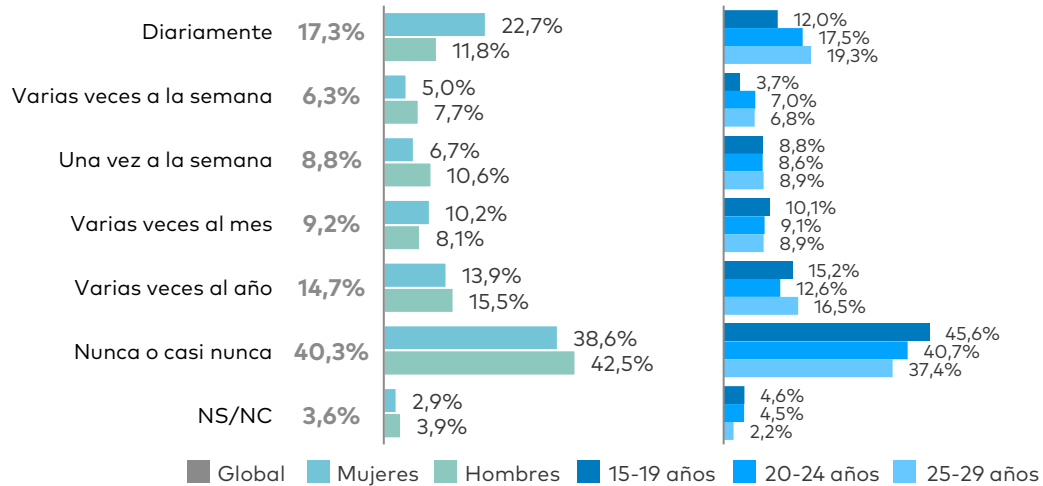
- La **frecuencia de la asistencia a consultas sanitarias** o servicios médicos **no es alta** entre los y las jóvenes: aunque un 10% dice haber asistido muchas veces, casi la mitad del colectivo lo ha necesitado pocas veces en el año anterior a la encuesta y el 9% nunca.
- Las **mujeres acuden más** a este tipo de consultas que los hombres: un 42% de ellas lo ha hecho algunas o muchas veces, frente al 36% de ellos. La **mayor frecuencia** de asistencia a consultas sanitarias se encuentra entre las **chicas de 25 a 29 años** (44% algunas o muchas veces), y la menor entre los chicos de 18 a 19 años (33% pocas veces o nunca).
- Tomando en consideración el resto de variables sociodemográficas, se observa que acuden más a consultas médicas los y las jóvenes de **clase alta y media alta**, y quienes viven actualmente solos/as o en pareja.



# CONSUMO DE MEDICAMENTOS

Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

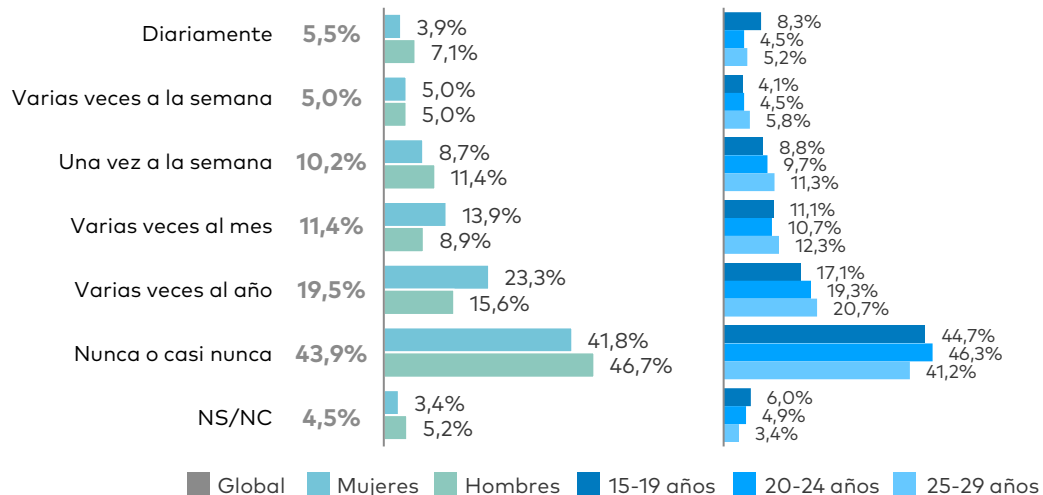
## Ingesta de medicamentos CON RECETA



➤ El consumo de medicamentos es otro de los aspectos claves en la gestión sanitaria, y tiene la doble mirada del uso bajo prescripción facultativa o por automedicación. En el año previo a la encuesta un **40% de jóvenes dice no haber consumido medicamentos** con control médico, y el 44% no ha usado fármacos sin dicho control. En todos los indicadores el **consumo** que se realiza de medicamentos es **superior en el supuesto de la prescripción especializada**.

➤ El **uso habitual** de fármacos con prescripción es **claramente superior entre las mujeres**, de las que el 23% consume medicamentos con receta a diario, frente al 12% de los hombres; sin embargo, la automedicación con uso diario (y el semanal) es más alto entre los chicos.

## Ingesta de medicamentos SIN RECETA



➤ Por otra parte, se observa que el consumo de fármacos pautado por especialistas aumenta con la edad, si bien la **automedicación diaria** es superior entre los **jóvenes de menor edad** (18 y 19 años).

➤ Con respecto al resto de variables sociodemográficas, se aprecia un mayor consumo de fármacos entre las **clases alta y media alta**, tanto con receta como sin receta, así como el uso con receta entre quienes **trabajan o trabajan y estudian**.



