2024

DIAGNÓSTICO

PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD

Proyecto basado en el trabajo en red

Aretxabaletako Udala

GARAIA

EUSKO JAURLARITZA GOBIERNO VASCO
OSASUN SAILA
DEPARTAMENTO DE SALUD

eskoriatzako udala

AGRADECIMIENTO:

El equipo que ha realizado este diagnóstico, y en su nombre los Ayuntamientos de Aretxabaleta y Eskoriatza, queremos agradecer a todas las personas que han colaborado en la realización del diagnóstico sobre Promoción y Prevención de la Salud. En primer lugar queremos dar las gracias a los diferentes profesionales de los centros escolares por su colaboración en la realización de los cuestionarios y también al alumnado por responder a las preguntas del cuestionario. Para los centros educativos no siempre es fácil participar en este tipo de actividades porque influye en su dinámica diaria y en sus horarios. Por eso valoramos mucho el esfuerzo realizado.

Por otro lado, también agradecer a los agentes que han participado en los diferentes foros: jóvenes, técnicos y políticos municipales, profesionales de la educación y la sanidad, asociaciones de familias y del municipio, profesionales de la educación no formal y hosteleros y comerciantes. Gracias a ellos y ellas hemos podido conocer los hábitos de consumo, las percepciones y las medidas a priorizar de los diferentes municipios y ámbitos. Y para terminar, muchas gracias a todos los ciudadanos y ciudadanas que han tenido tiempo para completar el cuestionario de participación ciudadana. En Promoción de la Salud y Prevención es fundamental la opinión y la participación de toda la comunidad.

¡GRACIAS A TODAS LAS PERSONAS POR PARTICIPAR!

INDICE

1 INTRODUCCIÓN..... 01
- Salud emocional 01

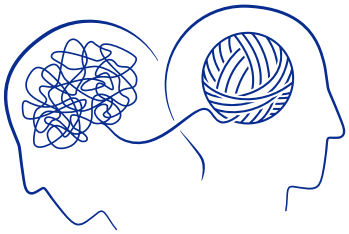
2 OBJETIVOS 02
- Objetivos generales 02
- Objetivos especificos 02

3 METODOLOGÍA 03
- Proceso de trabajo..... 03
- Método de recogida de información 03

4 PARTICIPANTES 05
1- Centros Escolares 05
2- Jóvenes de los municipios 06
3- Agentes de los municipios 07
4- Cuidadanía 08

5 RESULTADOS 09
1- Realidad del alumnado de Aretxabaleta y Eskoriatza 10
2- Foro participativo de jóvenes de Aretxabaleta y Eskoriatza 45
3- Foros participativos de agentes de Aretxabaleta y Eskoriatza 49
4- Cuestionario de participación ciudadana 56

6 CONCLUSIONES 64
1- Conclusiones de los resultados del alumnado 65
2- Necesidades detectadas 68
3- Conclusiones de los Foros Juveniles 69
4- Conclusiones de los foros de agentes 71
5- Conclusiones de los resultados de la ciudadanía 73
6- Conclusiones generales 75



SALUD EMOCIONAL

La salud emocional de las personas adolescentes de hoy en día se enfrenta a grandes desafíos debido a la combinación de factores sociales, tecnológicos y personales. El auge de las redes sociales ha aumentado la presión para cumplir con los estándares de belleza y éxito, lo que está repercutiendo en la ansiedad, la depresión y la autoestima. Además, el estrés académico y la incertidumbre sobre el futuro económico y social influyen en su bienestar emocional.

El aislamiento social que se ha visto incrementado por la pandemia de la COVID-19 también ha influido en el aumento de los trastornos emocionales. Sin embargo, cada vez hay más conciencia de la importancia de la salud mental y muchos adolescentes buscan ayuda a través de terapias, grupos de apoyo y otras formas de autocuidado.

A pesar del aumento de la conciencia sobre la importancia del bienestar emocional, sigue existiendo un estigma que dificulta que muchos jóvenes busquen la protección necesaria. Para abordar estos problemas de manera eficaz, es fundamental promover espacios de diálogo abierto sobre salud mental, potenciar los recursos asistenciales y promover una cultura que priorice el cuidado personal y la empatía, tanto en el entorno familiar como en el educativo. Solo con un enfoque integral y sin prejuicios se podrá mejorar el bienestar de los adolescentes y ayudar a afrontar los retos emocionales de una manera saludable.

OBJETIVOS GENERALES

El objetivo principal de este diagnóstico es **conocer y analizar la información sobre la realidad de las personas jóvenes de Aretxabaleta y Eskoriatza** (consumo de drogas y otras adicciones, gestión del tiempo de ocio, percepción del bienestar de las mismas, sexualidad).

Una vez concretados los resultados y las principales conclusiones de este diagnóstico, en una última fase se definirán medidas más concretas que puedan desarrollarse en prevención, sensibilización y educación para la salud y en el ámbito comunitario, estableciendo líneas de intervención prioritarias que se desarrollarán en los próximos años.

Este objetivo general conlleva una serie de objetivos de carácter más específico.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- A nivel descriptivo, conocer los hábitos de uso de **redes sociales, apuestas, videojuegos, juego on-line, móvil y pornografía, así como las prácticas de riesgo implicadas** del alumnado de 3º ciclo de E.P.O, E.S.O, Bachillerato, Formación Profesional Básica y 1º curso de Grado Medio de Aretxabaleta y Eskoriatza.
- Explicar y analizar las edades y causas de inicio en el **consumo de tabaco, alcohol, bebidas energéticas y cannabis. Así como analizar los consumos de otras sustancias** del alumnado de 3º ciclo de E.P.O, E.S.O, Bachillerato, Formación Profesional Básica y 1º curso de Grado Medio de Aretxabaleta y Eskoriatza.
- Describir la **percepción de los diferentes aspectos relacionados con el bienestar emocional** de los adolescentes.
- **Analizar sus creencias** y necesidades en torno a **la sexualidad.**
- **Recoger las opiniones y percepciones de los diferentes agentes** (educativos, familias, salud, educación no formal, asociaciones, comercio, hostelería, técnicos municipales y políticos) **en torno a la salud integral de la juventud.**
- Recoger las **percepciones y aportaciones de la ciudadanía** de Aretxabaleta y Eskoriatza sobre los diferentes recursos, realidades y propuestas del municipio.

PROCESO DE TRABAJO

Al tratarse de un proyecto basado en la planificación participativa, **han sido tres las fuentes utilizadas para la recogida de información:**

1- FOROS PARTICIPATIVOS: Se organizaron cuatro foros participativos en los que diferentes agentes y jóvenes tuvieron la oportunidad de plantear sus aportaciones para conocer la realidad de los municipios. La distribución de los foros fue la siguiente:

- Jóvenes de la ESO (13 de junio): dos grupos (1 ºCiclo y 2º Ciclo de la ESO)
- Educación formal, salud y asociaciones de padres y madres (9 de octubre)
- Educación no formal, técnicos municipales y concejales (16 de octubre)
- Asociaciones locales y comerciantes hosteleros (23 de octubre)

2- CUESTIONARIO DEL ALUMNADO: Dirigido a todo el alumnado de 5º y 6º de Primaria, E.S.O, Bachillerato, Formación Profesional Básica y 1º curso de Grado Medio (Septiembre-Octubre)

3- CUESTIONARIO DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA: Todos los ciudadanos y ciudadanas tuvieron la oportunidad de opinar sobre este tema a través de un cuestionario. (Octubre).

Método de recogida de información

Metodología: cuantitativa y cualitativa.

Participantes:

- **909 alumnos/as**; 3º ciclo de Educación Primaria, E.S.O, Bachillerato y Formación Profesional Básica y de 1º de Grado Medio.
- **37 jóvenes** de 12 a 16 años.
- **48 agentes.**
- **214 ciudadanos/as.**

Herramientas:

- ***El cuestionario ad hoc*** incluye preguntas de diferentes estudios, items y screening específicos (CIUS y PWB) realizados por miembros de Garaia. Se han creado dos cuestionarios, uno para Primaria (75 preguntas) y otro para Secundaria (148 preguntas).
- **"Focus Groups",** dirigido por profesionales de Garaia, se reunieron diferentes agentes de los municipios para reflexionar sobre el tema.
- **Consulta comunitaria y participativa,** cuestionario abierto por el Ayuntamiento donde se recogen varias preguntas.

METODOLOGÍA

- Los datos del alumnado se recogieron mediante una encuesta on-line. Cada centro se coordinó con los técnicos de Garaia y los cuestionarios se rellenaron en las aulas bajo la supervisión de un responsable técnico de Garaia y necesitaron aproximadamente 30 minutos en responder a las preguntas.

- La convocatoria del Foro Participativo Juvenil se realizó de dos formas diferentes: por un lado, los técnicos de Garaia fueron directamente aula a aula explicando en qué consiste el foro y recogiendo los nombres de los alumnos y las alumnas que querían participar voluntariamente. Y por otro lado, se siguieron diferentes criterios directamente seleccionando a un alumnado específico. En total participaron 37 jóvenes y se organizaron dos foros de una hora y media de duración.

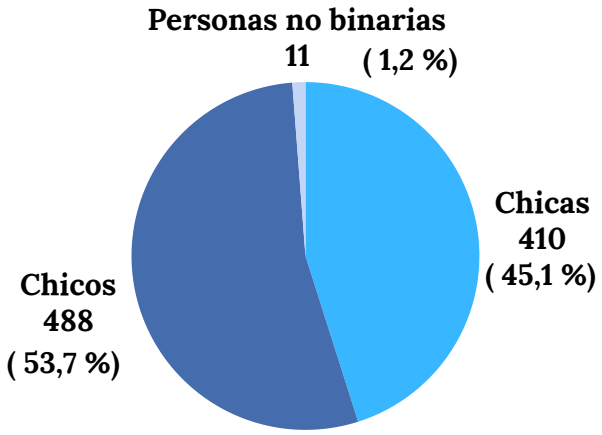
- Se entregó a los distintos agentes seleccionados por la Mesa de Prevención una hoja informativa sobre los foros. La participación fue totalmente voluntaria y cada foro tuvo una duración de 2 horas. En el mismo, los técnicos de Garaia guiaron los grupos, donde se planteaban preguntas sobre diferentes temas, y al final, tenían tiempo para compartir las ideas principales entre todos y todas.

- Se informó a adolescentes y a sus familias sobre los objetivos y fases de este estudio.

- La difusión del cuestionario dirigido a la ciudadanía se realizó utilizando tecnologías digitales de información y comunicación, entre otras, compartiendo en redes el QR del cuestionario.

Para realizar este diagnóstico se creó una Mesa de Prevención. En él se definieron y supervisaron las fases, la descripción y los objetivos de todo el proceso.

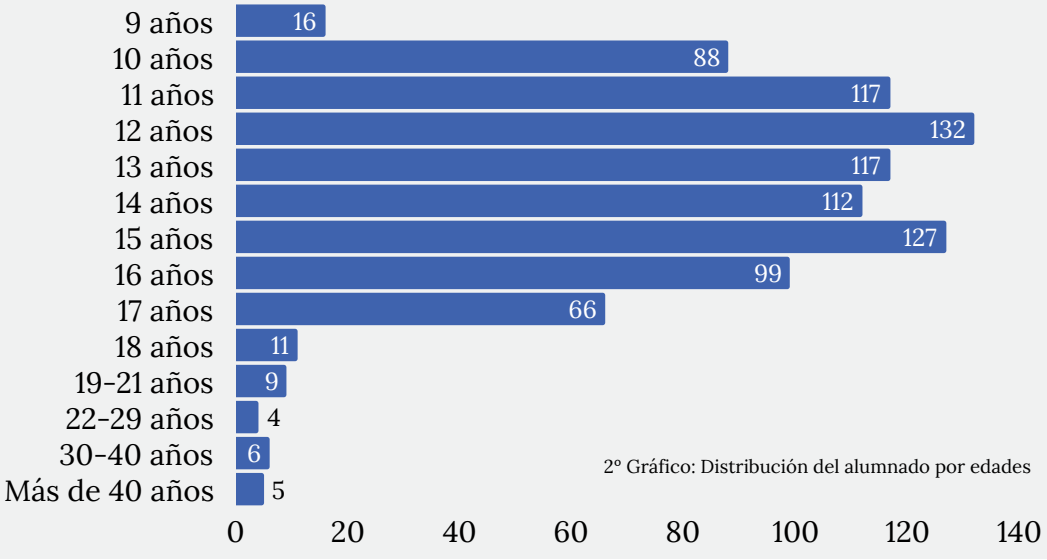
1- CENTROS ESCOLARES



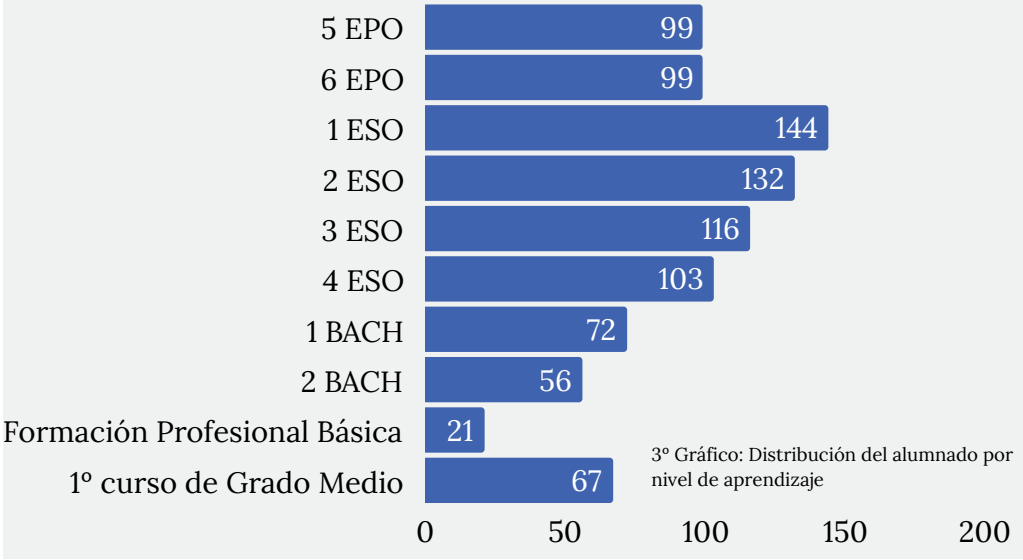
1º Gráfico: Distribución del alumnado por género

CENTROS ESCOLARES	Chicas	Chicos	Personas no binarias	TOTAL
Kurtzebarri Eskola	32	38	0	70
Almen EPO	56	47	0	103
Luis Ezeiza	12	13	0	25
Kurtzebarri Institutua	96	145	6	247
Almen ESO	194	181	3	378
Lanbide Eskola	20	64	2	86
TOTAL	**410**	**488**	**11**	**909**

1º Tabla: Distribución por centros del participante



2º Gráfico: Distribución del alumnado por edades

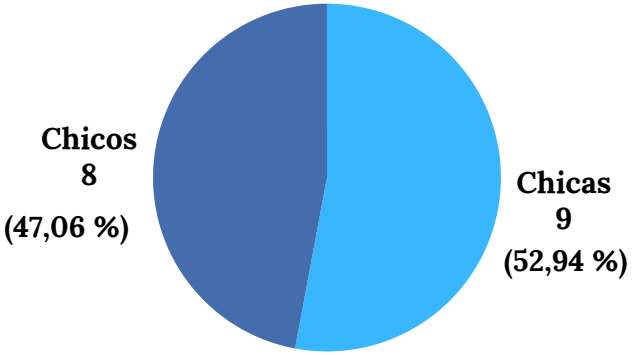


3º Gráfico: Distribución del alumnado por nivel de aprendizaje

2- JÓVENES DEL MUNICIPIO

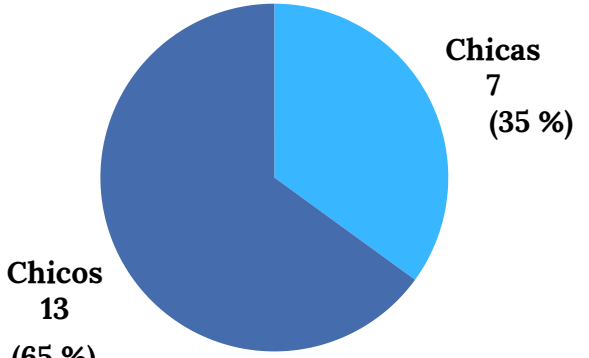
1º FORO

1º Grupo : 1-2 ESO

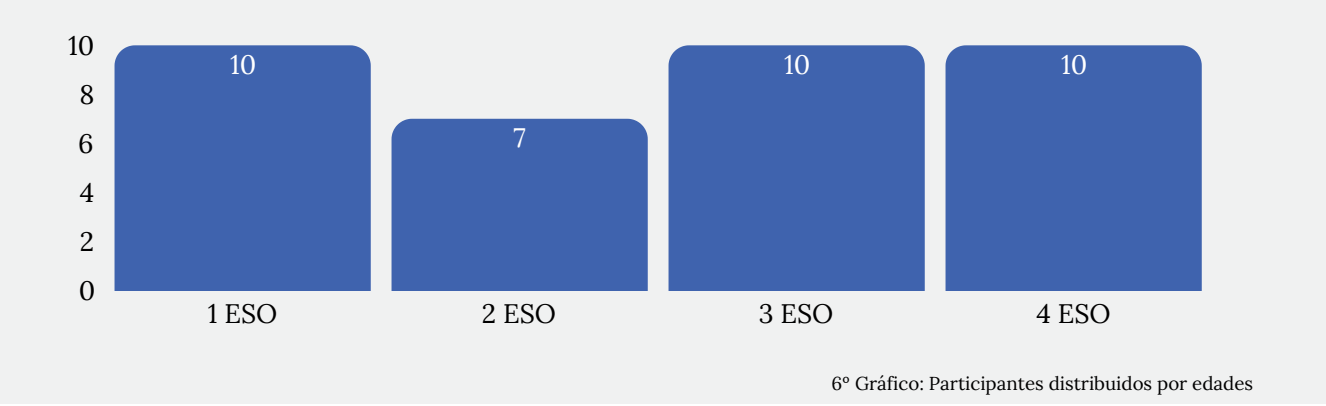


4º Gráfico: Participantes por género

2º Grupo: 3-4 ESO



5º Gráfico: Participantes por género



6º Gráfico: Participantes distribuidos por edades

3- AGENTES DEL MUNICIPIO

2º FORO

Educación formal, salud y asociaciones de padres y madres: 19 participantes

7º Gráfico: Participantes distribuidos por el campo

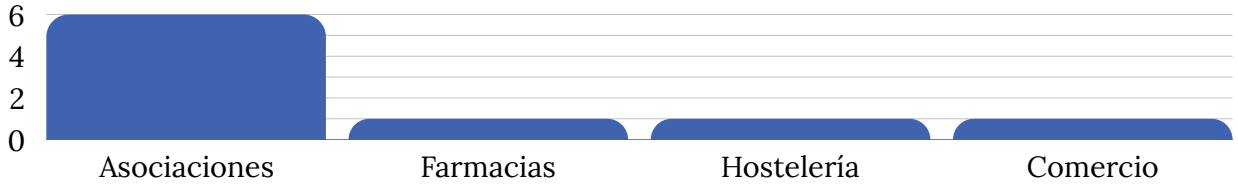
3º FORO

Educación no formal, técnicos municipales y concejales: 20 participantes

8º Gráfico: Participantes distribuidos por el campo

4º FORO

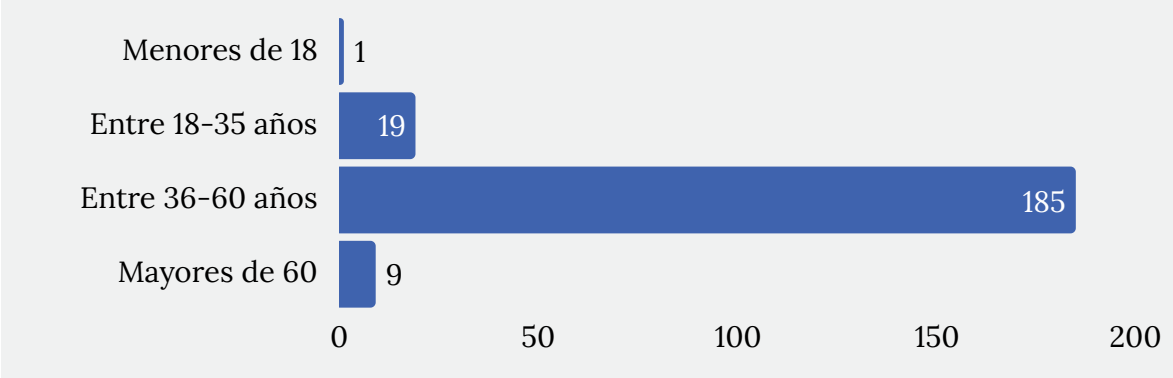
Asociaciones y comerciantes hosteleros: 9 participantes



9º Gráfico: Participantes distribuidos por el campo

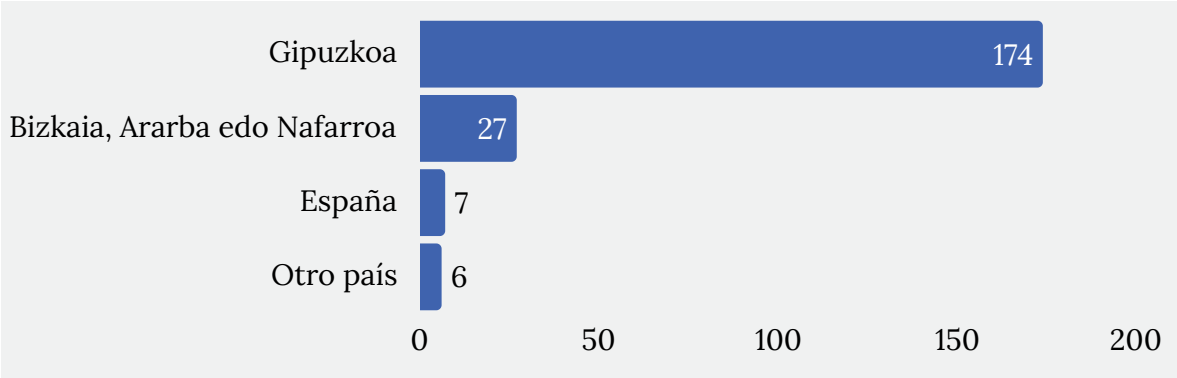
4- CIUDADANÍA

EDADES:



10º Gráfico: Participantes distribuidos por edades

PROCEDENCIA:



11º Gráfico: Participantes distribuidos por origen

Rellenas este formulario como...

