

GOBIERNO DE NAVARRA

ECONOMÍA, HACIENDA, INDUSTRIA Y EMPLEO

CULTURA, TURISMO Y RELACIONES INSTITUCIONALES

PRESIDENCIA, JUSTICIA E INTERIOR

EDUCACION

DESARROLLO RURAL, MEDIO AMBIENTE, Y ADMINISTRACIÓN LOCAL

SALUD

POLÍTICAS SOCIALES

FOMENTO

SEGURIDAD Y EMERGENCIAS

Behera egin du alkohola eta drogak kontsumitzen dituzten gazte nafarren ehunekoak 2007ko datuekin alderatuta

Gazteen osasun-egoera "oso ona" da, baina % 40k ez ditu betetzen ariketa fisikoa egiteko gomendioak eta gora egin dute estres-mailek

Martes, 05 de agosto de 2014

Nafarroako gazteen (14-29) osasun-egoera "oso ona" da, baina estres handia edo ertaina duten biztanleen kopuruak gora egin du eta % 36k ez ditu betetzen aisialdian ariketa fisikoa egiteko gomendioak, neskek batez ere. Gainera, gora egin du alkoholik edaten ez duten gazteen kopuruak, nahiz eta bere



Gazteak

horretan mantendu den alkohola betekadak eginez edo mozkortu arte kontsumitzen duten adingabeen portzentajea. Drogen kontsumoa ere murriztu egin da oro har.

Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutuak egin du [2013ko Nafarroako Gazteriaren eta Osasunaren Inkesta](#), eta gaur goizeko prentsurrekoan aurkeztu dute Marta Vera Osasun kontseilariak eta M^a José Pérez Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutuko Osasuna Sustatzeko Atalaren buruak. Azterlana bost urtean behin egiten da gutxi gorabehera, eta osasuna, elikadura, ariketa fisikoa, pisua, aisia, sexualitatea erasoak edo bide-segurtasuna bezalako alderdiak lantzen ditu.

Inkestaren arabera, handitu egin da **alkoholik** kontsumitu ez duten gazteen kopurua (% 10 izatetik % 15 izatera); % 30 da 18 urtetik beherakoen portzentajea kasu horretan.

14,7 urterekin hasten dira gazteak alkohola kontsumitzen; edaten dutela aitortzen duten Nafarroako gazteen % 98,8k legezko adinera iritsi aurretik egiten dute; adingabeen % 18k dio mozkortu egin dela azken hilabeteetan, eta adingabeen % 23k alkohol-betekada egin duela. Osasun Departamentua kezkatzen duten kontuak dira horiek.

Betekada esaten zaio bi ordu inguruan mutilek bost alkohol-unitate edo gehiago eta neskek lau alkohol-unitate edo gehiago kontsumitzeari (alkohol-unitatea: baso bat edo basoerdi bat ardo edo zerbeza).

Gazteen % 50ek asteburuetan bakarrik edaten du; % 17k, aldiz,

astegunetan eta asteburuetan. Alkohol-betekadaren ereduari eutsi zaio; lagineko guztien % 36k egin duten azken 30 egunetan. Azken hilabeteetan mozortu direla aitortu duten gazteen kopurua ere mantendu egin da (% 33,2, mutilak gehiago dira nesken aldean), eta batez beste 1,8 dira hileroko mozkorraldiak.

Legez kanpoko substantzien kontsumoari dagokionez, behera egin dute cannabisaren kontsumitzaileek, bai azken hilabeteetan, bai eguneroko kontsumoari dagokionez ere. Gazte batzuek aurkakoa uste badute ere, substantzia hori oso kaltegarria izan daiteke osatzen ari diren garunentzat. 18 urtetik beherako adingabeen % 8,3k cannabisa kontsumitu du azken 30 egunetan (% 13,2k 2007an). 16,1 urte da substantzia hori kontsumitzen hasten diren adina.