# 5. BIENESTAR Y MALESTAR PSICOLÓGICO

## ¿Qué experiencias de malestar han sufrido los y las jóvenes?

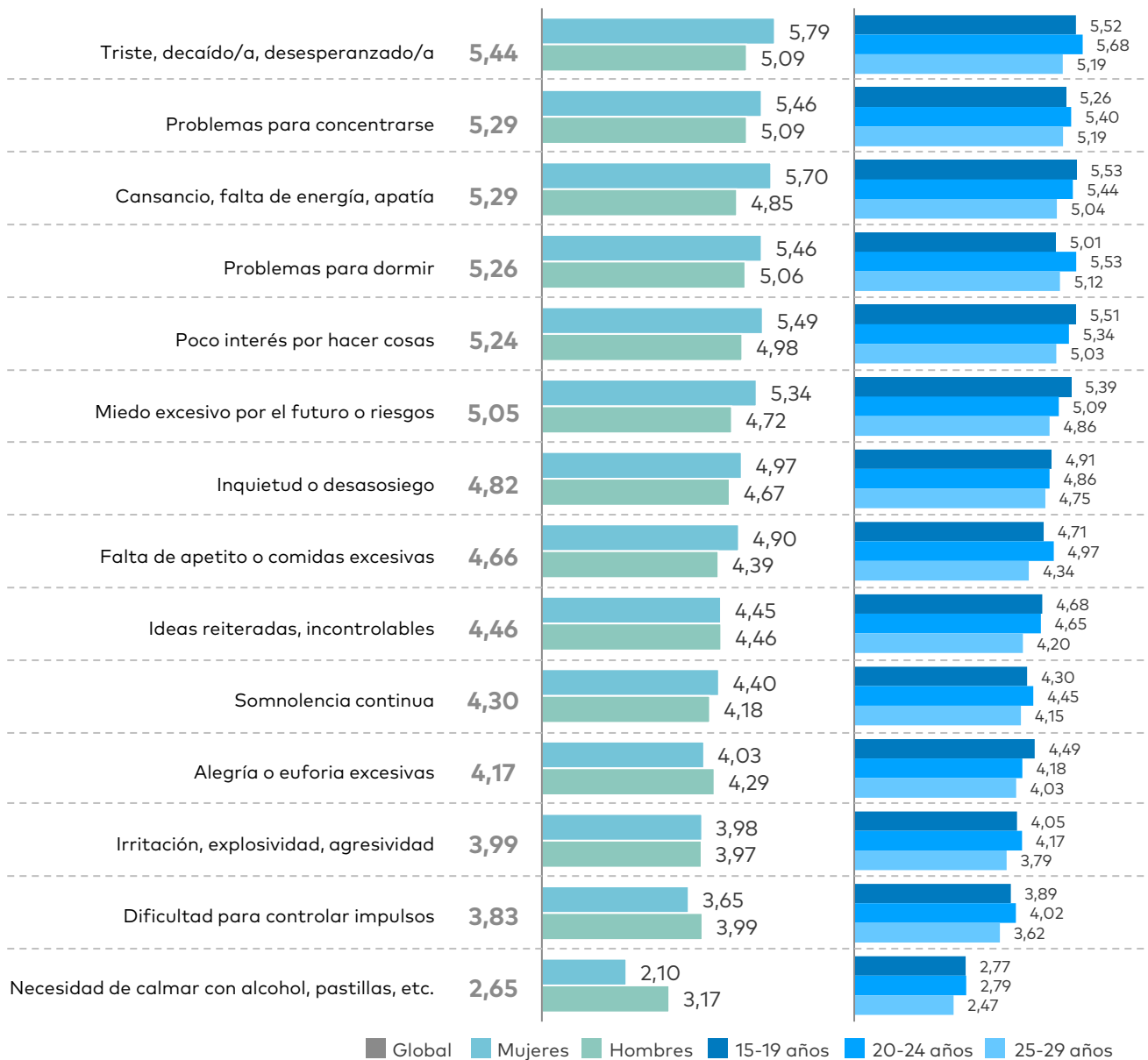
- Las **experiencias de malestar psicológico** entre la juventud son **moderadas**, pues ninguna supera un promedio 6 en una escala de 0 a 10. Entre ellas, las más frecuentes son las relativas al **decaimiento anímico** y la alteración de ciertos ritmos vitales, y las menos las que suponen alteraciones del comportamiento. También se observa una mayor tendencia de las **chicas** a las primeras (**las anímicas**) y de los **chicos**, aun siendo minoritarias, a las comportamentales. Y una mayor frecuencia en la experimentación de estas sensaciones entre las mujeres más jóvenes, por encima de los chicos de su edad y de las mujeres más mayores.
- Respecto a las **emociones más frecuentes destaca la incertidumbre y la ansiedad**, como experiencias negativas, en conjunción con otro tipo de emociones positivas, como son la **esperanza, la felicidad o la tranquilidad**. Es ligeramente más frecuente que los hombres se identifiquen con las emociones positivas mientras que las mujeres lo hacen en las que denotan preocupaciones, miedos, inseguridades, etc. También **es importante la soledad**, una emoción muy extendida entre los y las jóvenes, en mayor medida entre los hombres.
- **Trabajo, estudios y situación económica** son las **situaciones que resultan más estresantes** para los hombres y mujeres jóvenes. Para ellas son algo superiores las vivencias de estrés frente a las obligaciones y responsabilidades ocupacionales, y para ellos las relativas a las relaciones, especialmente las de pareja.

## ¿Qué problemas psicológicos han experimentado?

- Alrededor de la **mitad de jóvenes** cree haber tenido algún tipo de **problema psicológico a lo largo de su vida**, de manera recurrente para 1 de cada 4. Esta percepción de problemas es también **más alta entre las chicas**, aunque en este caso, y aunque solo sea por la oportunidad de haber vivido más tiempo, es superior en los grupos de mayor edad. También es relevante que un 40% declara no haber recurrido a apoyo especializado, y una proporción similar tampoco lo ha compartido con nadie de su entorno.
- Formalmente, entre quienes cuentan con un **diagnóstico**, los problemas más frecuentes son la **depresión y la ansiedad**, y hay un porcentaje ligeramente superior entre las mujeres.
- El último indicador analizado se refiere a la experiencia de **ideas de suicidio**, cuestión que tampoco deja indiferente según los datos obtenidos: casi el 40% de jóvenes dice haber tenido ideas de este tipo y el 12% con cierta frecuencia. Aunque son una minoría, los chicos son más proclives a pensar en el suicidio con alta frecuencia.

# EXPERIENCIAS DE MALESTAR

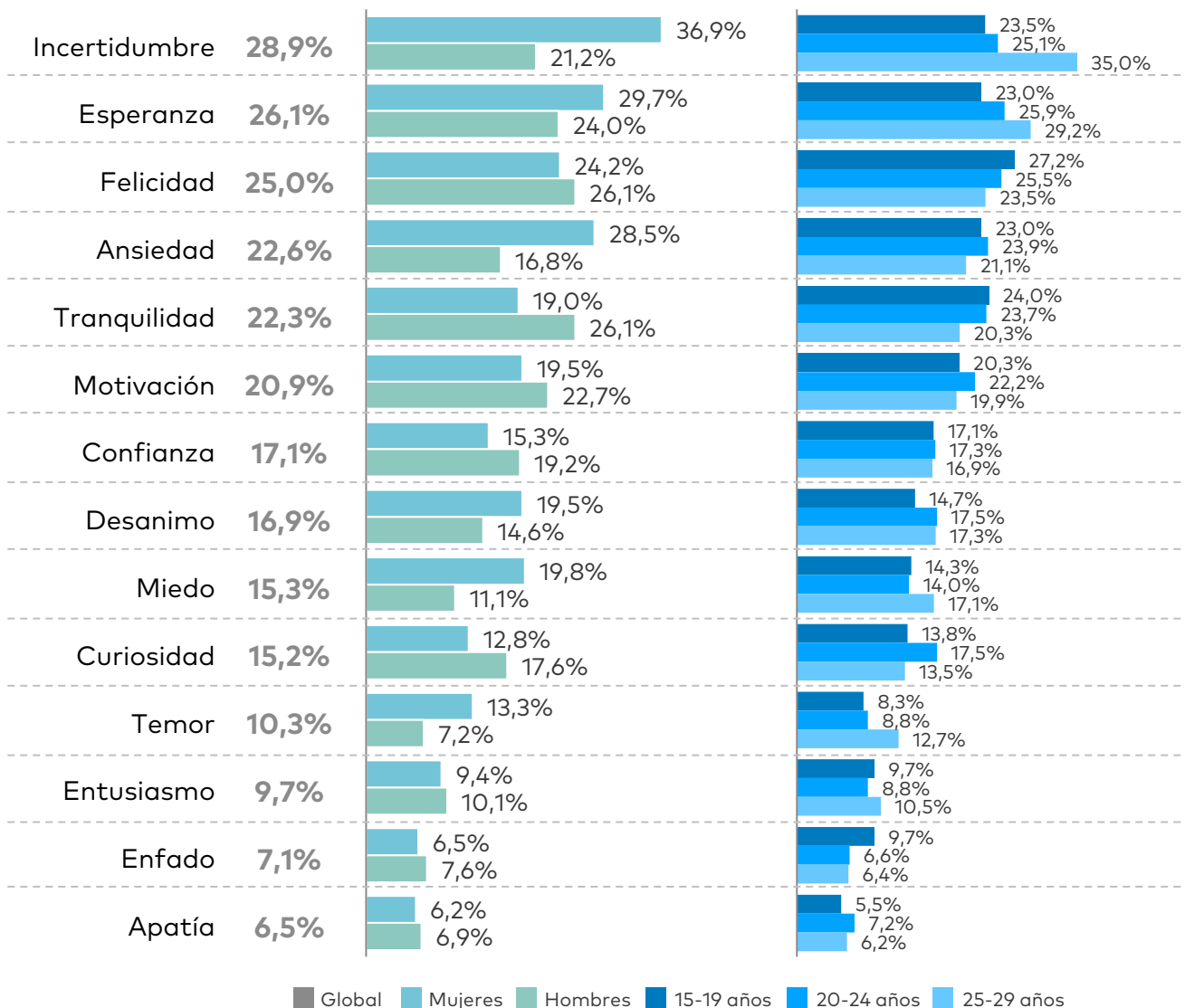
Datos en promedios. Escala de 0 (nunca) a 10 (casi siempre). Base: total muestra (N=1200)



- ▶ En términos generales, la frecuencia con la que se experimentan las diferentes **sensaciones y vivencias de malestar** por las que se ha preguntado son moderadas, pues ninguno de los promedios (en una escala de 0 a 10), supera los 6 puntos.
- ▶ Entre las experiencias de malestar más frecuentes, destacan la **tristeza** (5,44), los **problemas de concentración** (5,29), el **cansancio o apatía** (5,29), los **problemas para dormir**, (5,26), el **poco interés** por hacer cosas (5,24) y el **miedo al futuro** (5,05), todas ellas por encima de los 5 puntos, lo que indica una presencia moderada.
- ▶ Por **género**, entre las **mujeres** es superior (y lo es en todos los grupos de edad) la frecuencia de sensaciones y vivencias **relativas al estado de ánimo** (sobre todo tristeza, cansancio, poco interés por hacer cosas...) y la **alteración de los ritmos vitales** (concentración, apetito...); por el contrario, entre los **hombres** es más frecuente la experimentación de malestares que afectan a los **comportamientos** (control de impulsos y la necesidad de calmarse con sustancias).
- ▶ Con respecto al resto de variables sociodemográficas, encontramos un mayor miedo al futuro entre jóvenes de **clase baja o media baja**, así como un mayor malestar entre jóvenes en **situación de desempleo**. La precariedad, por lo tanto, es un factor fundamental a la hora de entender el malestar psicológico de los y las jóvenes.