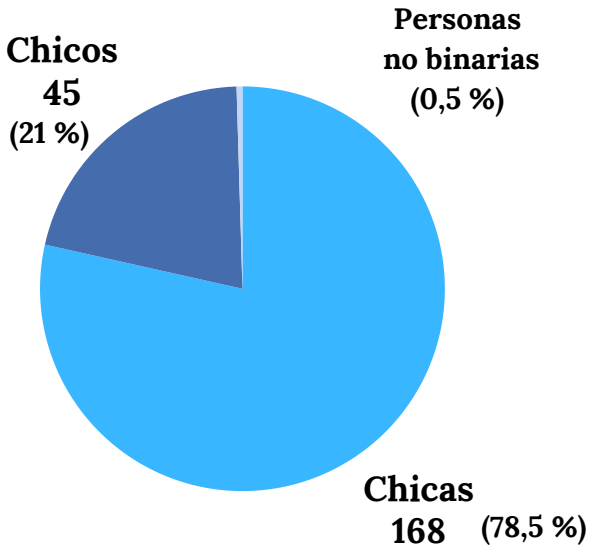
72,9% como padre/madre

15% como ciudadano o ciudadana que trabaja en Educación.

3,7% como ciudadano o ciudadana que trabaja en Salud.

2,3% como miembro/a de una asociación local.

1,4% como ciudadano o ciudadana que trabaja en el comercio en Hostelería.



12º Gráfico: Participantes por género

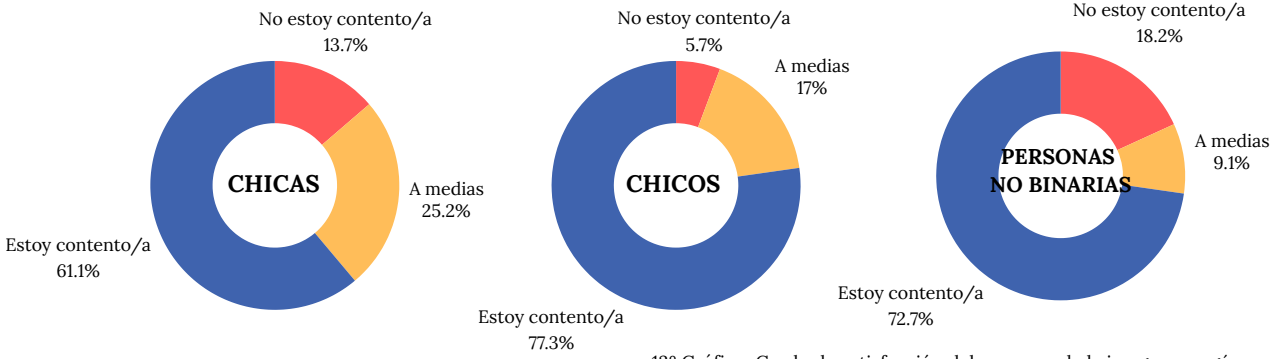
RESULTADOS

1- LA REALIDAD DEL ALUMNADO DE ARETXABALETA Y ESKORIATZA

A continuación se presentan los datos obtenidos del cuestionario del alumnado. Como se crearon dos cuestionarios diferentes, uno para Primaria y otro para Secundaria, algunos datos hacen referencia únicamente a una etapa concreta. Por otra parte, es importante señalar que dado que **el número de personas no binarias es una muestra pequeña, algunos datos asociados a este grupo no se van a analizar en profundidad, con el fin de garantizar la fiabilidad y representatividad de los resultados presentados**, y también, porque no sabemos si realmente es una cantidad significativa.

¿Hasta qué punto estás satisfecho con estos aspectos de tu vida?

1- Con tu cuerpo y tu imagen:



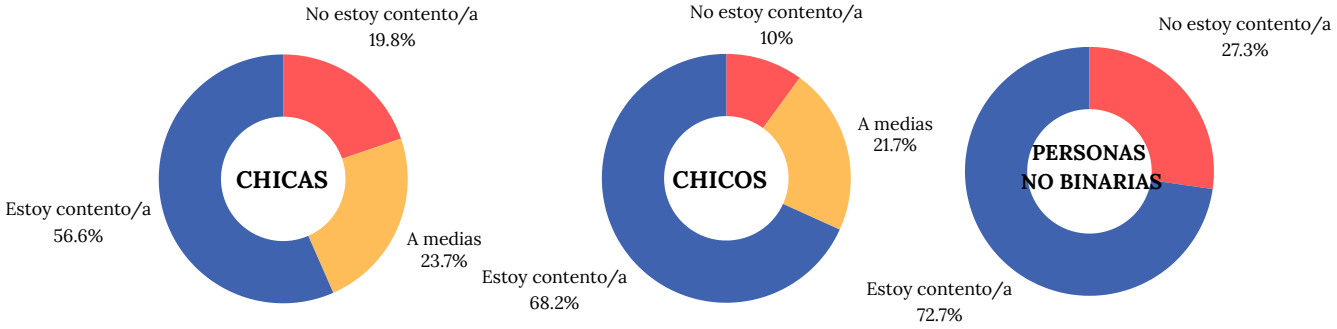
13º Gráfico: Grado de satisfacción del cuerpo y de la imagen por género

CONTENTOS/AS O MUY CONTENTOS/AS: son los **chicos** los que tienen una **percepción más positiva de su cuerpo y de su imagen.**

- **77,3 %** de chicos
- **72,7 %** de personas no binarias
- **61,1 %** de chicas

Entre chicos y chicas hay una diferencia de **16** puntos y además el **13,7 %** de las **chicas** y el **18,2 %** de **personas no binarias están muy descontentas**, frente al **5,7 %** de los **chicos**.

2- Con tu peso:



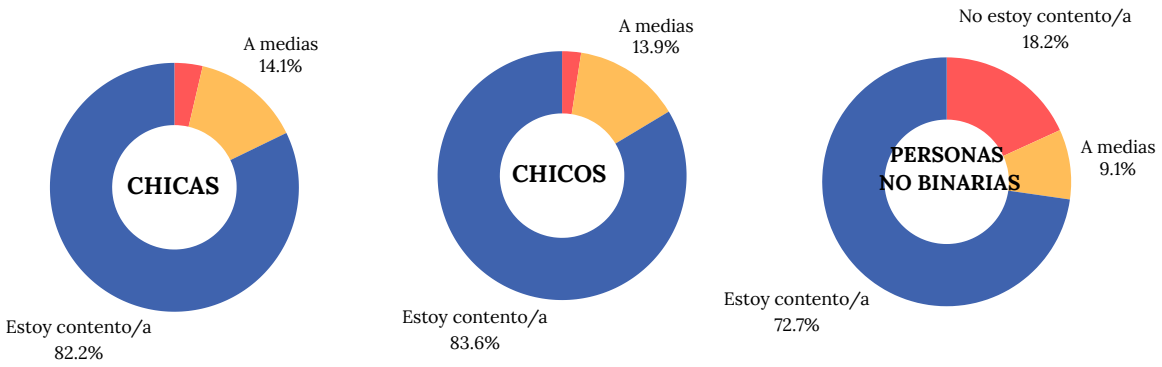
14º Gráfico: Satisfacción del peso por género

CONTENTOS/AS O MUY CONTENTOS/AS: son las **personas no binarias las** que tienen una percepción **más positiva de su peso:**

- **72,7 %** de personas no binarias
- **68,2 %** de chicos
- **56,6 %** de chicas

Las **chicas satisfechas son menos que las personas no binarias y los chicos** (con una diferencia de **16-11** puntos). El **27,3%** de las **personas no binarias** y el **19,8%** de las **chicas** no están contentas con su peso, frente al **10%** de los **chicos**.

3- Con tu personalidad:



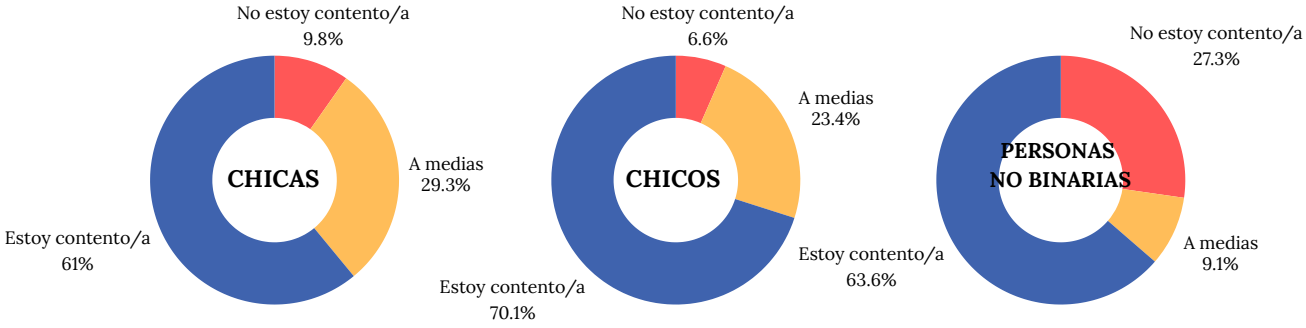
15º Gráfico: Satisfacción de la personalidad por género

CONTENTOS/AS O MUY CONTENTOS/AS: son los chicos los que tienen una percepción **más positiva de su personalidad:**

- **83,6 %** de chicos
- **82,2 %** de chicas
- **72,7 %** de personas no binarias

El **18,2%** de las **personas no binarias no está nada satisfechas con su personalidad** frente al **2,5%** de los **chicos** y el **3,7%** de las **chicas.**

4- Con tus hábitos alimenticios:



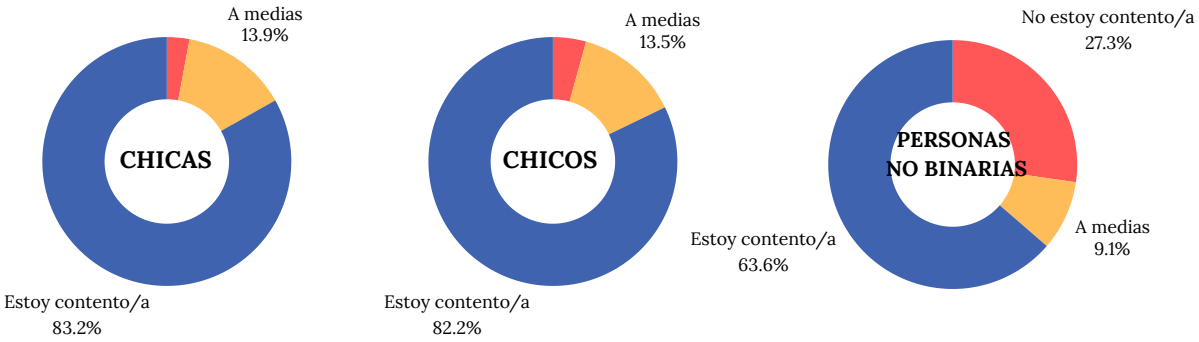
16 Gráfico: Grado de satisfacción de los hábitos alimentarios por género

CONTENTOS/AS O MUY CONTENTOS/AS: son los chicos quienes tienen una percepción **más positiva de sus hábitos alimentarios:**

- **70,1 %** de chicos
- **63,6 %** de personas no binarias
- **61 %** de chicas

El 27,3% de las personas no binarias se muestra **insatisfechas** con sus hábitos alimenticios, frente al **6,6%** de los **chicos** y al **9,8%** de las **chicas.**

5- Con tu salud:



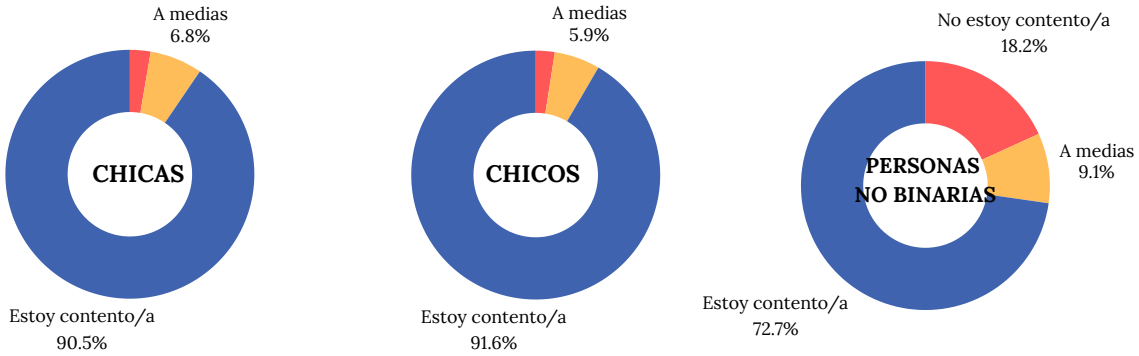
17º Gráfico: Satisfacción de la salud por género

CONTENTOS/AS O MUY CONTENTOS/AS: son las chicas las que tienen una percepción **más positiva de su salud:**

- **83,2%** de chicas
- **82,2 %** de chicos
- **63,6 %** de personas no binarias

El **27,3% de las personas no binarias** se muestran **insatisfechas** con su salud, frente al **13,5% de los chicos y el 13,9% de las chicas.**

6- Con tu familia:



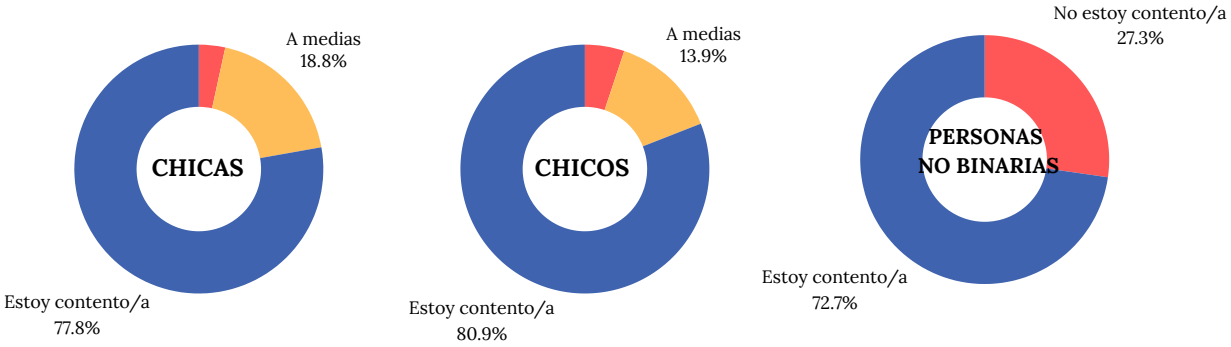
18º Gráfico: Satisfacción con la familia por género

CONTENTOS/AS O MUY CONTENTOS/AS: son los chicos los que tienen una percepción **más positiva de su familia:**

- **91,6 %** de chicos
- **90,5 %** de chicas
- **72,7 %** de personas no binarias

El 18,2% de las personas no binarias no está nada contento con su familia, frente al **5,9%** de los **chicos y el 6,8%** de las **chicas**.

7- Con tus compañeros/as:



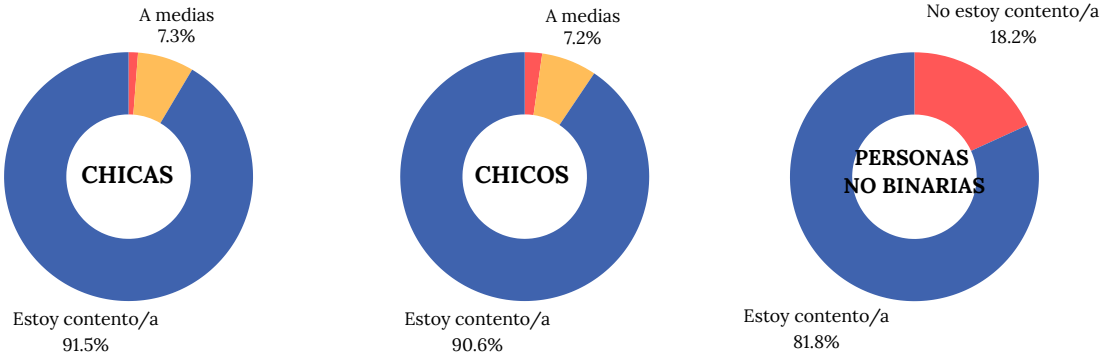
19º Gráfico: Satisfacción con el alumnado por género

CONTENTOS/AS O MUY CONTENTOS/AS: son los chicos los que tienen una percepción **más positiva de sus compañeros:**

- **80,9 %** de chicos
- **77,8 %** de chicas
- **72,7 %** de personas no binarias

El 27,8% de las personas no binarias se muestra **insatisfechas** con sus compañeros, frente al **5,1%** de los **chicos y el 3,4% de las chicas**.