Legez kanpoko gainerako substantzien kasuan, 10 gaztetik 8k dio ez dituela kontsumitzen. Kontsumitzen dituztenek kokaina, speeda, extasia eta ketamina hartu dituzte azken hilabeteetan, eta 19 urterekin hasi ziren droga horiek hartzen. Noizbait halakorik kontsumitu dutenek LSDa ere kontsumitu dute, eta laugarren tokian jarri dute, ketaminaren aurretik. Zehazki, behera egin du kokainaren kontsumoak (% 3,9 2007an eta % 2,2 2013an), speedarenak (% 3,6 2007an eta % 2,1 2013an), extasiarenak (% 1,4 2007an eta % 1,3 2013an) eta ketaminarenak (% 0,8 2007an eta % 0,4 2013an).

Tabakoaren kontsumoa

Tabakoaren kontsumoari dagokionez, gora egiten ari da **erretzeari** uzteko asmoa eta behera eguneroko erretzaileen ehunekoa. Azpimarratu beharrekoa da 14 eta 17 urte arteko neska erretzaileen ehunekoak (% 10,2) mutilena bikoizten duela (% 5,3). Inoiz erre ez duten gazteen kopurua ere hazi egin da (% 59 dira, aurreko inkestako % 50,2ren aldean).

Osasun-egoera, elikadura, ariketa fisikoa eta pisua

Gazteen **osasun-egoera** oso ona dela esan liteke, 100 puntutik 79 lortu dituzte. Honako hauek dira gehien aipatzen diren ondorezak: nekea (% 48,7), buruko mina eta bizkarreko mina (% 40 inguru). Estres-maila handia edo ertaina duten biztanleen kopuruaren hazkuntza nabari da (% 27,7 % 40,3ren aldean). Buruko osasun txarraren arriskua bere horretan mantendu da (biztanleriaren % 15 inguru).

Estres-maila handia edo ertaina duten biztanleen ehunekoa nabarmen hazi da. Nesketan, % 33 ziren 2007an eta % 49 2013an.

Elikadurari dagokionez, gora egin du barazkien eta haragi zuriaren kontsumoak baina behera arrainaren eta lekaleenak. Handitu egin da, gainera, litxarrerien eta janari lasterren kontsumoa. Dieta mediterranea egiten dutela diote gazteek (14 puntutik 7,4). Egunean 4 edo 5 otordu egiten dituztenen kopurua ere handitu da, baina inkestan parte hartu duten gazte nafarren % 9,8k aitortu du ez duela gosaltzen.

Gazteen % 36k ez ditu betetzen aisialdian egin beharreko **ariketa fisikoaren** gomendioak, 14 eta 17 urte arteko neskek batez ere. Horrez gain, gazteen % 58,5ek ez aktibotzat du bere burua. Ariketa fisikoa ez egiteko arrazoi nagusia denbora-falta da (% 50), eta motibazio nagusia sasoiaren egotea (% 75). Horri lotuta, gogorarazi behar da gomendio osasungarria honako hau dela: egunean 30 minutu gutxienez helduek eta egunean 60 minutu gutxienez adingabeek.

Pisuari erreparatuz gero, inkestatutakoen % 75en pisua "normala" da. Gora egin du argaltasunak, inkestatu direnen % 9 daude argalegi, eta gehiago dira emakumeak. Gehiegizko pisuari eta obesitateari dagokionez, azpimarratzekoa da behera egin duela gehiegizko pisua dutenen ehunekoak 2007tik, baina obesitatea egonkor mantendu da (% 3,33); gehiago dira mutilak azken kasu horretan, eta gora egiten du kopuruak adinarekin. Horri lotuta, nabarmentzekoa da norberaren irudiari buruzko balorazioa; izan ere, pisu normala duten nesken % 31k uste du lodi dagoela, mutilak, aldiz, % 8 dira. Nesken % 14k eta mutilen % 5ek esan dute "askotan" edo "beti" jarraitzen dutela dieta bat.