# EMOCIONES EXPERIMENTADAS EN LA ACTUALIDAD

Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

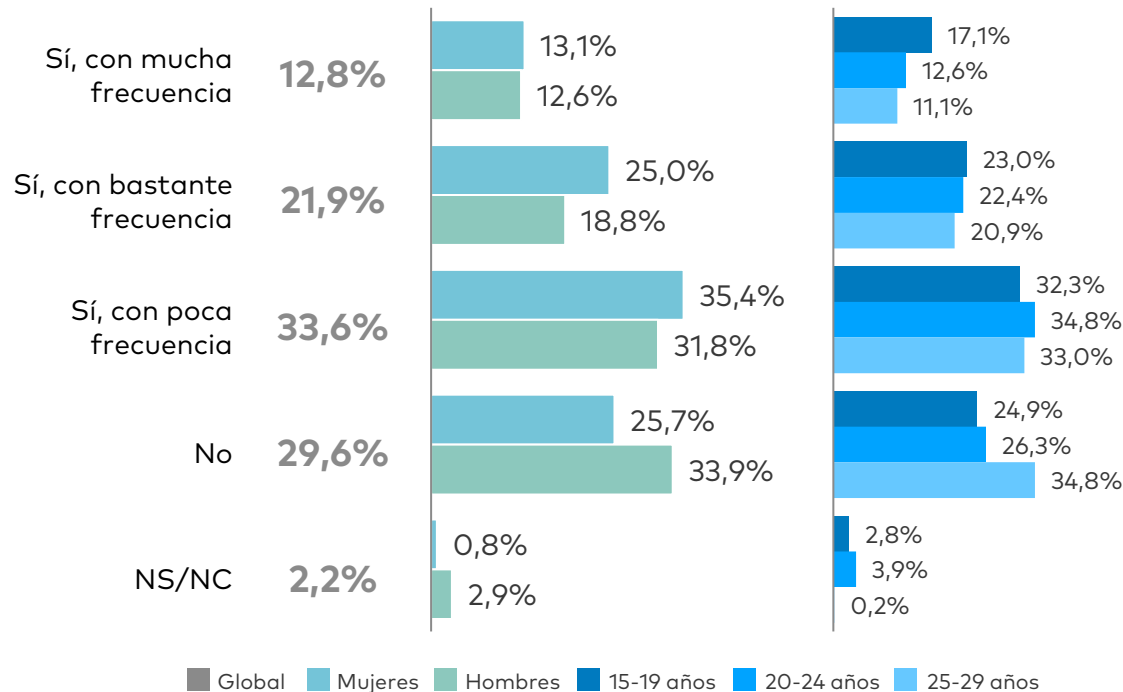


- La situación de excepcionalidad en la que se realizó el estudio influye decisivamente en las emociones experimentadas, por lo que no es sorprendente que **la más frecuente sea la incertidumbre (28,9%)**, seguida de otra serie de **emociones positivas** (esperanza, felicidad, tranquilidad, motivación) pero también de la **ansiedad**, que es mencionada por 2 de cada 5 encuestados.
- Como se aprecia es un **mosaico de sensaciones**, que tampoco son claramente mayoritarias sino **muy diversificadas**, y en el que las positivas suelen ser más frecuentes o acompañan en la misma medida a sus correlatos negativos (tranquilidad y ansiedad; miedo y temor frente a curiosidad y entusiasmo...).
- Según el género, entre **las mujeres son algo más frecuentes las emociones negativas**, mientras entre los hombres destacan la felicidad, la tranquilidad, la motivación, la confianza, la curiosidad y el entusiasmo.
- La **incertidumbre** es especialmente relevante entre los y las jóvenes **mayores de 25 años**, con más nivel de estudios, entre las personas **desempleadas** y entre las **clases baja y media baja**.
- También la **ansiedad**, mucho más frecuente entre las mujeres, destaca entre las **clases baja y media baja** y entre quienes tienen estudios secundarios.
- Por el contrario, **la motivación y la confianza** destaca entre los y las jóvenes de **clase acomodada**, quienes trabajan o trabajan y estudian y entre quienes viven solos/as o comparten piso.

## SENSACIÓN DE SOLEDAD

Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

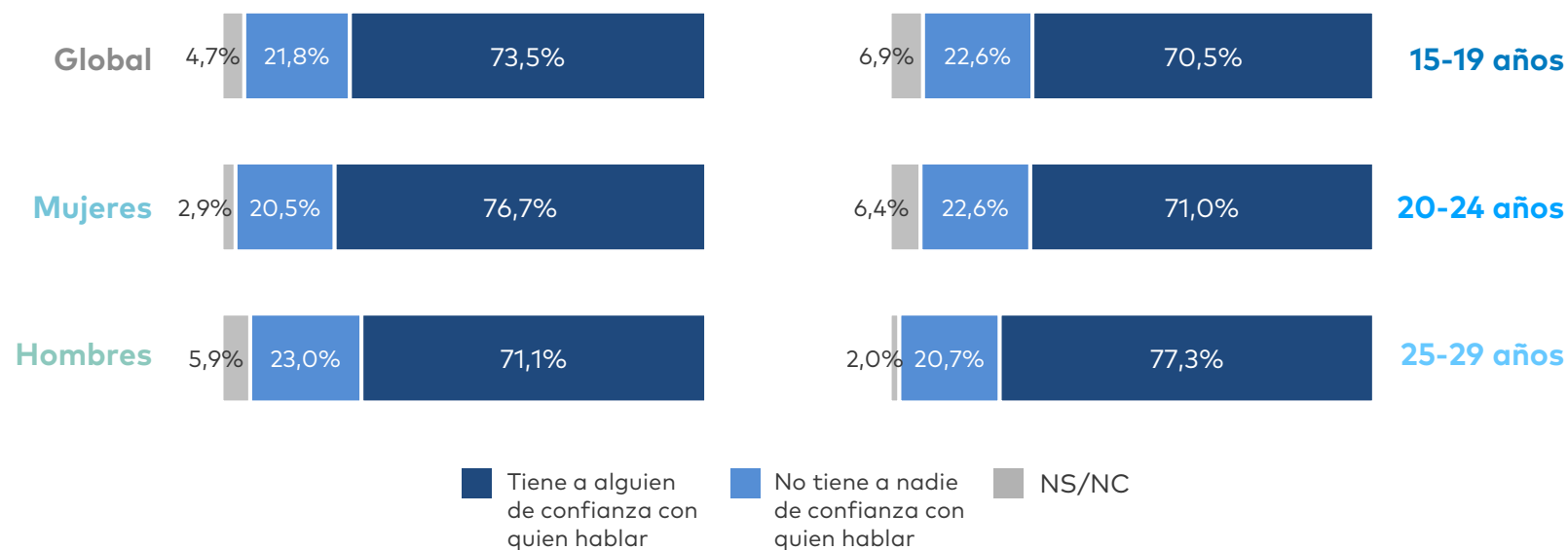
- Cerca de un **70% de jóvenes ha experimentado sensación de soledad** en el año previo a la encuesta. Cerca del 35% con mucha o bastante frecuencia (13% y 22%, respectivamente).
- Entre las **mujeres** la sensación de soledad asciende hasta el 75% (38% con mucha o bastante frecuencia, frente al 31% de los hombres). La diferencia de género se mantiene en todos los grupos de edad. No obstante, los **mayores porcentajes**, tanto para los chicos como para las chicas, se encuentran entre los **18 y 19 años**.
- Quienes tienen un **menor nivel de estudios** destacan en los dos extremos, tanto en el porcentaje que no ha sentido soledad como en el de quienes la han vivido con bastante o mucha frecuencia. Y lo mismo ocurre con los y las jóvenes de clase alta y media alta, aunque quienes se consideran de **clase baja y media baja destacan en la mayor vivencia de soledad**, igual que los y las que están en **paro**. Por otra parte, la soledad es más frecuente tanto entre quienes **viven solos/as** como entre quienes viven con la **familia de origen**.