8- Con tus amigos/as:



20º Gráfico: Satisfacción con los amigos por género

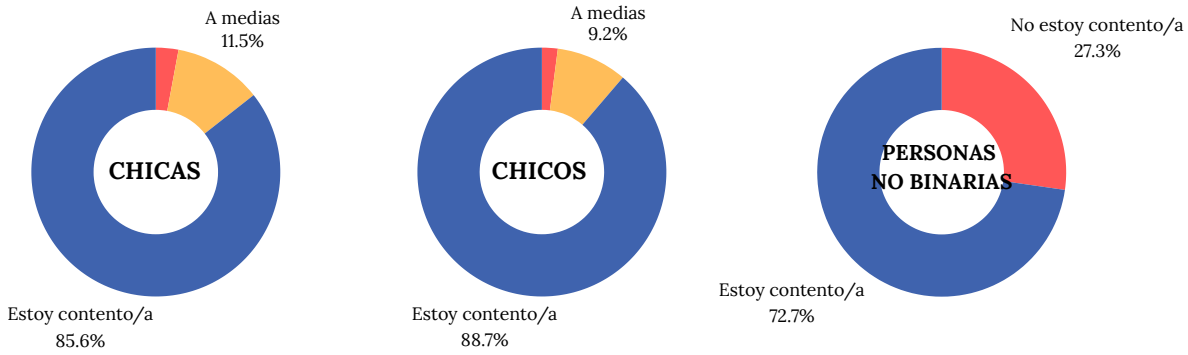
CONTENTOS/AS O MUY CONTENTOS/AS: son las chicas las que tienen una percepción **más positiva de sus amigos:**

- **91,5 %** de chicas
- **90,6 %** de chicos
- **81,8 %** de personas no binarias

El 18,2% de las personas no binarias no está **nada satisfechas** con sus amigos, frente al **2,3%** de los **chicos y el 1,2% de las chicas.**

RESULTADOS: **Grado de satisfacción de los diferentes aspectos de la vida**

9- Con las actividades que realizas en tu tiempo libre:



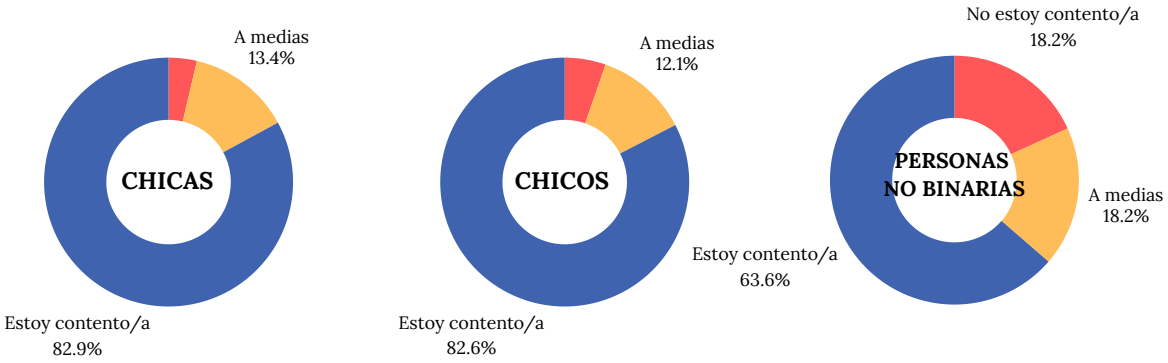
21º Gráfico: Satisfacción del tiempo libre por género

CONTENTOS/AS O MUY CONTENTOS/AS: son los chicos quienes tienen una percepción más positiva **de las actividades que realizan en su tiempo libre:**

- **88,7 %** de chicos
- **85,6 %** de chicas
- **72,7 %** de personas no binarias

El 27,3% de las personas no binarias se muestra **insatisfechas** con sus actividades de tiempo libre, frente al **2% de los chicos y el 2,9% de las chicas.**

10- Con la localidad o barrio en el que vives:



22º Gráfico: Grado de satisfacción del pueblo o barrio por género

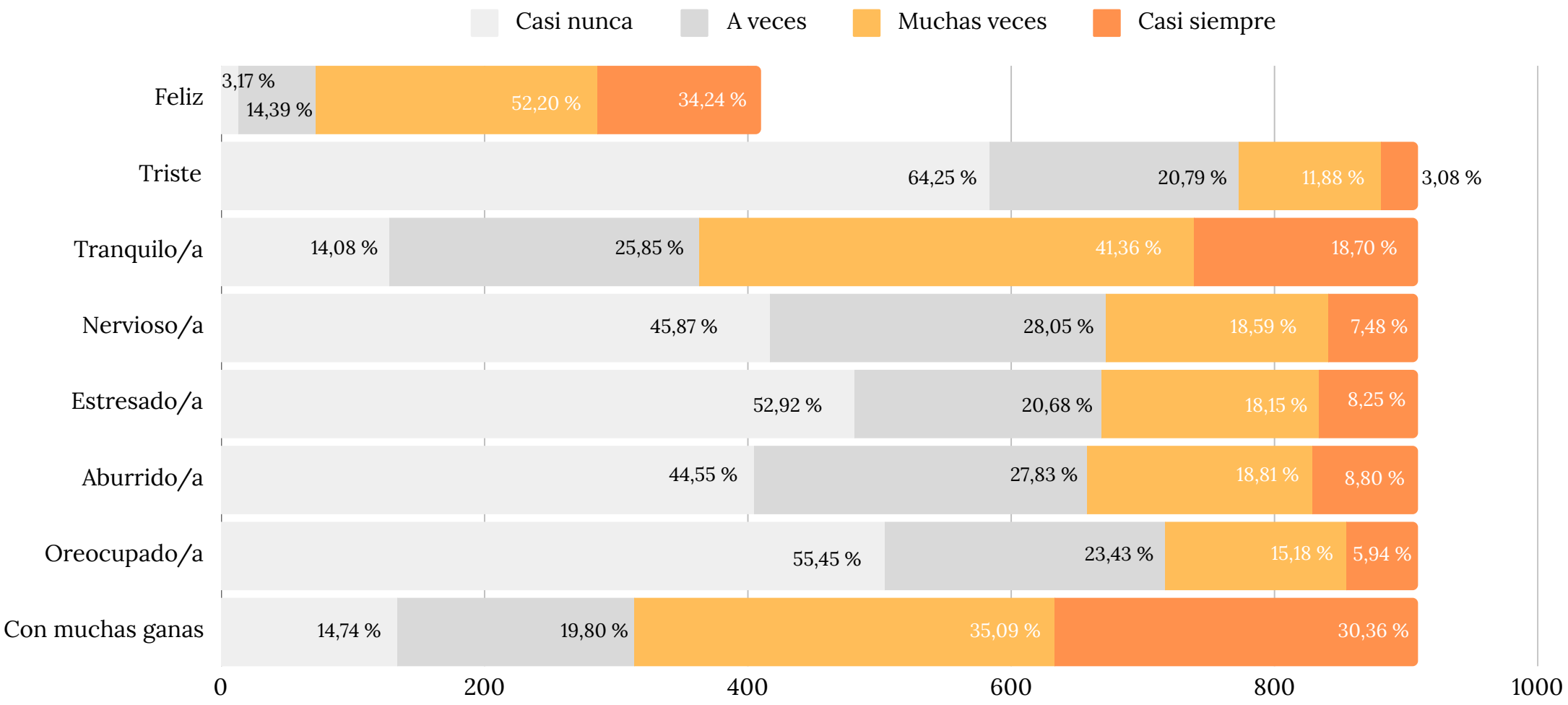
CONTENTOS/AS O MUY CONTENTOS/AS: son las chicas las que tienen una percepción **más positiva de su localidad o barrio:**

- **82,9 %** de chicas
- **82,6 %** de chicos
- **63,6 %** de personas no binarias

85,92% DE LA JUVENTUD ESTÁ SATISFECHA CON SU VIDA

86,27% de CHICOS, **86,10%** de CHICAS y **63,64%** de PERSONAS NO BINARIAS

En este último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido...?



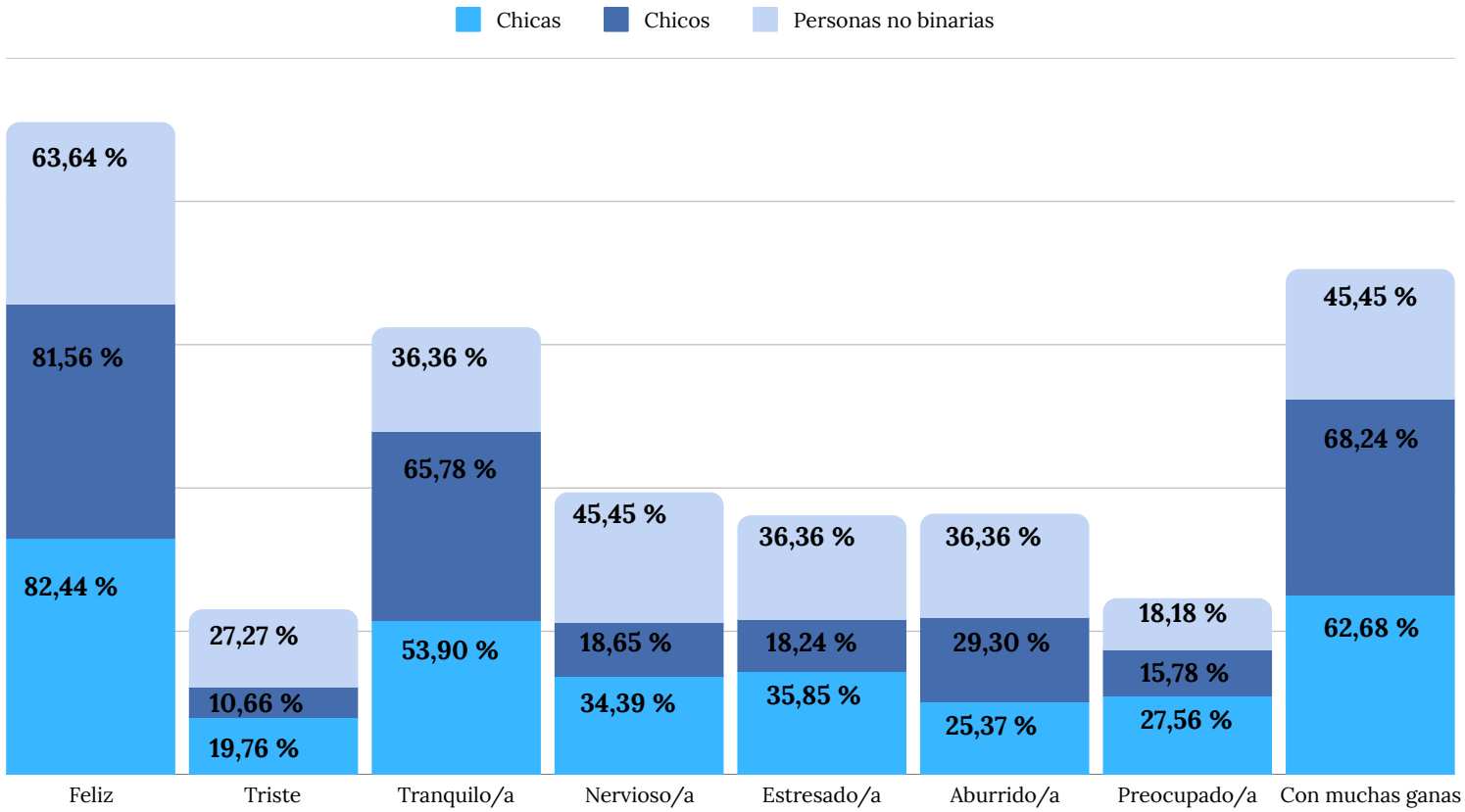
23º Gráfico: Frecuencia de las emociones vividas en el último mes

Las emociones y sentimientos **más vividos entre la juventud** durante el **último mes** han sido la **felicidad**, la **alegría** y la **tranquilidad.**

1- **FELICIDAD 80,64 %**
2- **CON GANAS 65,45 %**
3- **TRANQUILIDAD 60,06 %**
4- **ABURRIMIENTO 27,61 %**
5- **ESTRES 26,4 %**
6- **NERVIOSISMO 26,07 %**
7- **PREOCUPACIÓN 21,12 %**
8- **TRISTEZA 14,96 %**

RESULTADOS: **Estado emocional del último mes**

EMOCIONES Y SENTIMIENTOS QUE SE HAN SENTIDO DE FORMA HABITUAL O CASI CONSTANTE EN EL ÚLTIMO MES EN FUNCIÓN DEL GÉNERO:



24º Gráfico: Emociones vividas muchas veces o siempre en el último mes por género

NERVIOSO/A

P. NO BINARIAS 45,45 %

CHICAS 34,39 %

CHICOS 18,65 %

ESTRESADO/A

P. NO BINARIAS 36,36 %

CHICAS 35,85 %

CHICOS 18,24 %

PREOCUPADO/A

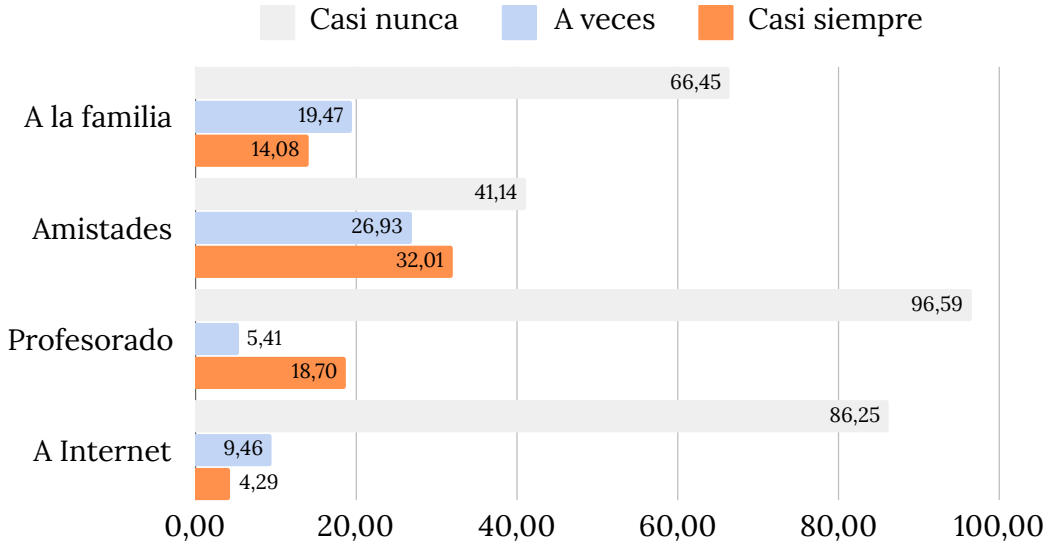
CHICAS % 27,56

P. NO BINARIAS % 18,18

CHICAS % 15,78

Después de las personas no binarias, son las chicas las que más sufren el estrés, el nerviosismo, la preocupación y la tristeza; en el caso del **nerviosismo y el estrés** hay una **diferencia de 15-17 puntos.** Sin embargo, sin mucha diferencia entre chicos y chicas, **la felicidad, el entusiasmo y la tranquilidad** son los **sentimientos que más han vivido**.

Cuando quieres hablar de sexualidad, ¿a dónde acudes?



25º Gráfico: A quién acudirían para hablar sobre la sexualidad

41,14% AMISTADES

(63,64% de p. no binarias, 63,41% de chicas y 54,92% de chicos)

33,55 % a la FAMILIA

(39,02% de chicas, 29,30% de chicos y 18,18% de p. no binarias)

13,75 % a INTERNET

(36,36% de p. no binarias, 14,96% de chicos y 11,71% de chicas)

8,25 % al PROFESORADO

(18,18% de p. no binarias, 7,38% de chicos y 6,83% de chicas)

¿Cree que la información que tienen sobre sexualidad es suficiente?

	Chicas	Chicos	P. no binarias	TOTAL
Sí, es suficiente	41,71 %	44,88 %	63,64 %	397 (43,67 %)
No, no es suficiente	20,00 %	17,62 %	9,09 %	169 (18,59 %)
No sé	38,29 %	37,50 %	27,27 %	343 (37,73 %)

2º Tabla: Si la información que tienen sobre la sexualidad es suficiente en función del género

43,67 % SÍ, ES SUFICIENTE

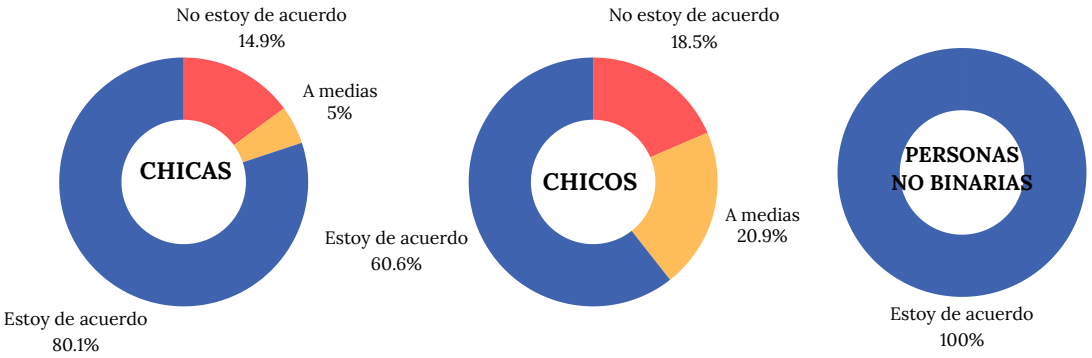
37,73 % NO SÉ

18,59 % NO, NO ES SUFICIENTE

Indique el grado de acuerdo o desacuerdo:

(Resultados de la ESO y posteriores)

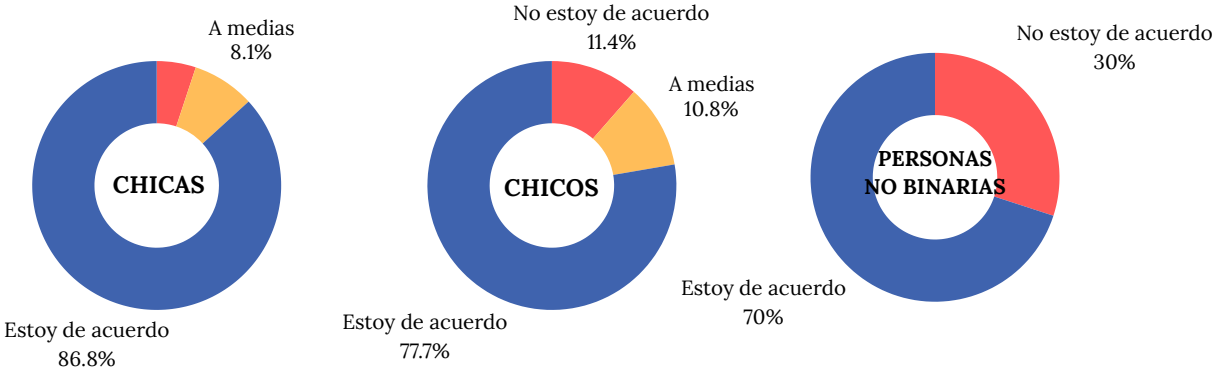
1- Expreso mis deseos:



26º Gráfico: Expresan deseos o deseos según género

Todos las personas no binarias están de acuerdo con esta afirmación. **Las chicas e**xpresan sus deseos y deseos **más que los chicos; el 80,1%** de las **chicas** y el **60,6%** de los **chicos.**

2- Creo que tengo derecho a cambiar de opinión:



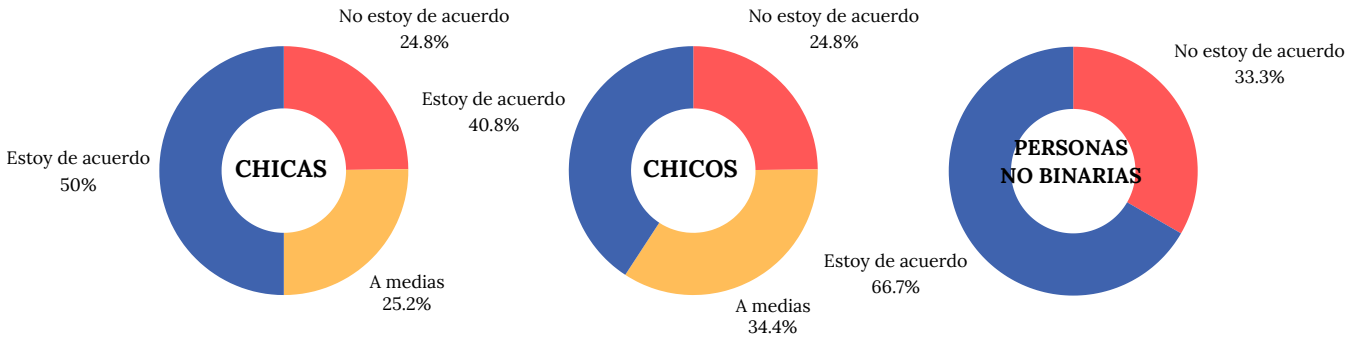
27º Gráfico: Si tienen derecho a cambiar de opinión en función del género

La mayoria de chicas están de acuerdo con esta afirmación, es decir, el **86,8%** opina que tienen derecho a cambiar de opinión, **el 77,7% de los chicos y el 70% de las personas no binarias.**

Entre los que piensan lo contrario, la mayoría son personas **no binarias** con un **30% seguido de chicos con un 11,4 %.**

Solo el 5,1% de las chicas considera que no tiene derecho a cambiar de opinión.