Aisia eta jokoa

Ordu libreen kopurua zertxobait handiagoa da mutilen artean nesken artean baino (29,3 eta 27,1

ordu astero, hurrenez hurren). Pantailekin erlazionatutako jarduerak (telebista, ordenagailua, bideo-jokoak, mugikorra etab.) eguneko 3,2 ordu hartzen dituzte aste barruan eta eguneko 4 ordu asteburuetan. 14 eta 17 urte artekoen taldea da jarduera horietan gehien aritzen dena. Lana edo ikasketak ez diren jardueretan Internet erabiltzeari dagokionez, biztanleen % 25ek egunean 2 orduz erabiltzen du. Atsedendaldiei erreparatuta, eguneko 7,7 ordu erabiltzen dira aste barruan atsedeen hartzeko eta egunean 9,1 ordu asteburuetan. Ez dago alderik mutilen eta nesken artean, baina mutilak neskak baino lasaituago sentitzen dira.

Jokorako maiztasunaren kasuan (bonolotoa, loteria primitiboa edo bestelako loteriak, eta taldeko kiroletan egindako apustuak), mutilen % 16,2k eta nesken % 5,6k jokatzen dute astero edo egunero. La edad en la que más se practica es de 18 a 23 años.

Beste alderdi aipagarri batzuk

Sexualitatea eta kontrazepzioa: 17 urterekin hasten dira koitodun sexu-harremanak izaten. Gora egin dute 18 urtetik beherakoan artean, eta bere horretan mantendu dira 15 urtetik beherakoan artean (% 5). Preserbatiboaren erabilerari dagokionez, erabilera mantendu egin da lehen sexu-harremanean, baina behera egin du ohiko antisorgailu gisako erabilerak. Kontu kezkarria da, sexu-transmisiozko infekzioek (besteak beste, HIESa) gora egitea dakarrelako.

Biharamuneko pilulari dagokionez, inkestatutakoan % 22,1ek bizitzan behin erabili du. Pilula erabili duten 18 urtetik beherakoan eguneko % 3,5 da.

Erasoak: biztanleen % 7 da erasoren bat jasan dutela adierazi dutenak, eta gora egin du ohiko erasoan ehunekoak (% 22 2013an, % 16,8 2007an), nahiz eta erasoren bateko biktima izan diren biztanleen % 40k isilean gorde halakoak. Honako eraso motak erregistratu dira: ahozkoa (% 45,6), fisikoa (% 29,3, ohikoagoa da mutilen artean) eta psikikoa (% 23,8, ohikoagoa da nesken artean). Bikotekideak erasotakoan % 17ko ehunekoa, guztiak emakumeak, 2007an lortutako ehunekoa baino handiagoa da (% 13).

Bide-segurtasuna: azpimarratu beharrekoa da 4 gaztetik 3k neurriak hartzen dituela parrandara joan aurretik eta gehienek garraio publikoa aukeratzen dutela. Norberaren autoan joanez gero, bost kasutik batean, edan aurretik erabakitzen da nor gidatuko duen. % 80k aitortu du ez duela neurririk hartu behar izan gehiegi edan edo drogak kontsumitu izanagatik. Aipatzekoa da murriztu egin direla gidari gazteen istripuak (% 33, aurreko % 24,8rekin alderatuta).

Inkestaren metodologia

Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutuak bideratu eta finantzatu duen Nafarroako Gazteriaren eta Osasunaren Inkesta Bartolomé de Carranza Fundazioak 1982tik 2002ra prestatu eta egindako gazteriaren inkestetan du jatorria. 2007an Nafarroako Gobernuak Osasun Departamentua arduratu zen inkesta horiek egiten jarraitzeaz, 2007ko Nafarroako Gazteriaren eta Osasunaren Inkesta eginda.

Azterlaneko xede-biztanleria Nafarroan bizi diren 14 eta 29 urte arteko 105.527 biztanle dira. Lagina 1.539 biztanlekoa izan da, eta % 95eko konfiantza-maila izan du. Erabilitako tresna etxean egindako elkarrizketa pertsonala da, galdeketa bat balidatutako itemekin beteta. 2013 eta 2014 urtarrila artean egin zen landa-lana, CIESen eskutik. Emaitzen azterketa Osasuna Sustatzeko Ataleko eta Drogamenpekotasunen Foru Planeko teknikariek egin dute.