## PERSONAS DE CONFIANZA CON QUIEN HABLAR

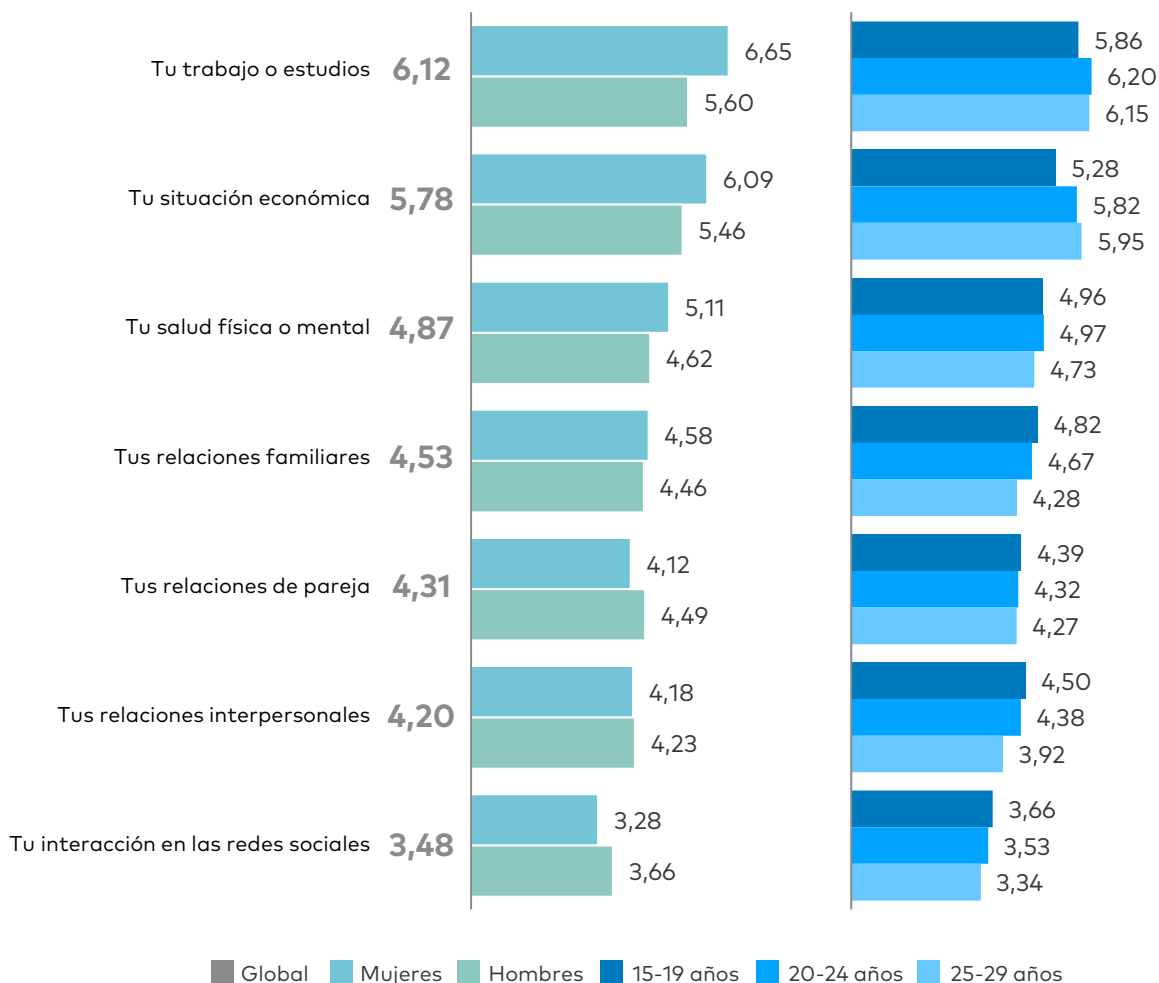
Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

- ▶ Aunque la **mayoría de jóvenes** (3 de cada 4) dice contar con **alguien de confianza** con quien compartir sus problemas e inquietudes, hay casi un 22% que dice no tener este tipo de apoyo y casi un 5% que no sabe.
- ▶ Por género, son los **hombres** quienes **más manifiestan no contar con personas de confianza** para hablar de sus problemas o inquietudes (un 23% no tiene y un 6% no sabe). No obstante, el mayor porcentaje de esta falta de apoyos se encuentra entre los hombres de **25 a 29 años**, con una diferencia de 10 puntos frente a las mujeres (27% de ellos y 16% de ellas). Y, cuanto menor es la edad, mayor es la proporción de quienes no saben, que alcanza casi el 8% entre los chicos hasta los 24 años.
- ▶ Con respecto al resto de variables sociodemográficas, también es superior la carencia entre quienes tienen un **menor nivel de estudios**, entre los y las jóvenes de **clase alta**, tanto entre quienes estudian como quienes trabajan y entre quienes **viven solos/as o comparten piso**.



## SITUACIONES ESTRESANTES

Datos en promedios. Escala de 0 (ningún estrés) a 10 (mucho estrés). Base: total muestra (N=1200)



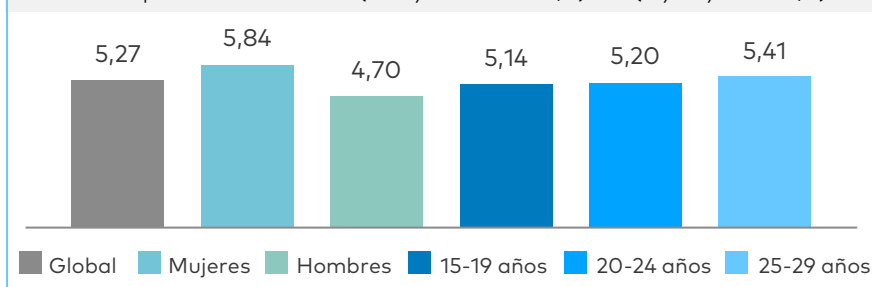
- El **trabajo y los estudios**, junto a la **situación económica**, representan las circunstancias que más preocupación provocan a los y las jóvenes. Aunque el nivel de estrés que se asocia a estos aspectos no es muy elevado (6,12 y 5,78 respectivamente) son los únicos que destacan en la parte media alta de la escala.
- El estrés que se asocia a la **salud física o mental** obtiene una media de 4,87, seguido del que provocan las **relaciones familiares** (4,53), las de **pareja** (4,31) o el conjunto de las relaciones **interpersonales** (4,20). La interacción en las **redes sociales** apenas llega al 3,48 de media.
- Entre las **mujeres es superior** la sensación de estrés frente al **trabajo y estudios y la situación económica**, pero también frente a la **salud física y mental**. Sin que cambie el orden en las cuestiones que producen estrés, para los chicos son algo más estresantes que para las chicas las relaciones de pareja, las relaciones interpersonales en general y la interacción en redes sociales.
- Siendo siempre superior entre las mujeres, el **estrés por trabajo y estudios** es más alto cuanto **menor es la edad** entre las chicas (alcanza el 6,9 en las mujeres de 18 a 19 años), mientras que para los **chicos sigue una tendencia opuesta** y aumenta con la edad.
- Asimismo, tanto el trabajo y estudios como la **situación económica** generan más estrés a quienes tienen un **nivel académico medio o alto**, a quienes trabajan y estudian o están en **paro** y a quienes comparten piso. La situación económica es bastante más estresante para los y las jóvenes de **clase baja y media baja**.