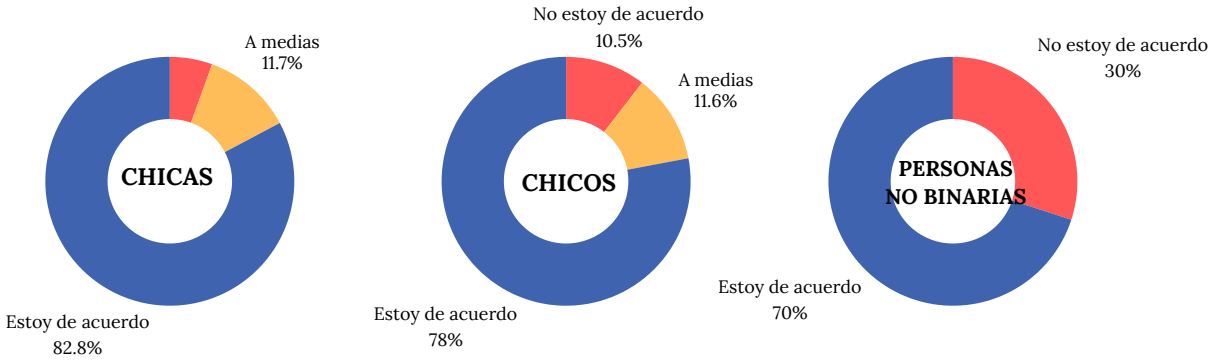
3-Intento satisfacer los deseos o deseos de los demás, aunque a veces sea contra mi voluntad:



28º Gráfico: Si intentan satisfacer los deseos de los demás según el género

El 66,7% de las personas no binarias, el 50% de las chicas y el 34,4% de los chicos intentan satisfacer los deseos de los demás a pesar de que éstos son a su pesar.

4- Creo que tengo derecho a hacer lo que quiera con mi cuerpo:

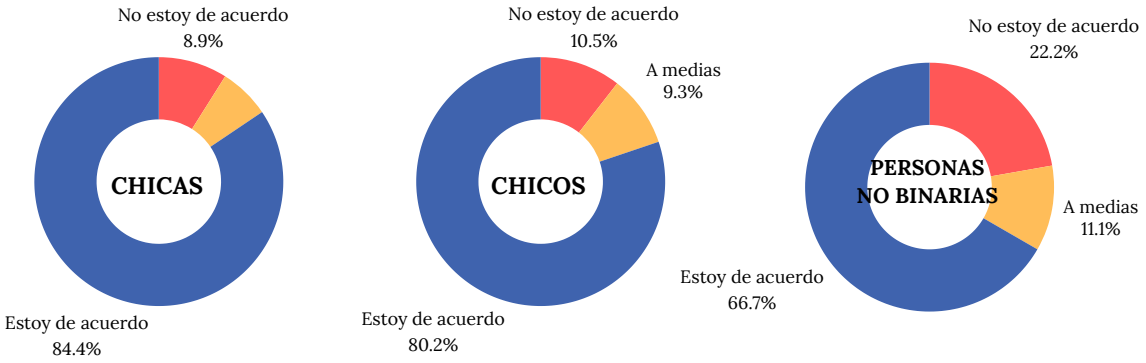


29º Gráfico: Si tienen derecho a hacer lo que quiero con el cuerpo o no según el género

Las chicas son la mayoría de las personas que piensan que tienen derecho a hacer lo que les da la gana con su cuerpo; **82,8% de las chicas, 78% de los chicos y 70% de las personas no binarias**.

Y el **30% de las personas no binarias no cree tener derecho a hacer lo que quiera con su cuerpo.**

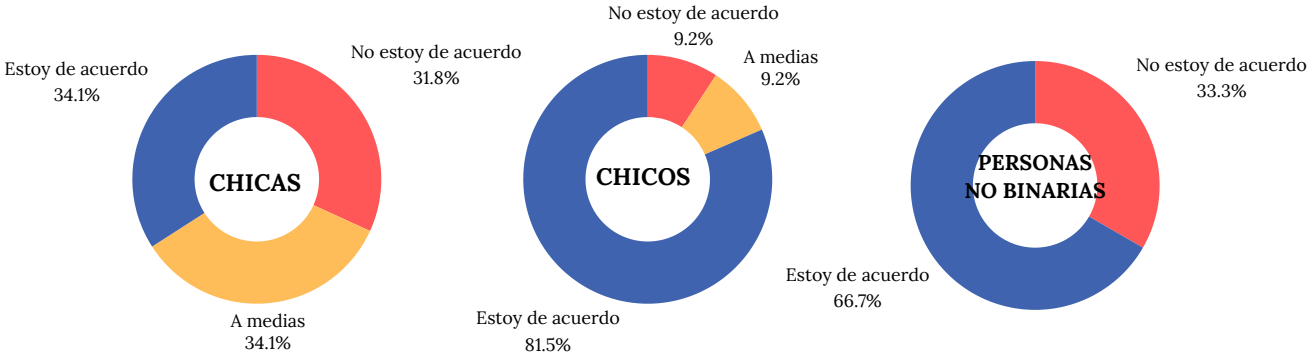
5- Mantendré relaciones sexuales, siempre que la otra persona esté dispuesta a tenerlas:



30º Gráfico: Si hay que tener o no la confirmación de mantener relaciones sexuales por género

En este caso no hay diferencia entre chicos y chicas, pero sí entre personas no binarias, ya que el **22,2% de las personas no binarias** declara no tener relaciones sexuales aceptadas, frente al **10,5% de los chicos y el 8,9% de las chicas**.

6- También debo tener en cuenta el disfrute del otro/a:

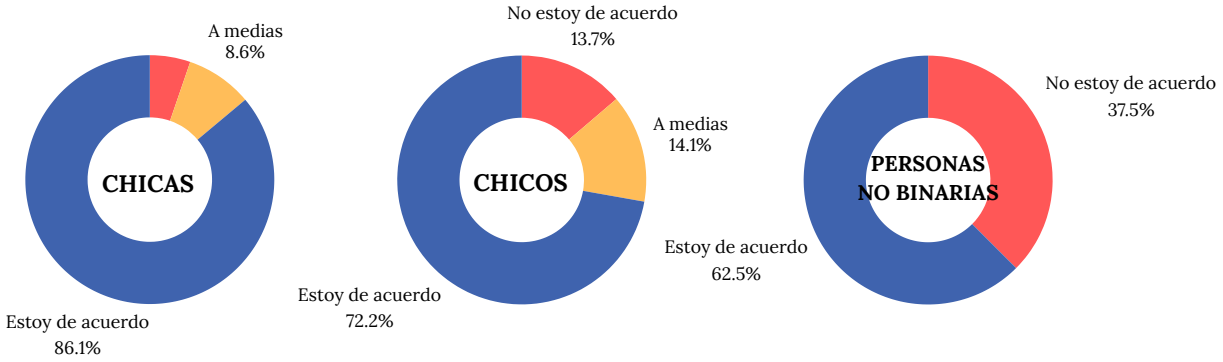


31. Gráfico: El disfrute es compartido o no según el género

Existe una separación de opiniones entre las **chicas** con esta afirmación. El **34,1% opina que hay que tener en cuenta el disfrute de la otra persona y el 31,8% opina que no.**

Sin embargo, los chicos tienen muy claro que el placer debe ser compartido, ya que el 81,5% está de acuerdo con esta afirmación. El 66,7% de las personas no binarias también está de acuerdo.

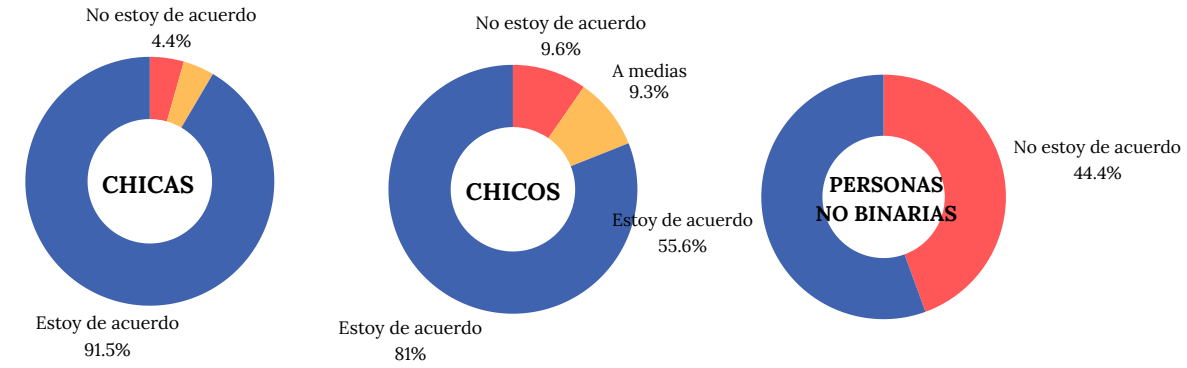
7- Todas las personas somos iguales, independientemente de nuestro sexo y nuestra sexualidad:



El 86,1% de las chicas, el 72,2% de los chicos y el 62,5% de las personas no binarias están de acuerdo en que todos somos iguales, independientemente de cómo vivamos nuestra sexualidad.
Entre quienes opinan lo contrario, las personas no binarias son mayoría; **el 37,5% de las personas no binarias considera que no todos somos iguales**, frente al **13,7% de los chicos y el 5,3% de las chicas**.

32º Gráfico: Reconocimiento de que hay muchas formas de vivir la sexualidad en función del género

8- Puedo pedir a una persona que quiera ser mi pareja. No puedo obligar a nadie a ser mi pareja:



Tanto los chicos como las chicas están de acuerdo con esta afirmación a pesar de que haya más diferencias entre los chicos. **El 91,5% de las chicas, el 81% de los chicos y el 55,6% de las personas no binarias creen que nadie puede obligar a ser su pareja.**
Entre las personas no binarias, el 44,4% cree que puede obligar a una persona a ser su pareja.

33. Gráfico: No puedo obligar a nadie a ser pareja por género

¿Cada cuánto tiempo haces una siguiente acción?

RESULTADOS DE USUARIOS QUE HAN UTILIZADO ALGUNA VEZ, ANUALMENTE, MENSUAL O SEMANALMENTE, POR GÉNERO:

El **100% de las personas no binarias** lo ha utilizado alguna vez, cada año, mes o semana.

Series/películas

¿Lo has utilizado?

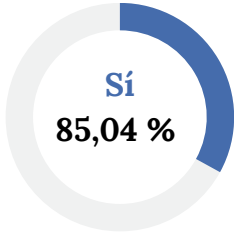
98,78% de chicas
96,31% de chicos

Redes sociales

¿Lo has utilizado?

95,7% de chicos
91,95% de chicas

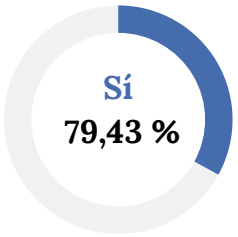
Mensajería instantánea



¿Lo has utilizado?

88,78% de chicas
81,97% de chicos

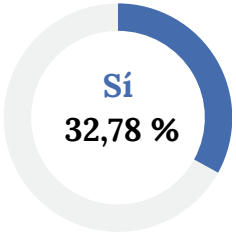
Videojuegos



¿Lo has utilizado?

93,65% de chicos
62,44% de chicas

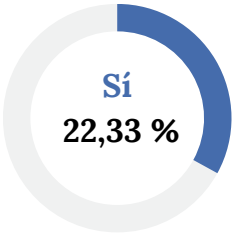
Jugar dinero off-line



¿Lo has utilizado?

37,70% de chicos
20,02% de chicas

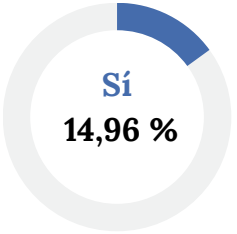
Pornografía



¿Lo has utilizado?

32,79% de chicos
8,54% de chicas

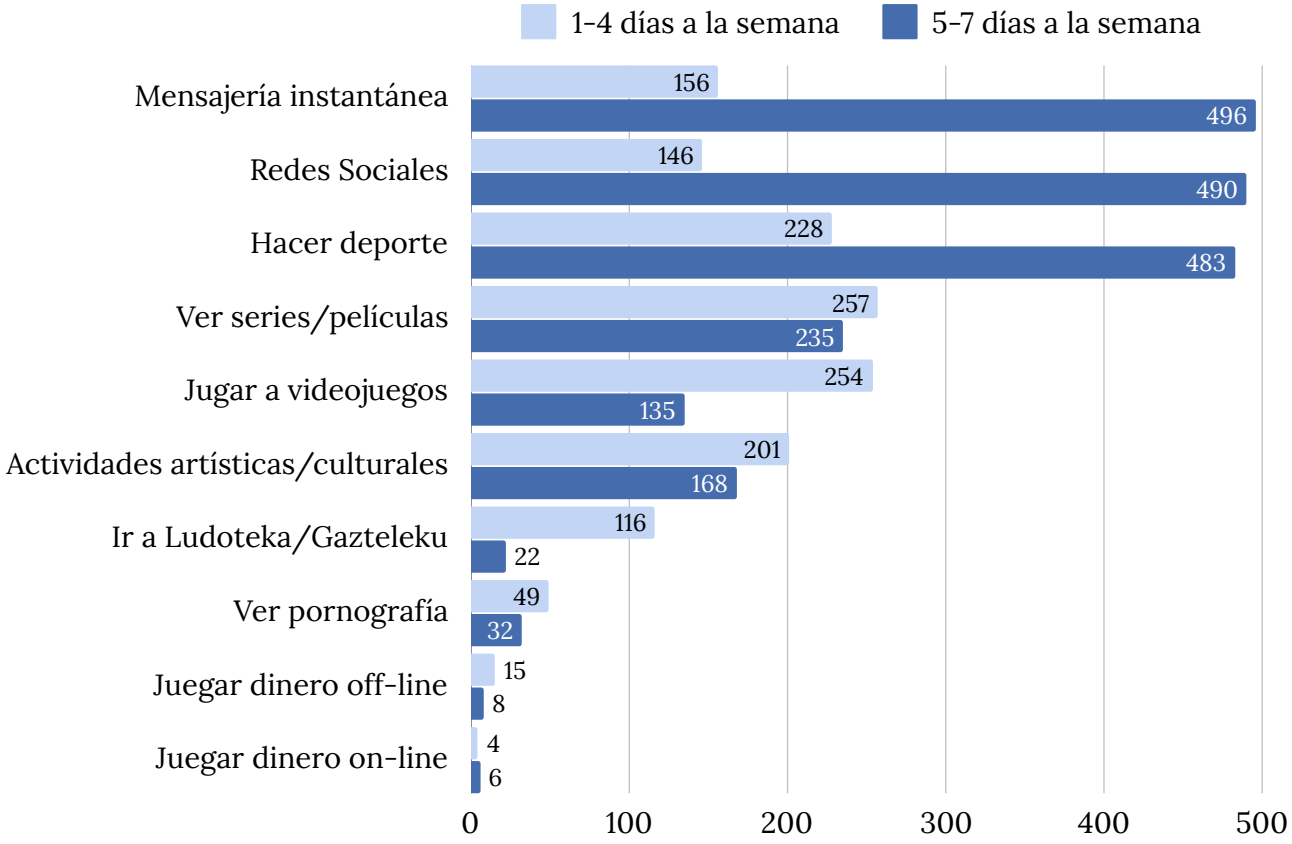
Jugar dinero on-line



¿Lo has utilizado?

29,30% de chicos
25,37% de chicas

RESULTADOS DE LO QUE USAN O HACEN ENTRE 1 Y 7 DÍAS A LA SEMANA:



34º Gráfico: Actividades que realizan los alumnos semanalmente

- Como se ve, las tecnologías digitales tienen fuerza en el tiempo libre de la juventud.
- La mensajería instantánea, las redes sociales y la práctica del deporte son las actividades principales de 5-7 días a la semana.
- Actividades más frecuentes a la semana:

78,22% Hacer deporte

71%, 72 Mensajería instantánea

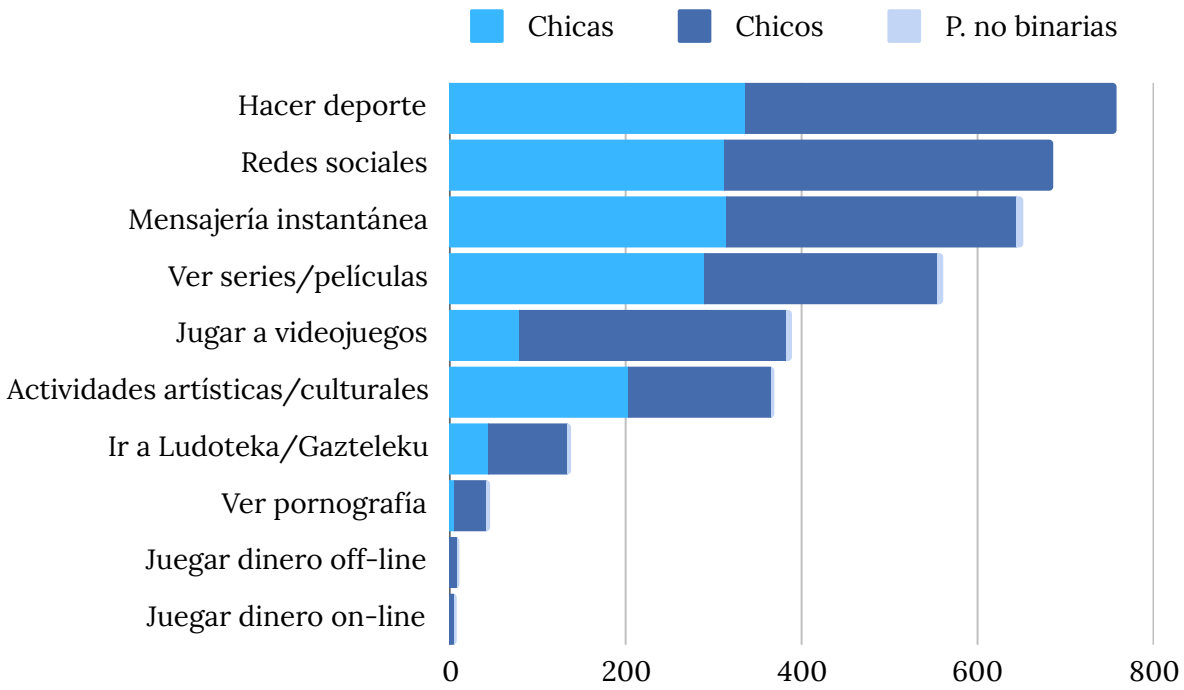
69,97% Redes sociales

54,12% Ver series/películas

42,79% Videojuegos

40,59% Arte/Cultura

RESULTADOS DE LO QUE USAN DE 1 A 7 DÍAS A LA SEMANA POR GÉNERO:



35º Gráfico: Actividades semanales del alumnado según género

En cuanto al género, salvo las actividades artísticas/culturales, la mensajería instantánea y la visionado de series/películas, las actividades que se realizan semanalmente **son las más utilizadas por los chicos.**

Las mayores diferencias se dan en **los videojuegos, ver series/películas, pornografía y arte/cultura.**

Jugar dinero
18,18% de p. no binarias
3,07% de chicos
0% de chicas

Videojuegos
62,29% de chicos
54,55 % de p. no binarias
19,27% de chicas

Pornografía
36,36 % de p. no binarias
7,58% de chicos
1,22% de chicas

Series/películas
70,73% de chicas
54,55 % de p. no binarias
54,30% de chicos

Ludoteca/Gaztelekua
36,36 % de p. no binarias
18,44% de chicos
10,73% de chicas

Mensajería instantánea
76,83% de chicas
72,73 % de p. no binarias
67,42% de chicos

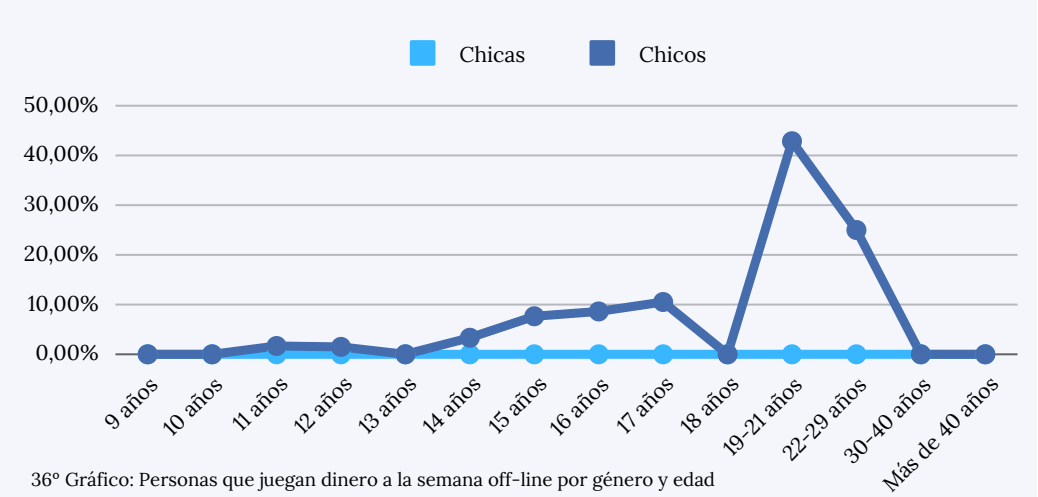
Redes sociales
76,63% de chicos
76,10% de chicas
63,64% de p. no binarias

Hacer deporte
86,48% de chicos
81,95% de chicas
54,55 % de p. no binarias

Arte/cultura
70,73% de chicas
54,30% de chicos
27,27% de p. no binarias

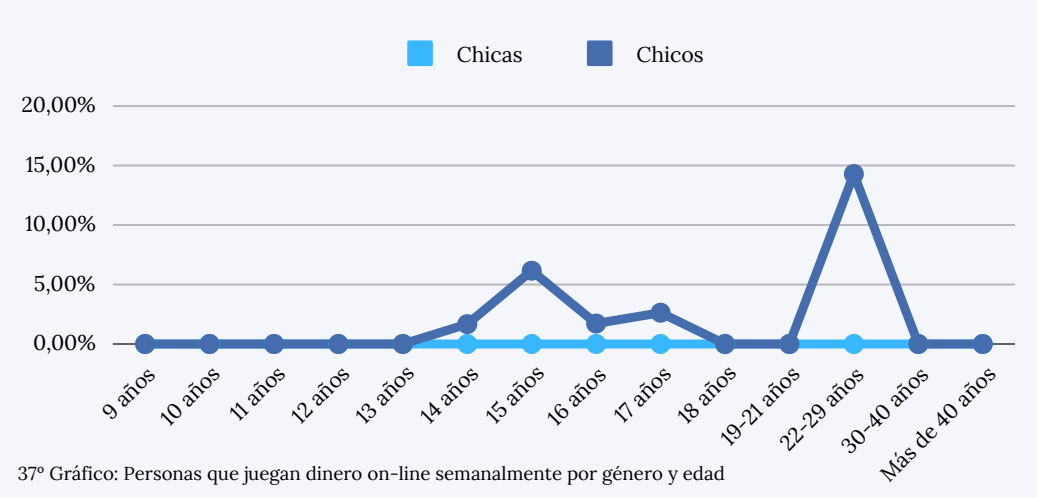
Diferencias de género

Jugar dinero off-line



36º Gráfico: Personas que juegan dinero a la semana off-line por género y edad

Jugar dinero on-line



37º Gráfico: Personas que juegan dinero on-line semanalmente por género y edad

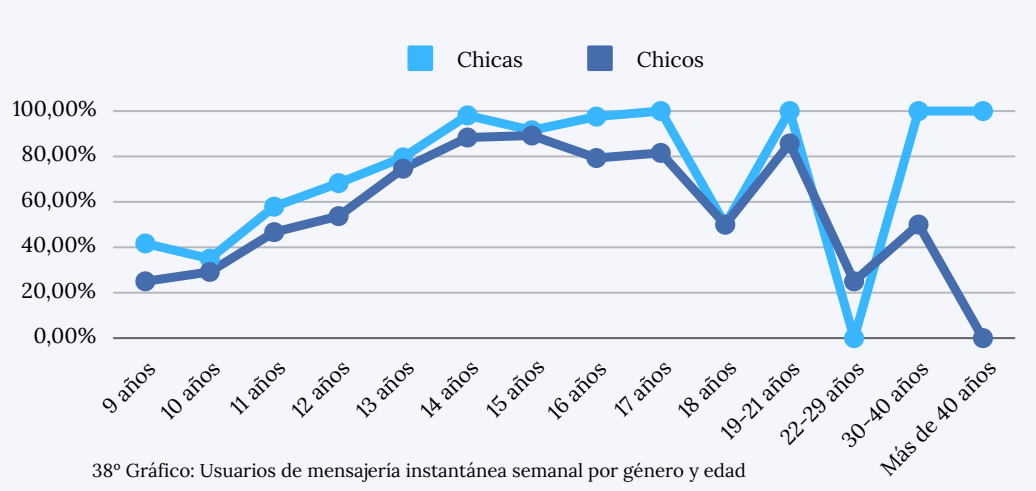
RESULTADOS DE USO SEMANAL DE 1 A 7 DÍAS POR GÉNERO Y EDAD:

Esta actividad la realizan **mayoritariamente los chicos**, siendo los de edades comprendidas entre los **19 y los 21 años los que más lo hacen.**
A los 14 años hay un aumento de 4,32 puntos, se mantiene a los **16 años y a los 17 años juega el 10,52% de los chicos.**
No hay chicas que jueguen con dinero.

En general **se juega más fuera de Internet**. En el caso on-line, **los chicos son los que más juegan**. En este caso, **son los de 22-29 años los que más juegan con un 14,29%.**

Al igual que en el juego de dinero fuera de Internet, aquí **tampoco hay chicas que jueguen dinero.**

Mensajería instantánea

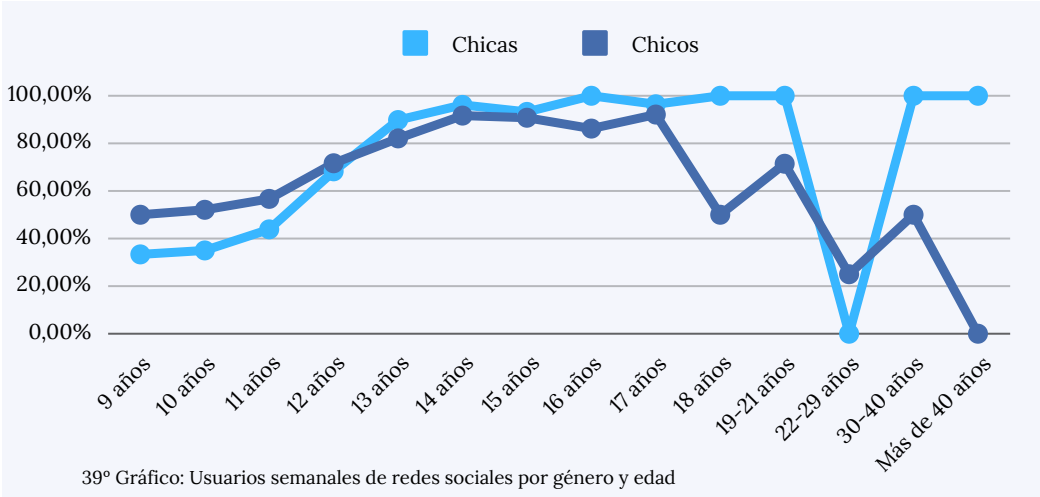


38º Gráfico: Usuarios de mensajería instantánea semanal por género y edad

Las chicas utilizan algo más que los chicos la mensajería instantánea.

La **mayor diferencia entre chicos y chicas se da en 17 años**, siendo el **100% de las chicas** de esta edad y el **81,57% de los chicos.**
A los 9 años hay un aumento importante y después se mantiene el número de usuarios. En esta franja de edad, los mayores incrementos se producen **entre los 10 y los 11 años y entre los 13 y los 14 años,** mientras que **entre los 10 y los 11 años suben 22,9 puntos en las chicas y 17,51 en los chicos.** En el caso de **las chicas, de 13 a 14 años, suben 18,49 puntos y en los chicos, 13,71.**

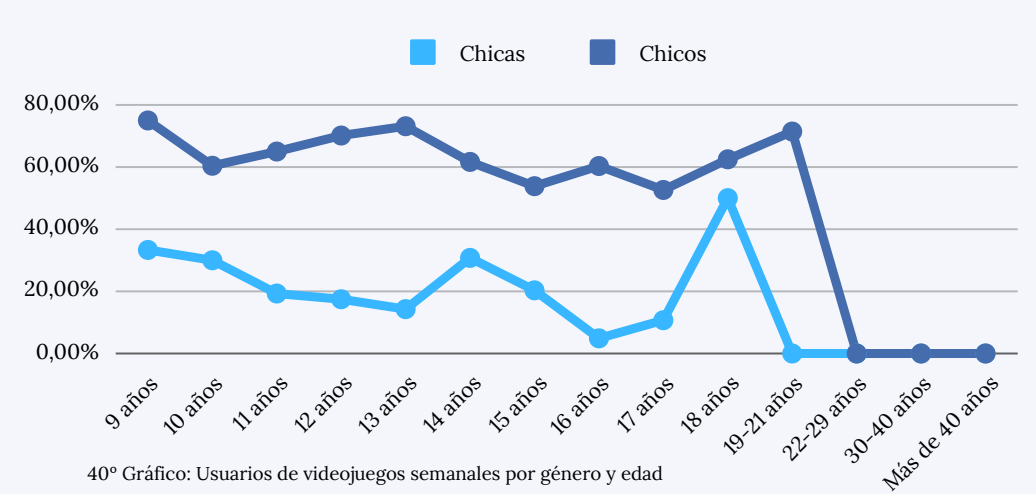
Redes sociales



39º Gráfico: Usuarios semanales de redes sociales por género y edad

A partir de los 12 años, las chicas utilizan más las redes sociales **que los chicos.** La mayor diferencia se da en los 18 años. Teniendo en cuenta a los menores de edad, en todos los géneros el **aumento es significativo de 11 a 12 años, siendo 14 años la edad en la que se mantiene el uso.**
Con 11 años, el 56,67% de los chicos lo usa **y con 12 años el 71,64%.** En el caso de las **chicas a los 11 años el 43,86% las utiliza y con 12 el 68,25%.**

Videojuegos

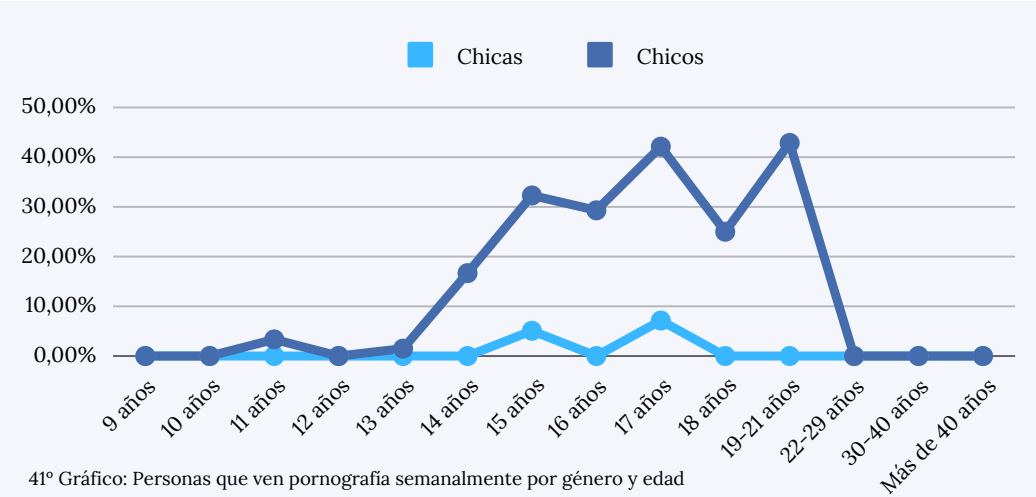


40º Gráfico: Usuarios de videojuegos semanales por género y edad

En el caso de los videojuegos, **los chicos son los que más utilizan** en todas las edades, sobre todo entre los **9-13 años** (los que más juegan son los de **13 años, 73,14%**) y entre los **19-21 años, 71,43%.**

En el caso de **las chicas**, en cambio, a los **9 años juega el 33,33%**, bajando el número de personas usuarias hasta los 13 años, después juega el **30,77% de las chicas de 14 años**, volviendo a bajar el número de personas de 15 a 17 años y a los **18 años juega el 50%.**

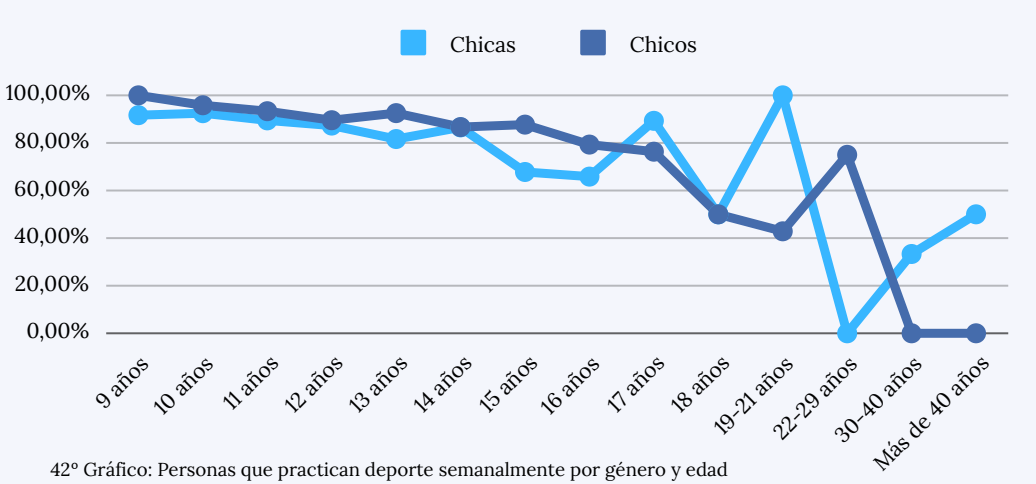
Ver pornografía



41º Gráfico: Personas que ven pornografía semanalmente por género y edad

Por lo que se refiere a la pornografía, **son los chicos de entre 17 (42,11%) y 19-21 (42,86%) los que más ven,** duplicando el número de usuarios de 14 a 15 años. **Las chicas,** en cambio, ven **muy poco** pornografía, siendo **15 (5,08%) y 17 años (7,14%) las edades de quienes más lo ven.**

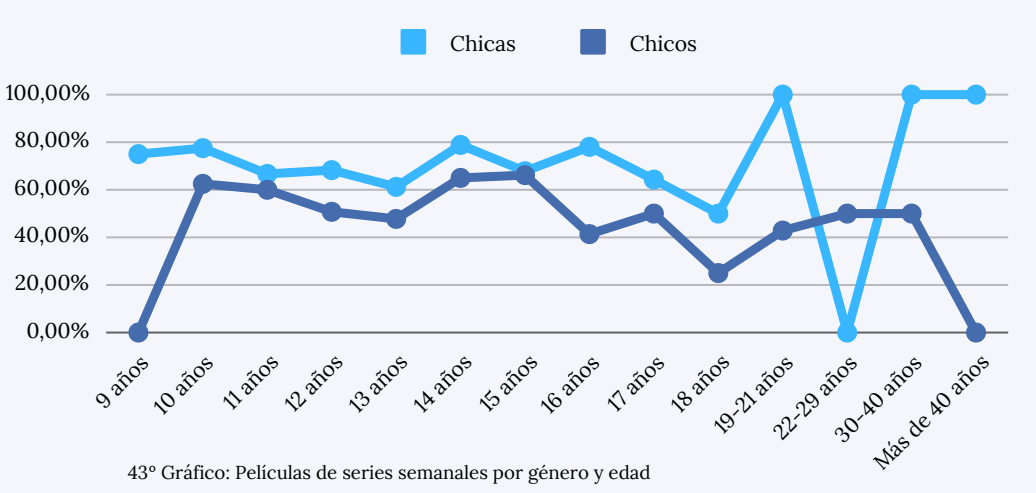
Hacer deporte



42º Gráfico: Personas que practican deporte semanalmente por género y edad

El deporte es una actividad que se desarrolla en todas las edades y todos los géneros. En el caso de **los chicos, a los 15** años hay un **descenso**, en el caso de **las chicas este descenso se da a los 14 años.** En todos los casos, los menores son los que **más deportes practican, entre los 9 y los 14 años.**

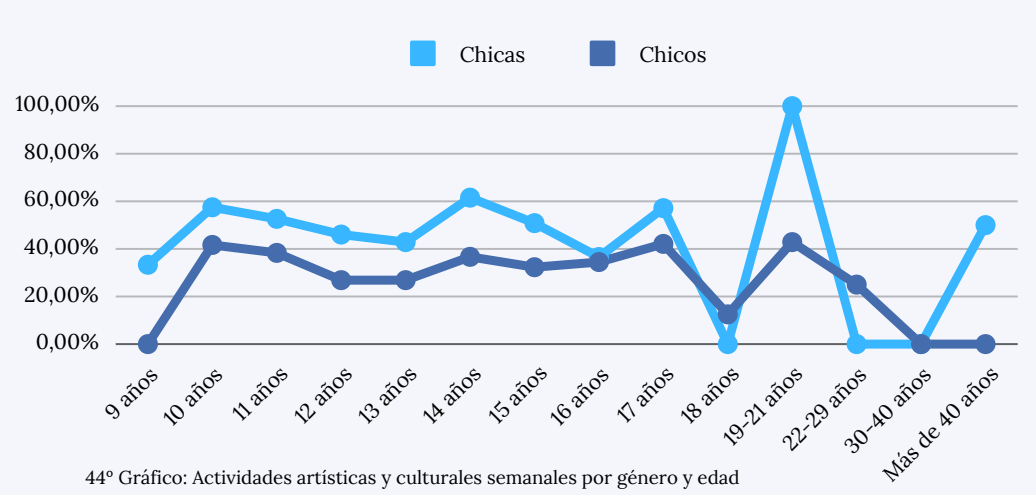
Ver series/películas



43º Gráfico: Películas de series semanales por género y edad

Series y películas, l**as chicas ven más que los chicos en todas las edades.** Salvo a partir de los 22 años, en todas las demás edades las chicas son las vencedoras. **Entre los chicos, los de 15 años** son los que más lo ven, un **66,16%**, mientras que entre las chicas, los de **19 a 21 años lo hacen con el 100%.**