# MIEDO Y SITUACIONES QUE ASUSTAN

Base: total muestra (N=1200)

## Miedo ante problemas de la vida

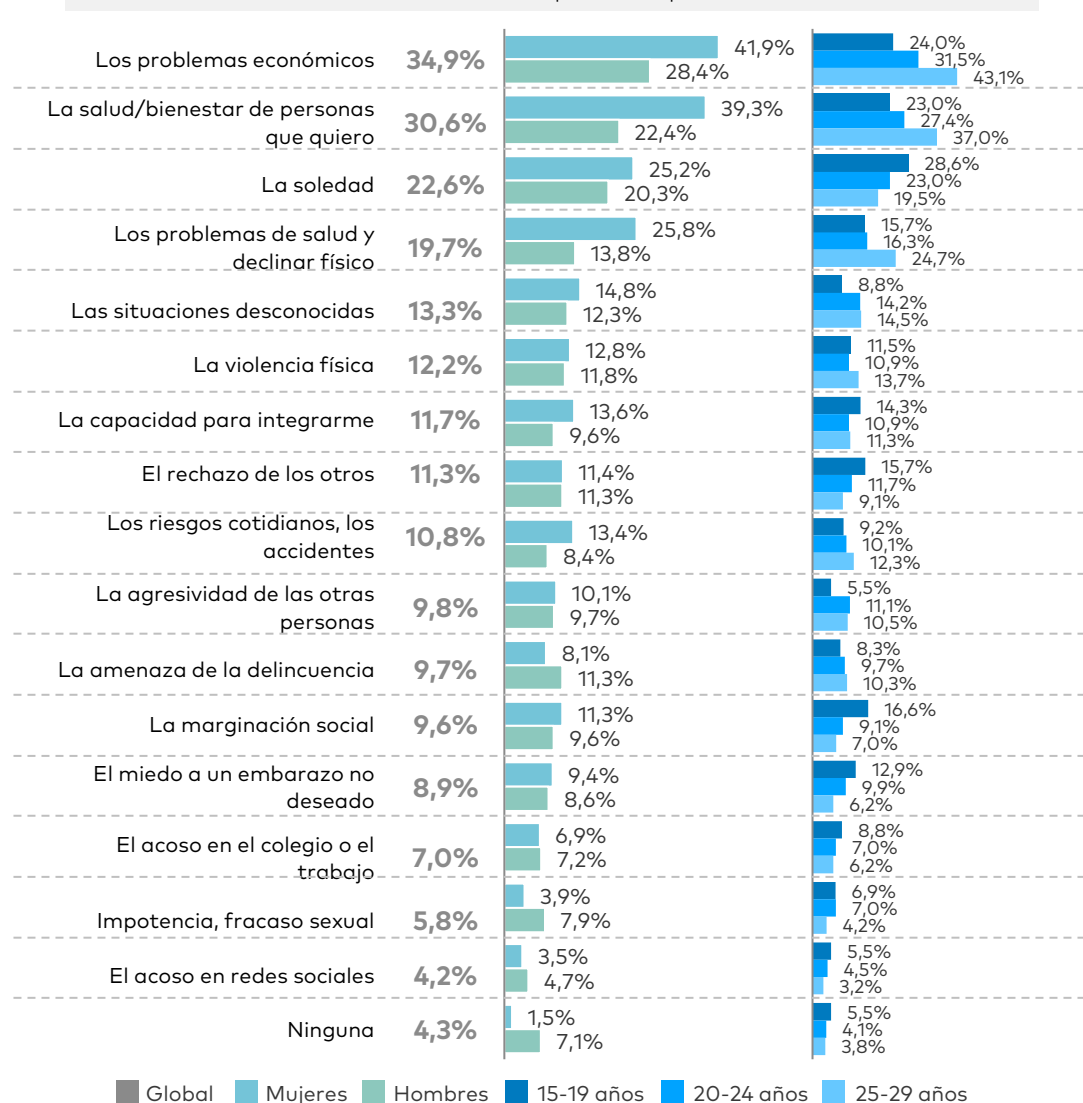
Datos en promedios. Escala de 0 (no soy nada miedoso/a) a 10 (soy muy miedoso/a)



- En términos generales los y las jóvenes **no se consideran especialmente miedosos** ante los problemas de la vida (5,27), si bien el miedo es **mayor entre las mujeres**, entre quienes tienen estudios secundarios y entre quienes están **en paro**.
- En concreto, las **situaciones que asustan** vuelven a mirar hacia las **condiciones económicas** (34,9%). A continuación, se encuentra la preocupación por el bienestar de las personas queridas (30,6%), la soledad (22,6%) y los problemas de salud o el declinar físico (19,7%). Por debajo aparecen las situaciones desconocidas (que menciona el 13,3%), la violencia física (12,2%), la capacidad de integración personal (12,7%), el rechazo de otras personas (11,3%) y los riesgos cotidianos (10,8%).
- Además de los problemas económicos, **la mayoría de las situaciones provocan más miedo a las mujeres** que a los hombres, excepto la delincuencia, la marginación social, el fracaso sexual o el acoso en las redes.
- La preocupación por la **violencia física** y los riesgos cotidianos **aumentan con la edad**, mientras que el miedo a un embarazo no deseado y al acoso escolar son especialmente relevantes en chicas de 18 a 29 años.
- De nuevo, las **preocupaciones económicas** son especialmente relevantes entre jóvenes de **clase baja y media baja** y entre quienes están **en paro**.

## Situaciones que te asustan

Datos en %. Respuesta múltiple

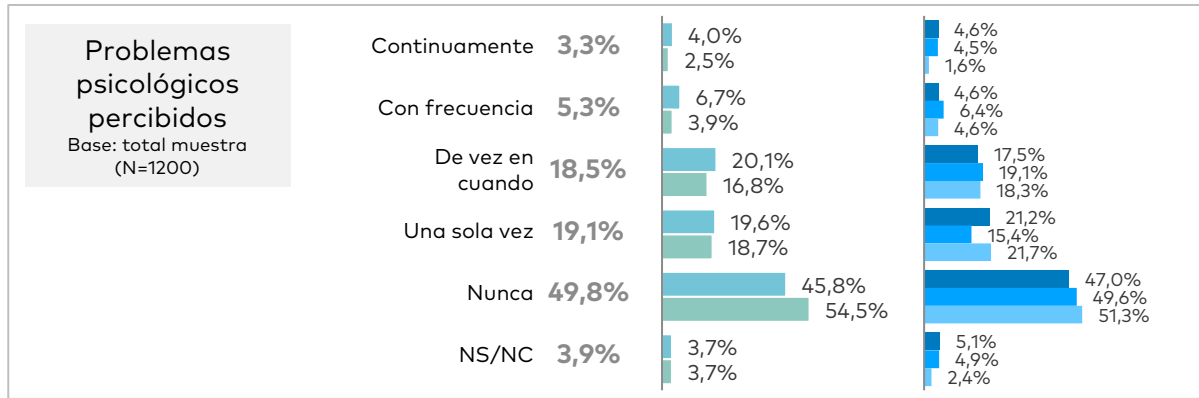


P114. En líneas generales, ¿en qué medida te sientes asustadizo/a o miedoso/a frente a los riesgos o problemas de la vida? Emplea una escala 0/10, en la que 0 es "no soy nada miedoso/a" y 10 es "soy muy miedoso/a". / P115. Selecciona cuáles son las cosas o situaciones que más te asustan



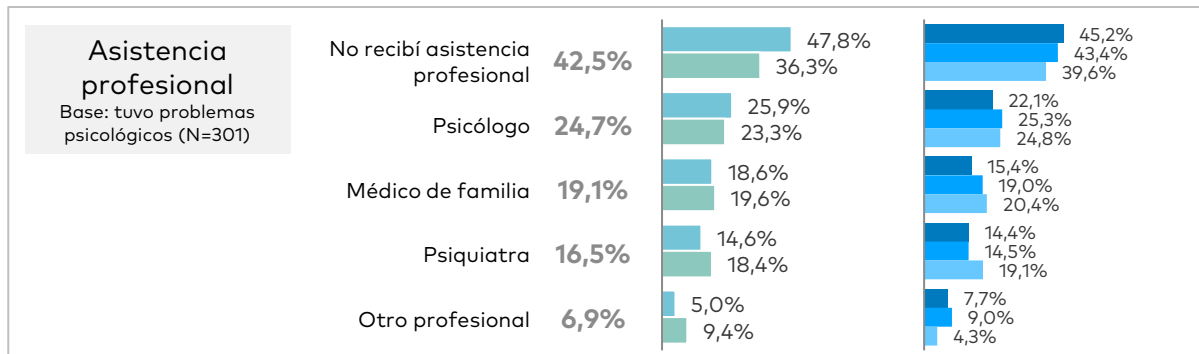
# PROBLEMAS PSICOLÓGICOS

Datos en %.