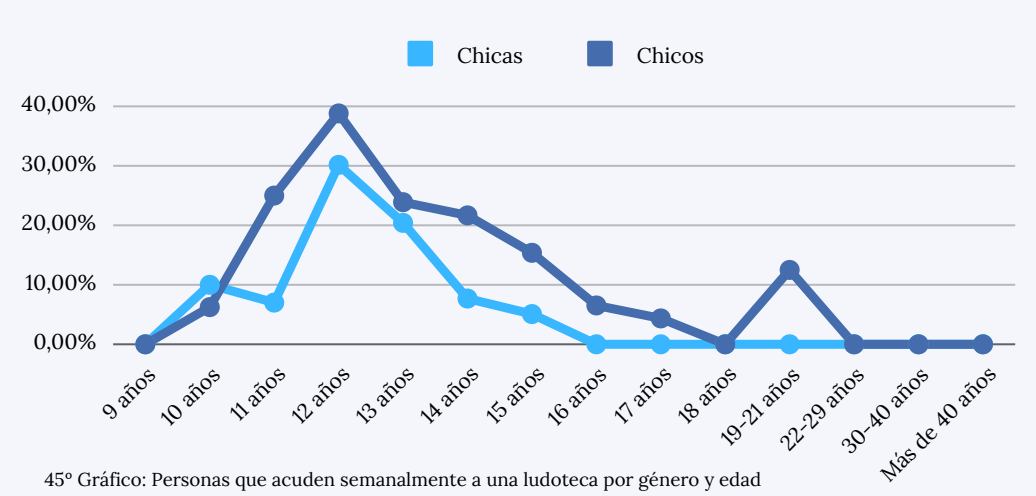
Actividades artísticas/culturales



44º Gráfico: Actividades artísticas y culturales semanales por género y edad

En las actividades artísticas y culturales, l**as chicas participan más que los chicos en todas las edades, doblando a las chicas de 10 a 16 años. La mayor diferencia se encuentra entre los 19 y los 21 años,** en estas edades participa **el 100% de las chicas y el 42,86% de los chicos.**

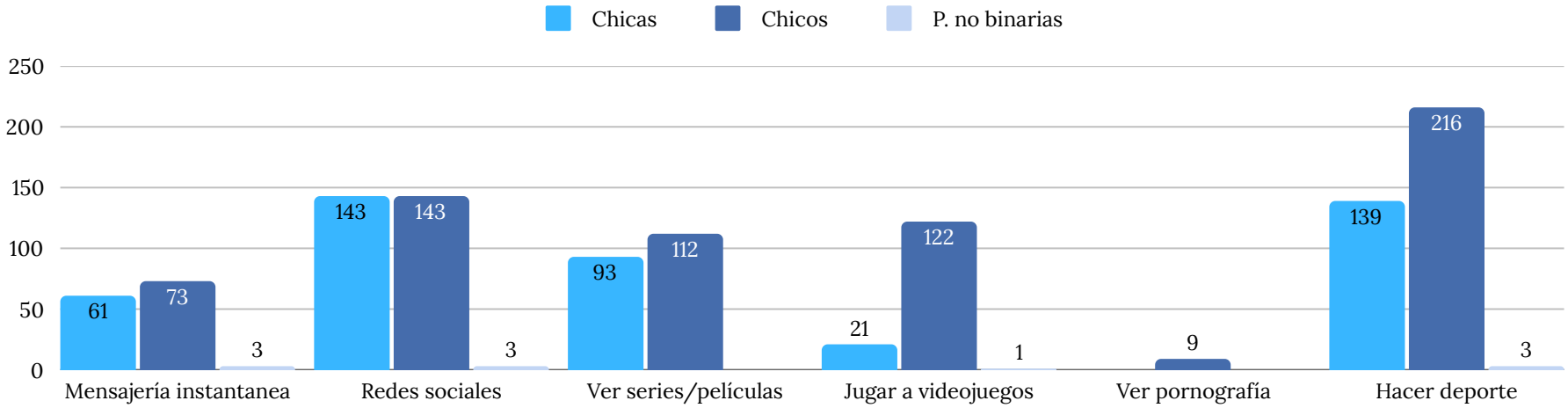
Ludoteca/Gazteleku



45º Gráfico: Personas que acuden semanalmente a una ludoteca por género y edad

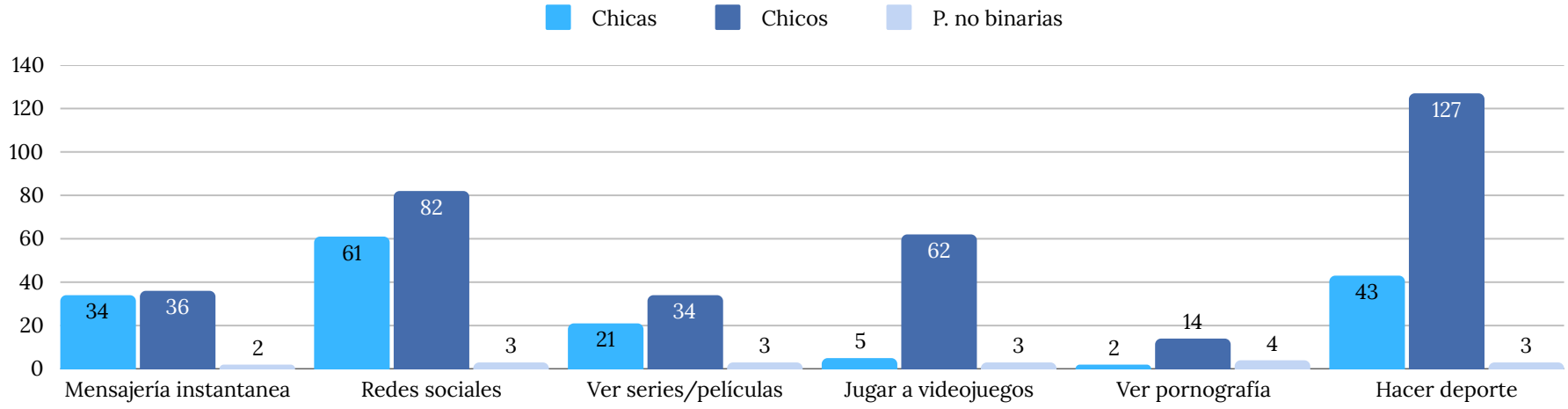
A las ludotecas y gaztelekus, **en todas las edades los chicos van más que las chicas. A los 11 años asiste el 25% de los chicos y el 7,01% de las chicas (18 puntos de diferencia).** La participación es parecida a la de 12-13 años, pero **con 14 años de nuevo hay una diferencia de 14 puntos. En todos los géneros, a partir de los 12 años, el número de usuarios disminuye.**

¿ Al día, cuánto tiempo le dedicas?



46º Gráfico: Actividades que dedican 2-3 horas diarias a cada actividad por género

Resultados de uso/realización superior a 2-3 horas diarias



47º Gráfico: Actividades que dedican más de 4 horas diarias a cada actividad por género

Resultados de usuarios/as de más de 4 horas diarias

2-3 horas al día

ACTIVIDADES	Chicas	Chicos	P. no binarias
Mensajería instantánea	14,88 %	14,96 %	**27,27 %**
Redes sociales	**34,87 %**	29,30 %	**27,27 %**
Series/películas	22,68 %	22,95 %	0 %
Videojuegos	5,12 %	25 %	9,09 %
Pornografía	0 %	1,84 %	0 %
Hacer deporte	33,90 %	**44,26 %**	**27,27 %**

3º Tabla: Tabla resumen: Actividades que ofrecen 2-3 horas al día por género

Las chicas:
1- Redes sociales
2- Hacer deporte
3- Series/películas

Los chicos:
1- Hacer deporte
2- Redes sociales
3- Videojuegos

+ 4 horas al día

ACTIVIDADES	Chicas	Chicos	P. no binarias
Mensajería instantánea	8,29 %	7,38 %	18,18 %
Redes sociales	**14,88 %**	16,80 %	27,27 %
Series/películas	5,12 %	6,96 %	27,27 %
Videojuegos	1,22 %	12,70 %	27,27 %
Pornografía	0,48 %	2,87 %	**36,36 %**
Hacer deporte	10,49 %	**26,02 %**	27,27 %

4º Tabla: Tabla resumen: Actividades con más de 4 horas al día por género

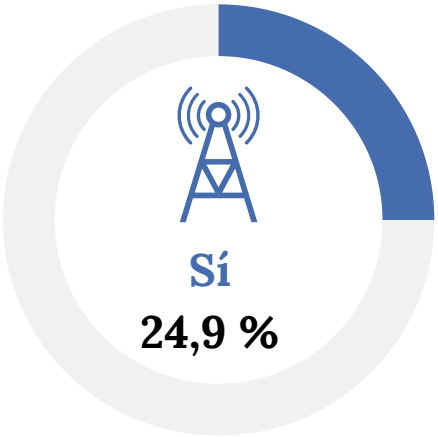
Las chicas:
1- Redes sociales
2- Hacer deporte
3- Mensajería instantánea

Los chicos:
1- Hacer deporte
2- Redes sociales
3- Videojuegos

En general, **la actividad que más horas dedica al día es el DEPORTE, con un 44,39% de las chicas, un 70,28% de los chicos y un 54,54% de las personas no binarias.**

Por género, las actividades que les dedican **más de 4 horas diarias**, las redes sociales, la mensajería instantánea y la visualización de series/películas no son muy diferentes; las **redes sociales** supone el **49,75% de las chicas y el 46,1% de los chicos**, **ver series y películas, el 27,8% de las chicas y el 29,91% de los chicos** y la **mensajería instantánea el 22,87% de las chicas y el 22,34% de los chicos.**
La mayor diferencia se encuentra en que el 36,36% de las personas no binarias dedica 4 o más horas diarias a la **pornografía (4,71%** de los chicos y **0,48%** de las chicas) y el **37,7% de los chicos y el 36,36% de las personas no binarias juegan a videojuegos, a diferencia del 6,34% de las chicas.**

Uso problemático de Internet



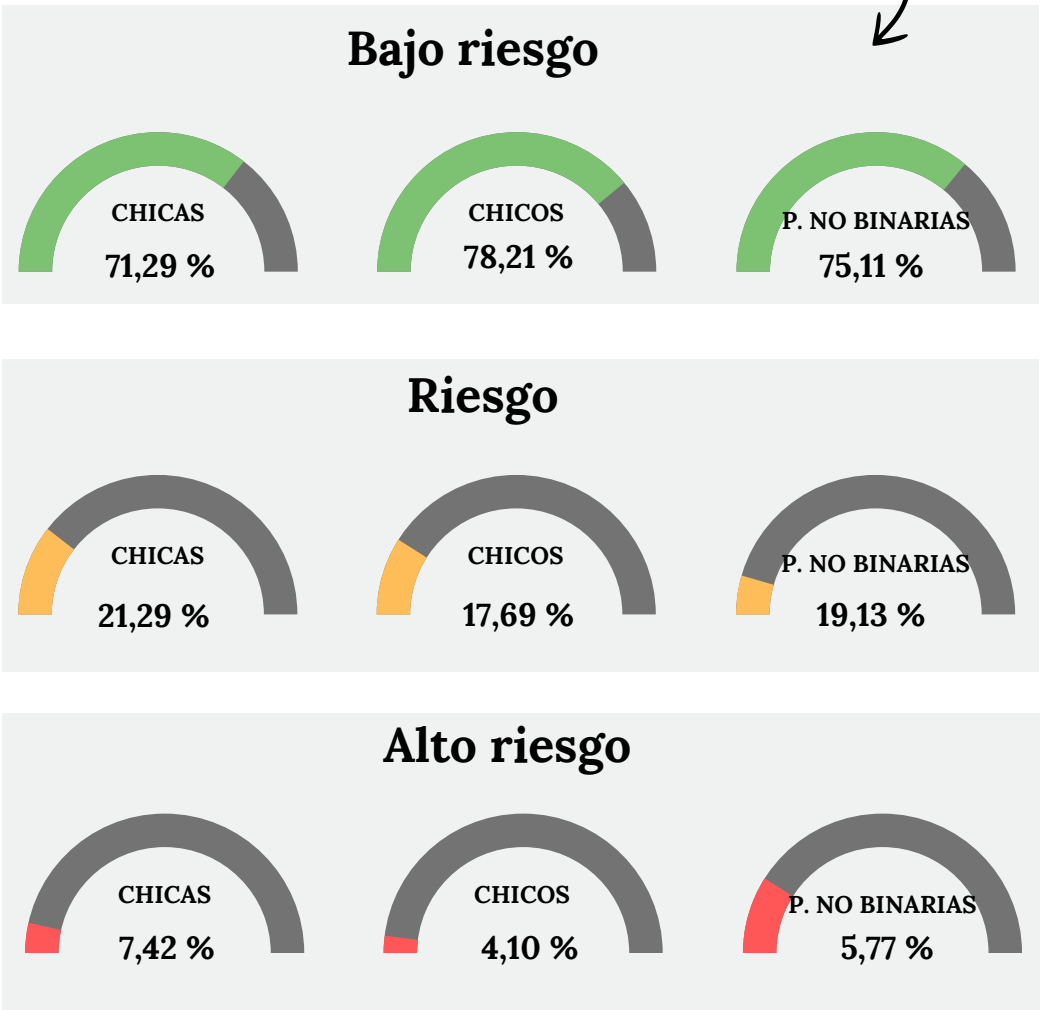
Riesgo o alto riesgo
28,71% de chicas
27,27% de p. no binarias
21,79% de chicos

LAS CHICAS SON LAS QUE TIENEN UN COMPORTAMIENTO MÁS PROBLEMÁTICO CON INTERNET.

Ataques y amenazas en la red:

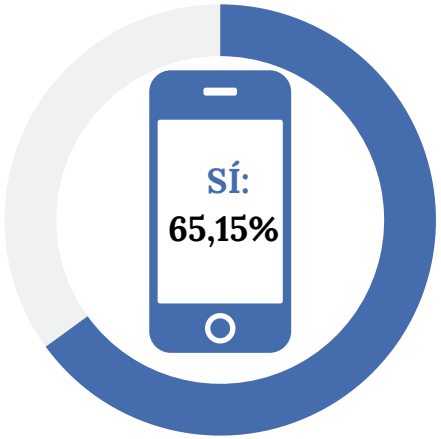
La mayoría no se ha sentido amenazada o agredida.
El **80,65%** de las chicas **nunca**
El **80,26%** de los chicos **nunca**
El **80,17 %** de las p. no binarias **nunca**

Resultados de la ESCALA CIUS por género:



48º Gráfico: Resultados de la escala CIUS por género

Uso del móvil



5º y 6º de EPO:

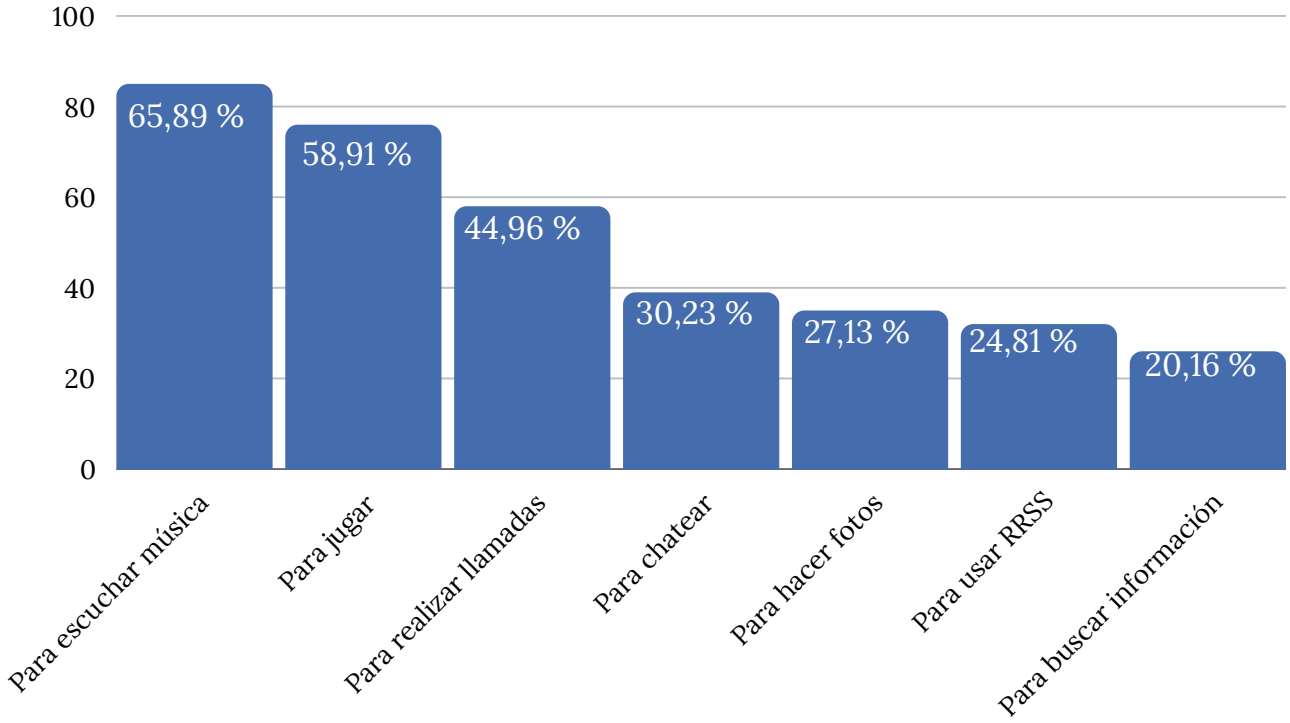
El 23,74% tiene móvil propio

28,57 % de chicos
19 % de chicas

El 41,41% utiliza el de algún familiar

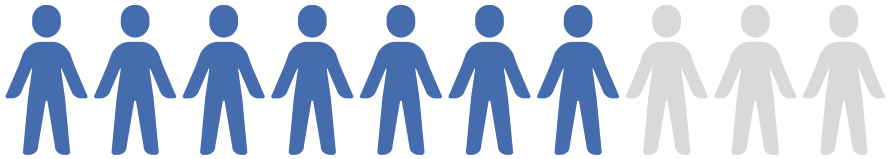
43 % de chicas
39,8 % de chicos

¿Para qué lO utilizas?



49º Gráfico: Para qué usan el móvil de los alumnos de FP 3.zikloko

¿Tienes normas de uso del teléfono móvil?