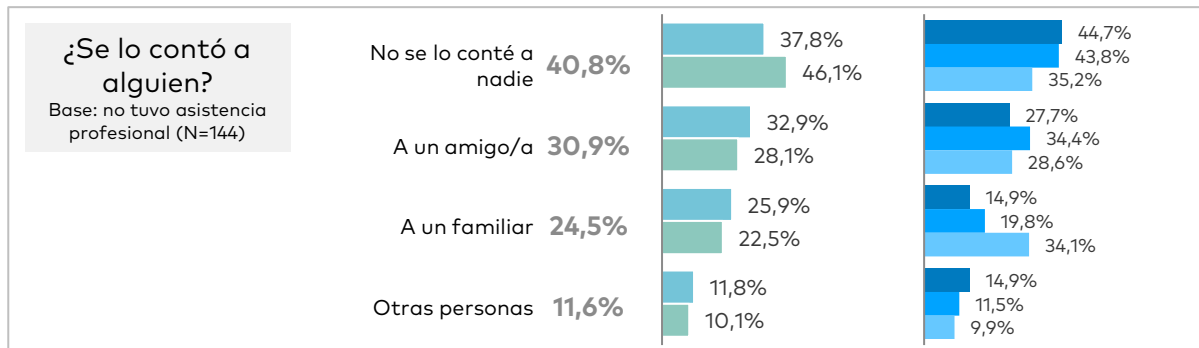
➤ **Casi la mitad de los y las jóvenes dice haber creído tener problemas de índole psicológica** en el año anterior a la encuesta: el 19% una vez, el 18,5% de vez en cuando, y un 9% con una frecuencia alta o continuamente.

➤ Sin embargo, un **42,5%** de quienes creen haber tenido algún problema **no acudieron a un profesional**; entre quienes no acudieron a un profesional, un 40,8% no le contó su problema a nadie, un 30,9% a un amigo/a y uno de cada cuatro a un familiar. Entre quienes contaron con ayuda profesional, destacan los **psicólogos (24,7%)** y los **médicos de familia (19,1%)**.



➤ La existencia de este tipo de problemas y su **frecuencia es ligeramente superior entre el conjunto de las mujeres** (el 11% manifiesta una frecuencia alta frente al 6% de los hombres), aunque cuando se desciende a los grupos de edad se observa una mayor frecuencia entre las mujeres de 20 a 24 años y entre las de 18 y 19 años.

➤ Entre las **mujeres** también es superior la **consulta a psicólogos/as**, mientras que entre los hombres es algo más alta la consulta a psiquiatras u otros profesionales. Por el contrario, el hecho de **mantener oculto el malestar psicológico** es más alto **entre los chicos de todos los grupos de edad**, sobre todo hasta los 24 años.



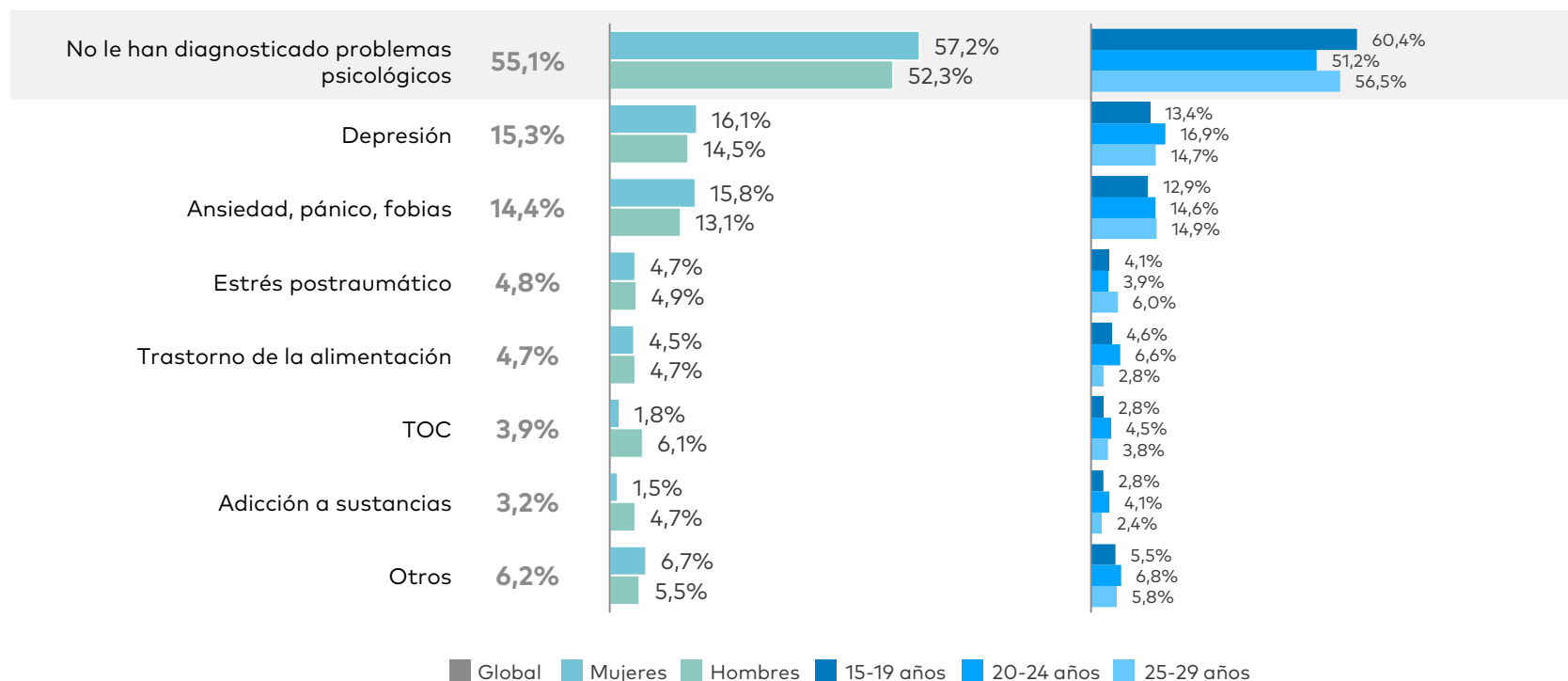
➤ En relación al resto de variables sociodemográficas, se señala una mayor frecuencia en la sensación de tener problemas psicológicos entre los y las jóvenes que están **en paro**, y tanto entre quienes viven con la familia de origen como entre quienes comparten piso.

■ Global ■ Mujeres ■ Hombres ■ 15-19 años ■ 20-24 años ■ 25-29 años

# PROBLEMAS PSICOLÓGICOS DIAGNOSTICADOS

Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

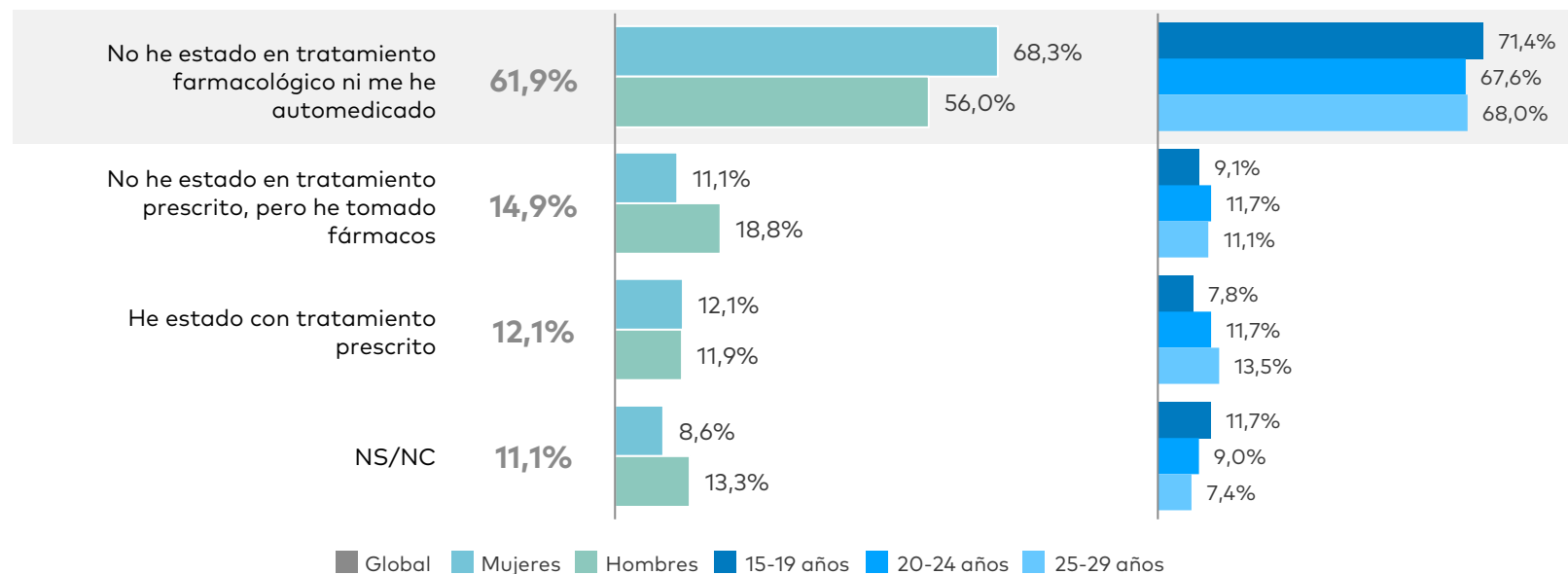
- Algo **más de la mitad** de jóvenes declaran **no haber sido diagnosticados** de ningún problema psicológico a lo largo de su vida.
- Entre los problemas diagnosticados, según las respuestas obtenidas, los **más comunes son los trastornos de depresión (15,3%), ansiedad y fobias (14,4%)**, seguidos de otros menos comunes (estrés postraumático, trastornos de la alimentación, TOC o adicciones a sustancias).
- **Entre las mujeres** hay una mayor prevalencia de los trastornos de depresión, de ansiedad y, específicamente entre los 18 y 19 años, los trastornos de la alimentación. **Entre los hombres** destacan comparativamente la adicción a sustancias y el TOC.
- Según otras variables, en general existe mayor proporción de jóvenes con todos los tipos de diagnósticos entre los que tienen un **menor nivel académico**, pero también entre los jóvenes de **clase alta y media alta**.



# TRATAMIENTOS FARMACOLÓGICOS

Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

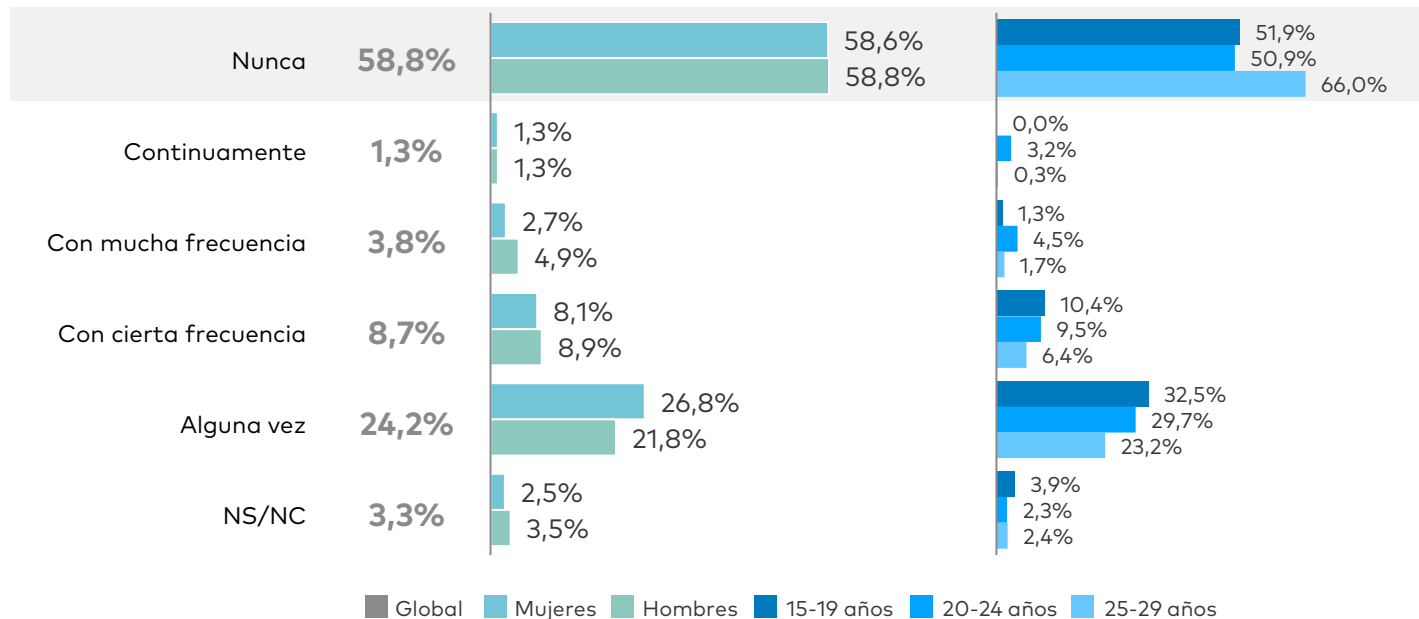
- Respecto al tratamiento farmacológico relacionado con problemas psicológicos, un **12% de jóvenes** dice haber estado (en el último año) bajo **tratamiento prescrito** por un especialista y un **15% dice haber tomado psicofármacos sin prescripción** y/o control facultativo. El 62% dice no haber tenido tratamiento controlado ni haberse automedicado.
- La proporción de quienes han estado con **tratamiento farmacológico prescrito** es más alta entre los **hombres hasta los 24 años**, pero muy superior entre las **mujeres de 25 a 29 años** (13% frente al 9% de los hombres). La automedicación es más elevada entre los chicos en todos los grupos de edad, especialmente entre los de 25 a 29 años (22% frente al 11% de las chicas).
- Según el nivel de estudios, el porcentaje de quienes usan este tipo de fármacos es superior entre los y las que tienen un **menor nivel académico** (especialmente el no controlado); también lo es entre los y las jóvenes de **mayor clase social**, tanto el consumo controlado como el auto pautado.



# IDEACIÓN SUICIDA

Datos en %. Base: total muestra (N=1200)

- Finalmente, cerca del **40% de jóvenes dice haber tenido alguna vez ideas de suicidio**: el 24% alguna vez y 15% con cierta, mucha frecuencia o continuamente.
- Esta experiencia es muy **similar entre chicos y chicas**, aunque los pensamientos de suicidio se encuentran en mayor porcentaje entre los chicos.
- El grupo en el que hay una mayor proporción de jóvenes con ideas de suicidio frecuente es el de **20 a 24 años**, con pocas diferencias de género. Diferencias que son más agudas entre los 25 y 29 años, edades en las que la proporción de chicos es del 15% frente al 9% de chicas.
- Por otra parte, estas ideas frecuentes se encuentran en mayor porcentaje entre los y las jóvenes con **menor nivel académico**, entre los y las de **clase alta y media alta**, y entre quienes **viven solos/as o comparten piso**.