El **76,74%** tiene normas de uso

Primeros contactos con sustancias

	Bebidas energéticas	Alcohol	Váper	Tabaco	Cannabis
Edad para empezar a probar	**11 años 5 meses**	**12 años 4 meses**	**13 años 4 meses**	**13 años 5 meses**	**14 años 4 meses**
¿Quién te lo ofreció?	**48,15%** Yo lo elegí **36,82%** Amistades **6,10%** Padre/madre **3,49%** Hermanos **2,83%** Un familiar **0,87%** Compañero/a de deporte	**40,31%** Amistades **25,93%** Yo lo elegí **22,66%** Padre/madre **8,71%** Un familiar **2,18%** Hermanos **0,22%** Compañero/a de deporte	**36,38%** Amistades **8,93%** Yo lo elegí **1,09%** Hermanos **0,87%** Un familiar **0,65%** Padre/madre **0,22%** Compañero/a de deporte	**22,22%** Amistades **8,93%** Yo lo elegí **0,65%** Padre/madre **0,44%** Un familiar **0,22%** Compañero/a de deporte	**19,39%** Amistades **5,23%** Yo lo elegí **0,44%** Padre/Madre **0,22%** Compañero/a de deporte
¿Por qué lo probaste?	**69,52%** Por probar, por curiosidad **11,62%** Para hacer deporte **6,58%** Porque me aburría	**85,40%** Por probar, por curiosidad **25,93%** Para sentirme mejor **3,27%** Porque lo hacían mis familiares	**81,40%** Por probar, por curiosidad **6,98%** Porque me aburría **4,65%** Porque lo hacían mis amigos	**82,98%** Por probar, por curiosidad **5,67%** Para sentirme mejor **3,55%** Para sentirme más maduro	**%73,28%** Por probar, por curiosidad **8,62%** Para buscar nuevas formas de divertirse **5,17%** Porque esta al rededor y por una frustración o problema importante

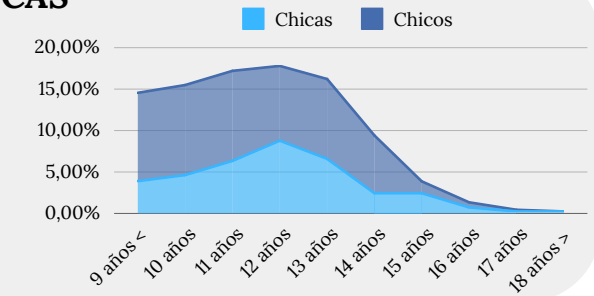
EDAD DE INICIO DE LA PRUEBA DE SUSTANCIAS POR GÉNERO:

BEBIDAS ENERGÉTICAS

CHICAS
11 años y 11 meses

CHICOS
11 años y 3 meses

P. NO BINARIAS
10 años y 3 meses

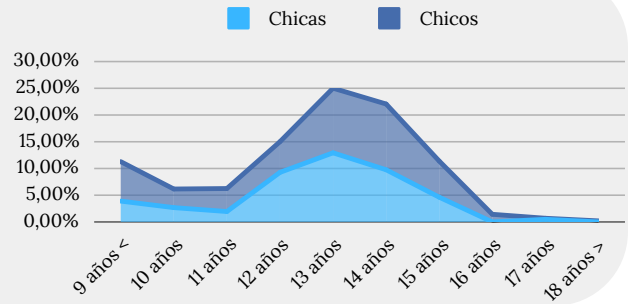


ALCOHOL

CHICAS
12 años y 7 meses

CHICOS
12 años y 4 meses

P. NO BINARIAS
12 años y 8 meses

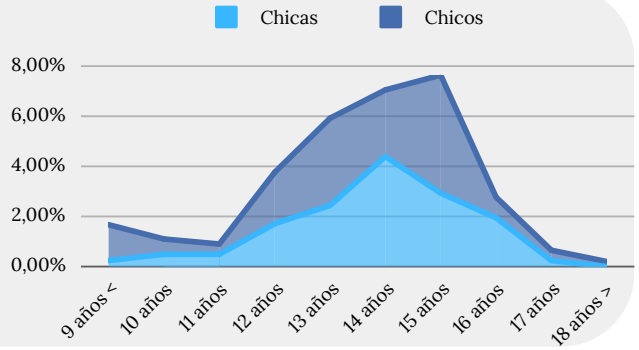


TABACO

CHICAS
13 años y 9 meses

CHICOS
13 años y 3 meses

P. NO BINARIAS
12 años y 7 meses

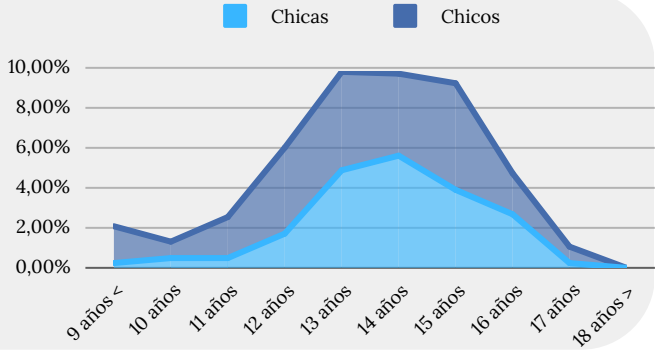


VÁPER

CHICAS
13 años y 10 meses

CHICOS
13 años y 1 mes

P. NO BINARIAS
11 años y 8 meses

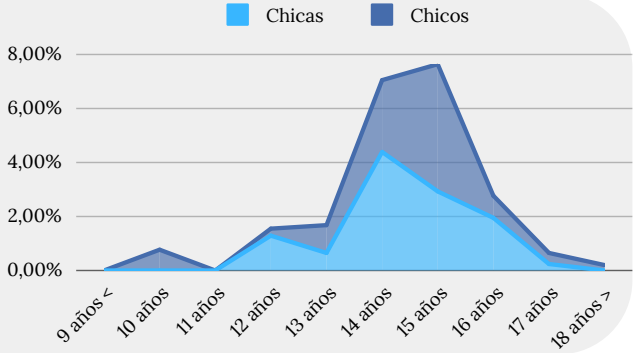


CANNABIS

CHICAS
14 años y 10 meses

CHICOS
14 años y 3 meses

P. NO BINARIAS
12 años y 3 meses



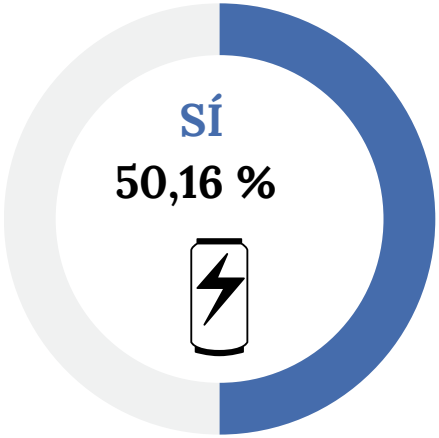
50º Gráfico. Edades de inicio en el ensayo de sustancias por genero y sustancia

Las personas no binarias son las primeras que prueban las sustancias y después los chicos.
En el caso del **cannabis y el váper la edad** para empezar a probar **de las personas no binarias es de 2 años antes.**

La mayor diferencia entre chicos y chicas se encuentra en el váper, probando las chicas 9 meses más tarde que los chicos y seguido en las bebidas energéticas con 8 meses de diferencia.

La menor diferencia está en la edad de empezar a probar el alcohol, aquí solo hay una diferencia de 1-3 meses.

Bebidas energéticas

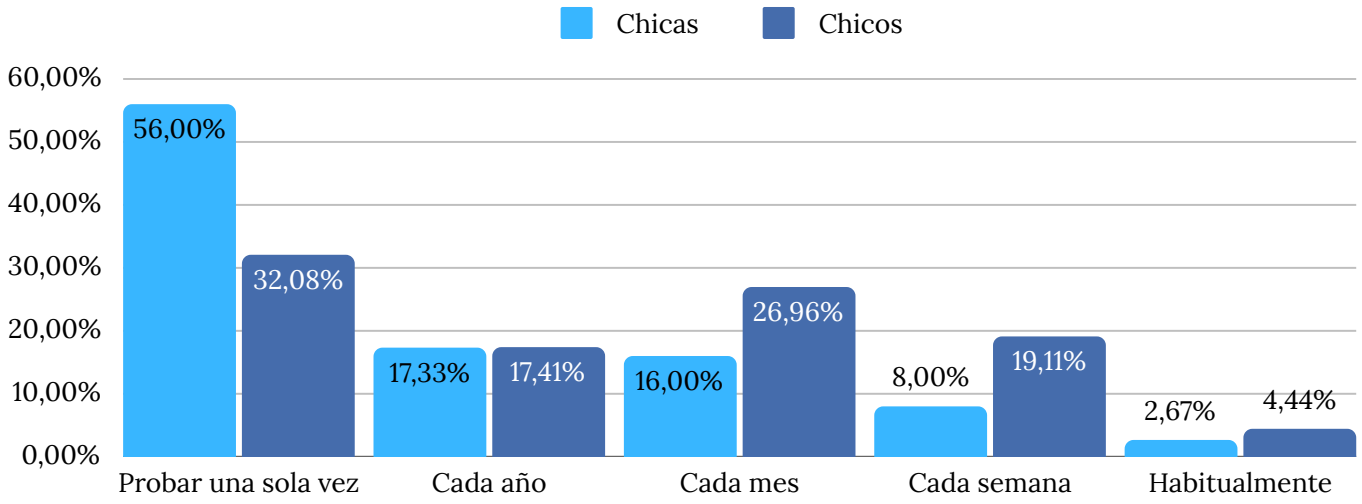


¿Lo has probado?

72,73 % de p. no binarias
60,66% de chicos
37,07% de chicas

¿Cada cuánto consumes?

Consumen el **40,78% de los chicos** y el **16,10% de las chicas.**



51º Gráfico: Frecuencia de consumo en la bebida eneregética por género

¿En qué situaciones has consumido?

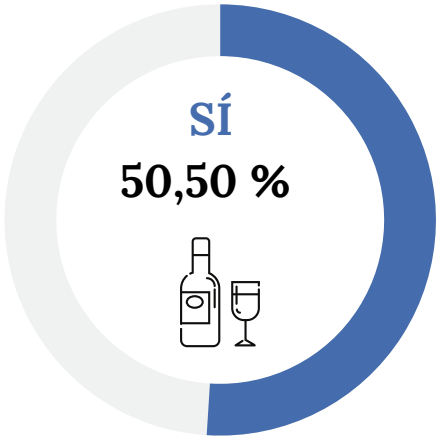
CHICOS:

1- En cualquier situación (**23,98%**)
2- Para hacer deporte (**20,15%**)
3- Para tener más energía cuando estoy cansado (**19,13%**)
4- Para mezclar con alcohol (**17,60%**)

CHICAS:

1- En cualquier situación (**8,67%**)
2- Para mezclar con alcohol (**8,16%**)
3- Para tener más energía cuando estoy cansada (**4,85%**)
4- Para hacer deporte (**2,81%**)

Alcohol

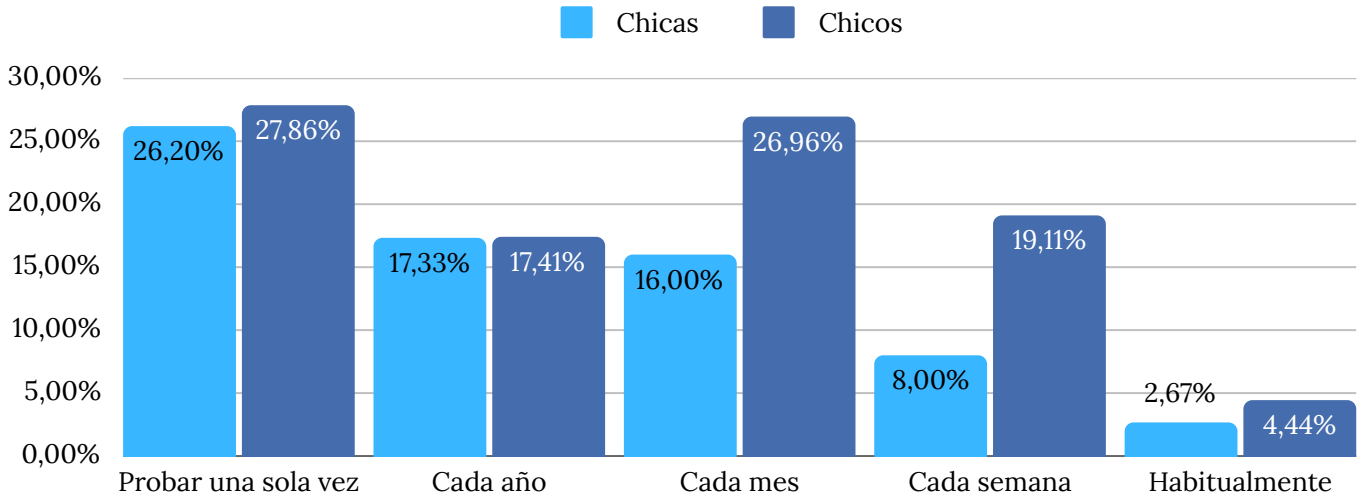


¿Lo has probado?

63,64% de p. no binarias
54,10% de los chicos
45,85% de las chicas

¿Cada cuánto consumes?

Consumen el **38,73% de los chicos** y el **33,66% de las chicas**



52º Gráfico: Frecuencia de consumo de alcohol por género

Cuando quieres conseguir alcohol, ¿a dónde vas? (Resultados de la ESO y posteriores)

Resultados a los sitios o personas a las que SÍ acudirían:

- **BAR/TXOSNA** 60,05 %
- **A LOS AMIGOS** 56,66 %
- **SUPERMERCADO** 54,24 %
- **A UNA TIENDA** 50,36 %
- **A UN MAYOR DE 18 AÑOS** 50,36 %
- **TIENDA DE CHUCHERÍAS** 30,99 %

Beber o no beber alcohol, ¿cuáles crees que son las razones para consumir y no consumir alcohol? (Resultados de la ESO y posteriores)

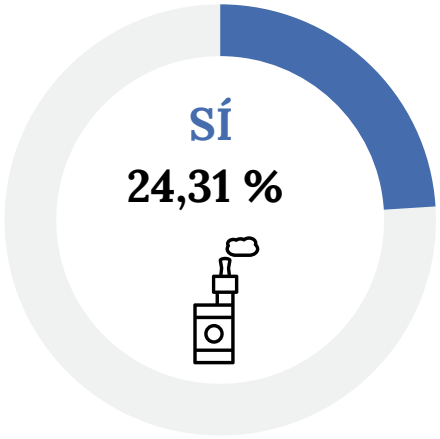
MOTIVOS DE CONSUMO

1- Para divertirte, divertirte al máximo **19,69%**
2- Para conseguir nuevas sensaciones **14,63%**
3- Para olvidarse de los problemas y pasar por todas las cosas **14,20 %**
4- Para sentirse parte del grupo **12,38%**
5- Para "colocarse", para emborracharse **12,10 %**
6- Porque lo hacen los/as amigos/as **12,10%**
7- Para relacionarse mejor **9,85%**
8- Para ligar **8,44 %**

MOTIVOS DE NO CONSUMO

1- Porque perjudica a la salud **32,30 %**
2- Por riesgo de consumo **19,69%**
3- Por perder el control **15,59%**
4- Porque no quiero, simplemente **15,22%**
5- Por efectos desagradables **10,80%**
6- Porque los padres/madres se enterarían **6,39%**

Váper

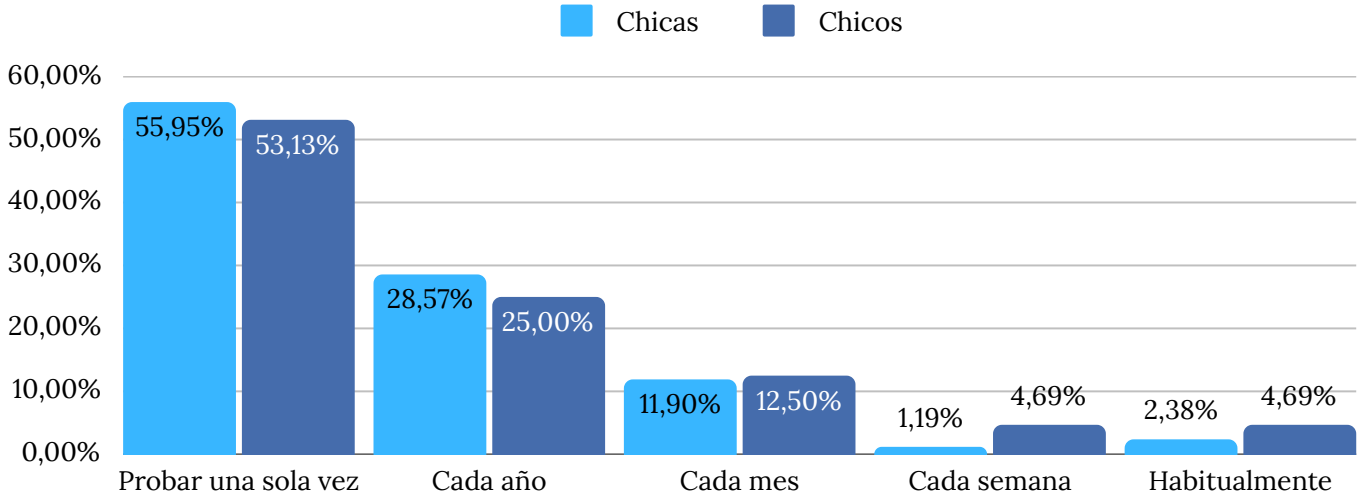


¿Lo has probado?

63,64% de p. no binarias
26,64% de chicos
20,49% de chicas

¿Cada cuánto consumes?

Consume el **12,29% de los chicos** y el **9,02% de las chicas**



53º Gráfico: Frecuencia de consumo de váper por género

¿En qué situaciones has consumido?

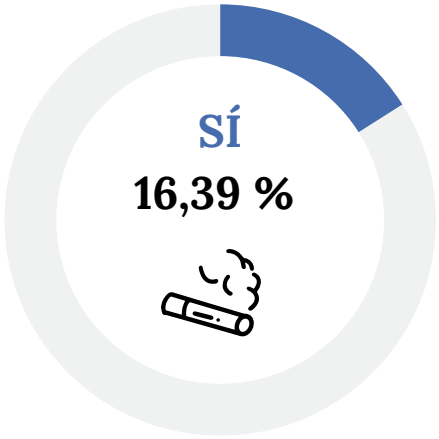
CHICOS:

1- Cuando estoy con mis amigos/as **(16,04%)**
2- Cuando estoy en alguna fiesta **(16,04%)**
3- En cualquier situación **(6,42%)**
4- Cuando estoy solo **(2,67%)**
5- Cuando estoy nervioso **(2,14%)**

CHICAS:

1- Cuando estoy en alguna fiesta **(12,30%)**
2- Cuando estoy con mis amigos/as **(10,16%)**
3- Cuando estoy sola **(4,81%)**
4- En cualquier situación **(4,28%)**
5- Cuando estoy nerviosa **(1,60%)**

Tabaco

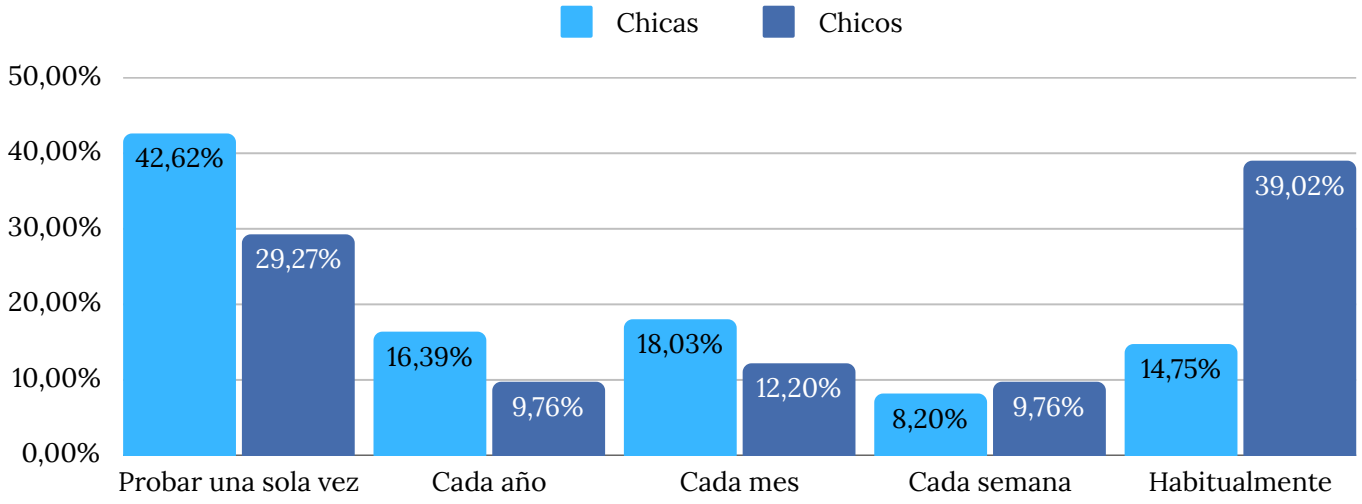


¿Lo has probado?