# V. PRINCIPALES HALLAZGOS

## PRINCIPALES HALLAZGOS



Los principales problemas estructurales que afrontan los y las jóvenes tienen que ver con el **desempleo** y la **condición económica del hogar**, situándose las **mujeres en una posición más vulnerable**. Sin embargo, las mujeres en general se encuentran **más satisfechas con su vida**, a excepción del ámbito laboral, y más confiadas en sus capacidades para integrarse en la sociedad.



La convivencia en el **hogar familiar** y **en pareja** son las modalidades mayoritarias entre los y las jóvenes, que destacan su juventud, la continuación de los estudios y la inestabilidad económica como barreras a su emancipación.



**1 de cada 4** jóvenes se define como **no heterosexual**: las personas homosexuales, bisexuales y de otras orientaciones experimentan mayores dificultades que las heterosexuales para **vivir su orientación**.



Las **relaciones interpersonales** (amistad, pareja, familia) son generalmente **satisfactorias**, más entre las mujeres, quienes además suelen percibir en mayor medida las desigualdades de género y la presión para alcanzar sus objetivos vitales



La **concienciación sobre la desigualdad de género** es mayoritaria, especialmente entre las mujeres jóvenes, siendo también muy relevante la proporción de jóvenes (3 de cada 5) que señala haber vivido alguna **situación de acoso o violencia** en pareja (control de la actividad, espiar del móvil, aislamiento del entorno social, etc.)



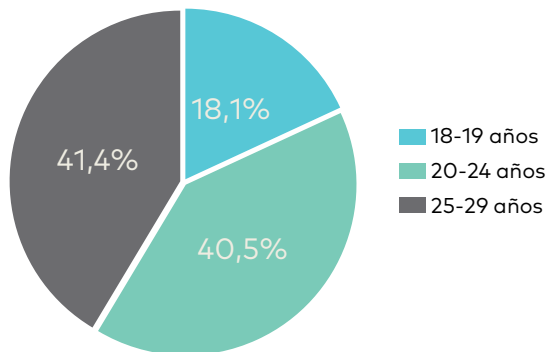
La mayor parte de jóvenes considera que tiene una **buena salud** y se **preocupa por su imagen**, si bien esta percepción es peor entre las mujeres. Ellas también realizan dieta en mayor medida, mientras que el consumo de medicamentos (con y sin prescripción) es bastante común, tanto en chicos como en chicas.



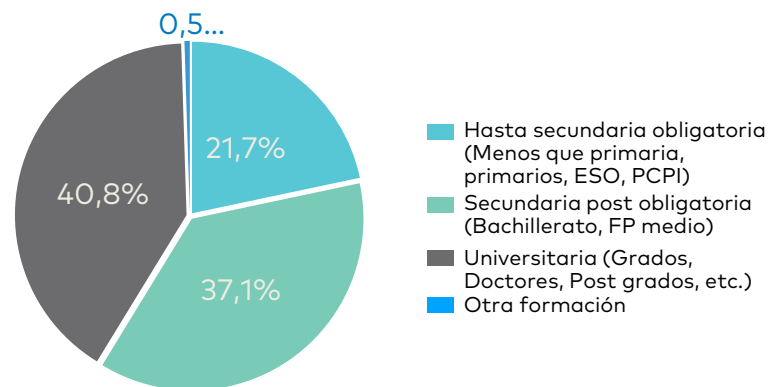
Las **experiencias de malestar psicológico son moderadas**, destacando el desánimo y la alteración de los ritmos vitales, especialmente entre las chicas. Las emociones negativas (**incertidumbre**, ansiedad y soledad) conviven con las positivas (esperanza, felicidad, tranquilidad), siendo el trabajo, los estudios y la situación económica las principales fuentes de estrés. También aparecen algunos **problemas psicológicos**, destacando la **depresión y la ansiedad**, en un porcentaje ligeramente superior entre las chicas, y las **ideas de suicidio** (alcanzan al 40% de jóvenes que las ha tenido en algún momento de su vida).

**ANEXO**  
**CARACTERÍSTICAS**  
**SOCIODEMOGRÁFICAS**  
**DE LA MUESTRA**

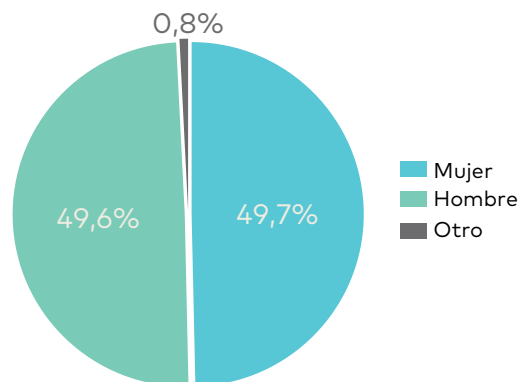
## EDAD



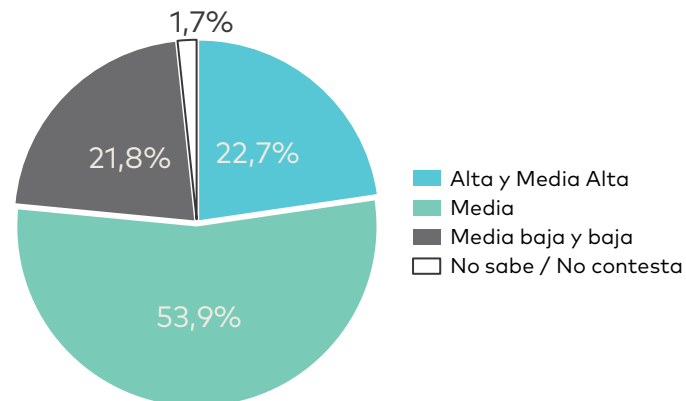
## NIVEL DE ESTUDIOS



## GÉNERO

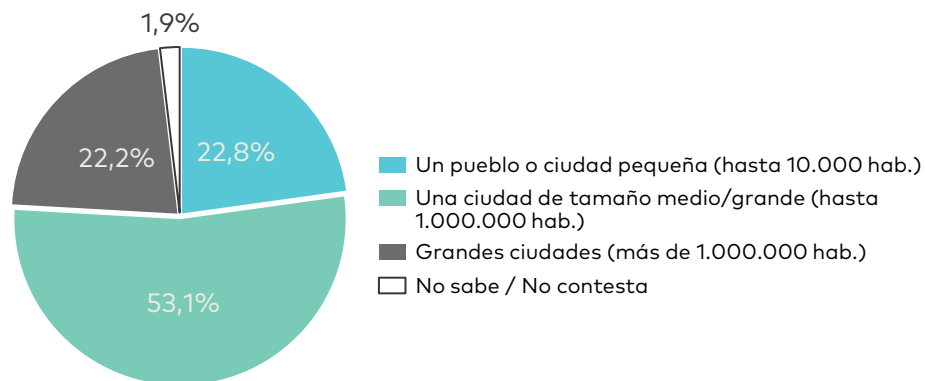


## CLASE SOCIAL

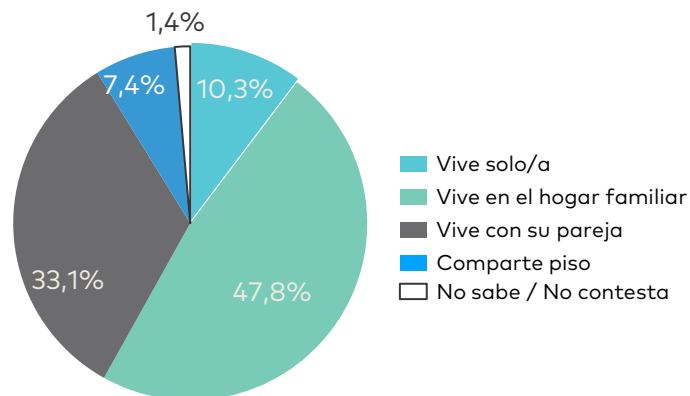




## HÁBITAT RESIDENCIAL



## SITUACIÓN DE CONVIVENCIA



## SITUACIÓN LABORAL