45,45% de p. no binarias
17,01% de chicos
14,88% de chicas

¿Cada cuánto consumes?

Consumen el **11,89% de los chicos** y el **8,54% de las chicas**



54º Gráfico: Frecuencia de consumo de tabaco por género

¿En qué situaciones has consumido?

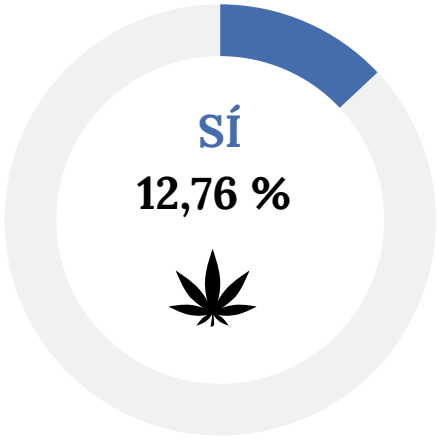
CHICOS:

1- En cualquier situación **(26,85%)**
2- Cuando estoy en alguna fiesta **(20,37%)**
3- Cuando estoy con mis amigos/as **(19,44%)**
4- Cuando estoy solo **(12,96%)**
5- Cuando estoy nervioso **(6,48%)**
6- Cuando me aburro **(4,63%)**

CHICAS:

1- Cuando estoy en alguna fiesta **(19,44%)**
2- Cuando estoy con mis amigos/as **(13,89%)**
3- En cualquier situación **(10,19%)**
4- Cuando estoy nerviosa **(6,48%)**
5- Cuando estoy sola **(5,56%)**
6- Cuando me aburro **(5,56%)**

Cannabis

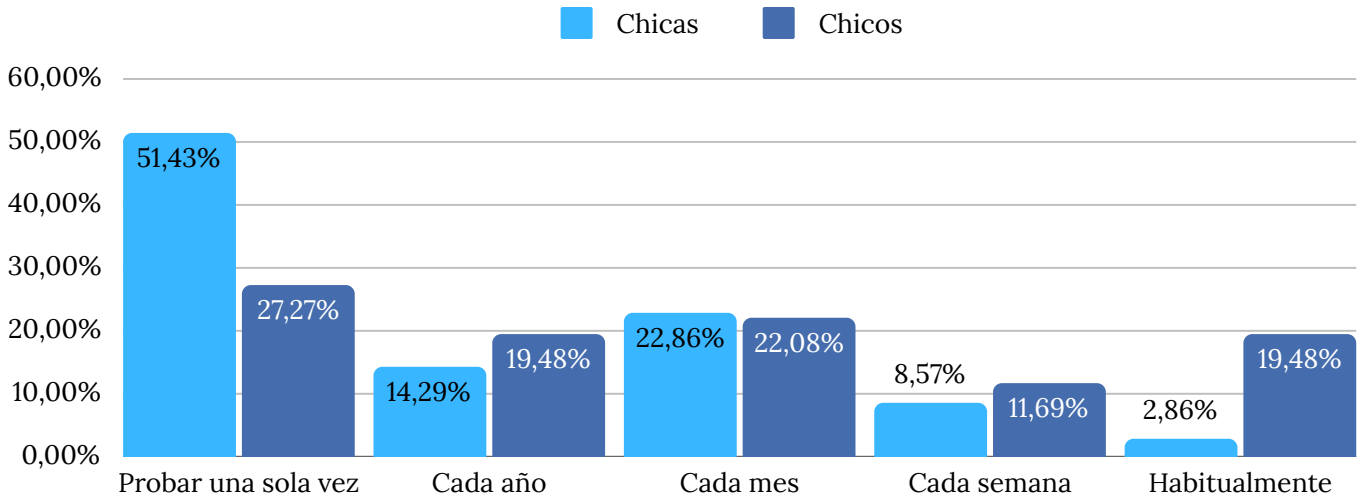


¿Lo has probado?

36,36 % de p. no binarias
19,74% de chicos
11,29% de chicas

¿Cada cuánto consumes?

Consumen el **11,48% de los chicos** y el **4,14% de las chicas**



55. Gráfico: Frecuencia de consumo de cannabis por género

¿En qué situaciones has consumido?

CHICOS:

1- Cuando estoy con mis amigos/as **(37,35%)**
2- Cuando estoy en alguna fiesta **(22,89%)**
3- En cualquier situación **(22,89%)**
4- Cuando estoy solo **(12,05%)**
5- Cuando estoy contento **(10,84%)**
6- Cuando tengo problemas personales **(10,84%)**

CHICAS:

1- Cuando estoy con mis amigos/as **(10,84%)**
2- Cuando estoy en alguna fiesta **(9,64%)**
3- Cuando estoy contenta **(4,82%)**
4- En cualquier situación **(4,82%)**
5- Cuando estoy sola **(3,61%)**
6- Cuando tengo problemas personales **(1,20%)**

Consumos de otras drogas

Inhalantes

¿Lo has probado?

10,25% de chicos
3,90% de chicas
0% de p. no binarias

Cocaína

¿Lo has probado?

5,53% de chicos
1,46% de chicas
0% de p. no binarias

Éxtasis

¿Lo has probado?

4,92% de chicos
1,71% de chicas
0% de p. no binarias

Speed

¿Lo has probado?

4,71% de chicos
1,22% de chicas
0% de p. no binarias

Ketamina

¿Lo has probado?

3,89% de chicos
1,22% de chicas
0% de p. no binarias

Metanfetamina

¿Lo has probado?

3,28% de chicos
1,46% de chicas
0% de p. no binarias

Psicofármacos

¿Lo has probado?

2,66% de chicos
1,71% de chicas
0% de p. no binarias

Alucinógenos

¿Lo has probado?

2,66% de chicos
1,71% de chicas
0% de p. no binarias

En los consumos de otras sustancias, **los chicos son los que más consumen**. No hay p**ersonas no binarias** que hayan probado estas sustancias.

Las mayores diferencias de género se producen en las inhalantes con una diferencia de **6,35 puntos y en la cocaína** con una diferencia de **4,07 puntos.**

(Resultados de la ESO y posteriores)

¿Te resulta fácil obtener las siguientes sustancias? ¿Sabrías adónde ir? (Resultados de la ESO y posteriores)

RESULTADOS DE RESPUESTA A LA DISPONIBILIDAD DE SUSTANCIAS:

1- ALCOHOL 60,76 %
2- VAPER 43,88 %
3- TABACO 38,40 %
4- CANNABIS 25,60 %
5- INHALANTES 23,91 %
6- PSICOFARMACOS 15,33 %
7- COCAINA 12,52 %
8- SPEED 9,56 %
9- ESTAXIS 9,28 %
10- KETAMINA 7,74 %
11- ALUCINOGENOS 7,03 %
12- METANFETAMINA 6,47 %
13- HEROINA 4,36 %

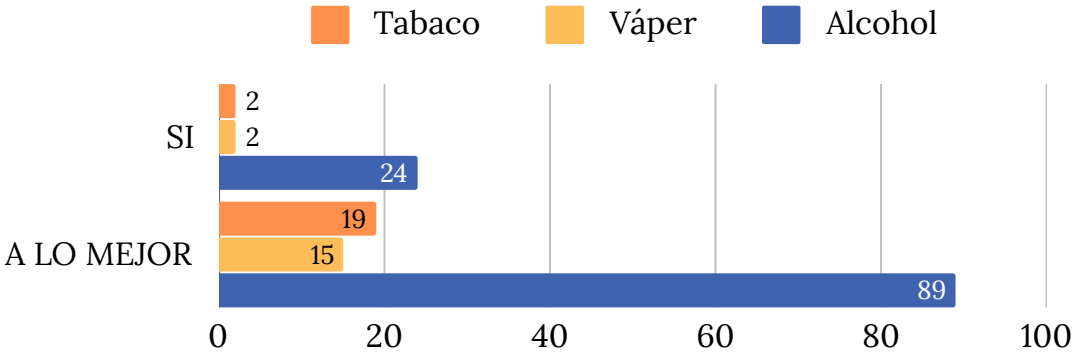
RESULTADOS DE RESPUESTA A LA DISPONIBILIDAD DE SIN SUSTANCIAS:

1- PORNOGRAFIA 36,43 %
2- MÁQUINAS DE APUESTAS DEPORTIVAS 32,49 %
3- MAQUINAS TRAGAPERRAS 31,08 %
4- APUESTAS ON-LINE 26,02 %
5- ENTRAR EN CASAS DE APUESTAS 13,92 %

En el caso de las **drogas legales, el alcohol** es la sustancia más asequible y las **drogas ilegales**, primero e**l cannabis y después los inhalantes.**

Dicen que **la pornografía** es la **más accesible** en las conductas sin sustancia, seguida de las **máquinas de apuestas deportivas y monetarias.**

¿Piensas que cuando seas mayor probarás las siguientes sustancias? (Resultados de EPO)



56º Gráfico: Si los alumnos de 3º ciclo de EPO consumirán tabaco, alcohol o váper en el futuro

Al preguntar a los alumnos **de 5º y 6º curso de Primaria** si consumirán en el futuro, el **91,41%** dice que **no consumirá váper, el 89,39% no fumará tabaco** y el **42,93% dice que no beberá alcohol.**

LOS QUE BEBERÁN ALCOHOL O A LO MEJOR NO:

57, 07 %

¿Por qué cree que probará cuando sea más mayor?

TABACO

1- Porque no es perjudicial con moderación **57,14%**
2- Porque fuman jóvenes y personas adultas **42,86%**
3- Porque está de moda **19,05%**
4- Porque puede ser divertido **19,05%**

VAPER

1- Porque no es perjudicial con moderación **58,82 %**
2- Porque es menos perjudicial que el tabaco **29,41%**
3- Porque fuman jóvenes y personas adultas **23,53%**
4- Porque puede ser divertido **5,88%**
5- Porque fuman jóvenes y personas adultas **5,88%**

ALCOHOL

1- Porque no es perjudicial con moderación **72,57%**
2- Porque fuman jóvenes y personas adultas **30,09%**
3- Porque es una costumbre **23,89 %**
4- Porque puede ser divertido **8,85%**

2- FORO PARTICIPATIVO DE JÓVENES DE ARETXABALETA Y ESKORIATZA

En la medida en que la responsabilidad de las administraciones locales es dar una respuesta cercana a las necesidades e intereses surgidos en la vida de adolescentes y jóvenes, con la colaboración de los centros escolares de Eskoriatza y Aretxabaleta, **los grupos de representantes de la juventud han reflexionado sobre los problemas que viven en los diferentes ámbitos,** junto con la identificación de sus necesidades y la posibilidad de realizar propuestas y demandas de respuesta a las mismas de forma participativa. Han profundizado en aspectos vitales como el consumo y usos de sustancias y sin sustancias, la gestión del ocio, el bienestar emocional y los recursos y proyectos de ambos municipios.

En resumen, **las respuestas recibidas son las siguientes:**

1º ciclo de ESO:

Consumos y percepción del uso de sustancias y sin sustancias:

La principal fuente de preocupación es la disponibilidad y el uso abusivo de las redes sociales, el móvil y el empobrecimiento en las edades más tempranas, y la adopción de medidas para combatirlo no es competencia de la juventud. En jóvenes y adolescentes el consumo de **cannabis está normalizado,** fumar todos los días es habitual, así como en un ambiente festivo. Las **drogas detectadas son LSD, Fentanilo, Éxtasis y metanfetamina.**

Se pueden diferenciar consumos/usos entre género, **siendo el uso de las redes sociales generalizado, se prioriza en chicas, mientras que en chicos las apuestas deportivas y el consumo de cannabis.**

Además de estas conductas, **el bullying y la agresión sexual generan responsabilidad y hace falta recibir más charlas para tratar todos estos temas.**

Gestión del tiempo libre:

Valoran positivamente la oferta de ocio en los municipios, sin embargo, **destacan que haya más variedad de horarios y de oferta.**

Recursos y proyectos del municipio:

Hay **puntos débiles** en los recursos del municipio. El funcionamiento del **servicio sanitario es deficitario,** el ambulatorio de la localidad se queda pequeño y hay que alargar el tiempo que se dedica al paciente, así como ofrecer un **servicio de atención más amplio para los afectados por trastorno mental.** En el pueblo **no se hace lo suficiente en cuanto a la accesibilidad a las drogas, hay falta de control sobre ellas,** en concreto hay que tomar medidas para no vender alcohol a la juventud. En cuanto a la subestructura del pueblo, para garantizar más la seguridad de los vecinos hay que **mejorar la iluminación** del pueblo, así como la **accesibilidad** de las personas con movilidad reducida,

por ejemplo **eliminando barreras arquitectónicas** como escaleras. Los recursos del municipio deberían ser en general más accesibles, en concreto hay que ampliar el horario de los servicios del Ayuntamiento. **Hay que ampliar la oferta de celebrar actos festivos en espacios amplios, por ejemplo con más conciertos.**

Percepción del bienestar emocional:

A pesar de su alta satisfacción con la vida en general, hay aspectos que les preocupan en este ámbito:

- Nos preocupa el **Acoso Escolar**.
- **Mal trato entre amigos/as**.
- Sentimos **inseguridad**.
- No exteriorizamos nuestras emociones; **no contamos nuestros problemas.**
- **Nos preocupan temas relacionados con la sexualidad**, como los embarazos no deseados, el uso inadecuado de anticonceptivos en las relaciones sexuales... y las violaciones.
- Las mujeres son maltratadas.
- **Las situaciones que vivimos en el colegio son estresantes**, muchas, sufren **ansiedad**.
- En cuanto a la familia:
  - A veces se dan malos tratos en la familia.
  - Ocultamos cosas a nuestros padres.
- **Damos excesiva importancia a nuestra imagen corporal** y las redes sociales influyen mucho en la autoexigencia.
- Algunos jóvenes sienten que son escuchados y tenidos en cuenta, pero otros no.
- **Nos preocupa nuestro futuro.**

Municipio y comunidad:

El pueblo y la comunidad son educativos y seguros para los que han nacido pero no para las personas que acaban de llegar, ya que sufren un peor trato y se les rechaza y se les vulneran sus derechos.

2º ciclo de ESO:

Consumos y percepción del uso de sustancias y sin sustancias:

En el municipio el consumo de drogas está muy normalizado, sobre todo el alcohol, el váper y el cannabis. En el caso del alcohol y el váper, el inicio a los 14 años parece ser habitual. Por otro lado, está la percepción general de que hay un **aumento en el consumo de Poper. Estos consumos se producen generalmente en un ambiente festivo,** pero también es habitual el consumo en días no festivos, por ejemplo s**e puede ver a jóvenes que consumen váper en los alrededores del colegio.** Aunque es un tema que les preocupa mucho, tienen la percepción de que contra esta normalización los jóvenes poco pueden hacer.

El uso excesivo del móvil también les preocupa mucho. Algo similar ocurre con otras conductas con potencial para el desarrollo de la adicción, en la medida en que toda la juventud tiene la sensación de tener un smartphone, **el uso de las redes sociales y de los videojuegos es muy común entre ellos.**
Consideran que existen diferencias de género, ya que **las apuestas deportivas se dan sobre todo en chicos y en chicas el uso de las redes sociales.** Aunque consideran que los talleres que reciben para la prevención de las adicciones son eficaces para la desnormalización, **consideran que hay que tomar más medidas para limitar el acceso a la pobreza a los menores.**

Gestión del tiempo libre:

El grado de satisfacción con el ocio es muy alto, se valora que haya actividades múltiples, están adaptadas a las necesidades de la juventud pero debería ser más amplio y se echa de menos organizar más salidas, por ejemplo con un "Aquapark" o un "Pump Track". A pesar de estar satisfechos con la oferta del municipio, invierten la mayor parte de su tiempo libre en el uso del móvil y, también, en estar en la calle con sus amistades.

Recursos y proyectos del municipio:

Entre los ingredientes para que **el municipio sea más sano destaca la adopción de medidas que limiten el acceso a las drogas.**

Le sigue la mejora de los servicios sanitarios, destacando la agilización de la atención a los pacientes y sobre todo de los que padecen trastornos mentales.

Hay que hacer **iniciativas para animar a la juventud a hacer deporte** y que todas las actividades de **ocio sean en euskera.** Es necesario continuar con los talleres que reciben en el centro, sin embargo, además de los habituales que se trabajan en estos talleres, **se proponen otros como: Homofobia, Igualdad de género, Trastornos alimentarios y otros trastornos mentales.**

Percepción del bienestar emocional:

Les parece que l**a satisfacción con el bienestar emocional es muy baja, entre otras cosas porque no se les tiene en cuenta.** Tienen la sensación de que **sufren mucha presión a diferentes niveles y esto provoca un desequilibrio emocional** y lo expresan con una gestión inadecuada de las emociones. Entre las **principales presiones que perciben se encuentran las relaciones con la familia,** ya que consideran que la comunicación no es lo suficientemente buena y que tienen una presión excesiva para sacar buenas notas en los estudios. También asocian **la presión a la imagen corporal, ya que los cuerpos que se idealizan a través de las redes sociales generan la presión de querer alcanzar ese ideal** y quien no encaja en ese normotipo recibe ataques, también a través de las redes sociales.

Municipio y comunidad:

Se sienten protegidos como ciudadanos, aunque a veces sientan que son agredidos por ser joven. Necesitan que su voz sea más escuchada y para ello hay que aumentar las posibilidades y los espacios.

Dicen que en el municipio debería haber una oferta distribuida por tramos de edad. **Consideran que no se hacen opciones diferentes según el género o el origen.**

3- FOROS PARTICIPATIVOS DE AGENTES DE ARETXABALETA Y ESKORIATZA

Tras la organización de **3 foros participativos** con diferentes agentes de los municipios, **las principales respuestas e ideas obtenidas de cada uno de ellos son las siguientes:**

Educación formal, sanidad y asociaciones de padres y madres

Introducción:

Como punto de partida, todos coinciden en que el tema de la salud, es un tema que nos concierne a toda la ciudadanía. Unos pocos, sin embargo, **señalan que no se ven en el rol de representantes para tratar este tema,** señalando que para poder actuar así tendría que haber información o un abordaje.

El grupo coincide en que estos foros son la oportunidad de **buscar sinergias entre personas y profesionales de diferentes ámbitos que se relacionan con adolescentes, conocer la realidad de la juventud, identificar necesidades y compartir diferentes puntos de vista complementarios y construir objetivos compartidos.** Se abre la posibilidad de trabajar en la misma dirección y desde ámbitos diferentes.

Consumos y percepción del uso de sustancias y sin sustancias:

En cuanto a los consumos de sustancias y sin sustancias, se observan cambios en el municipio en los últimos años. Aunque se ha reducido el consumo diario de tabaco y cannabis, **se ha incrementado el consumo de alcohol, vápers y bebidas energéticas y se inician en edades tempranas, situándose los antiguos consumos en 6º de Educación Primaria.** Este tipo de consumos son muy normalizados y visuales. Sin embargo, lo que **más preocupa es el uso excesivo de los dispositivos digitales y su efecto negativo en la salud mental.** La dependencia de los dispositivos digitales, sobre todo del móvil, y de las redes sociales es cada vez mayor en la juventud, y al igual que ocurre en el caso de las sustancias, **la disponibilidad ha reducido considerablemente la edad de inicio.** En la medida en que el móvil que utiliza la juventud tiene conexión a internet, también **se les pone a disposición la pornografía o los juegos.**

Para tener una **imagen de vida y cuerpo perfecto, sin descanso, tienen un flujo de in-puts que no pueden gestionar desde dispositivos digitales y esto está teniendo un impacto directo en su salud mental,** como son: **la imagen distorsionada de lo que es una sexualidad sana, el acoso, el aumento de conductas suicidas,**

el aumento de trastornos alimentarios, daños físicos a uno mismo, interferencias en el sueño, aumento de la depresión y la ansiedad... Asimismo, con el fin de contener estas situaciones, **se ha producido un aumento significativo de los consumos de psicofármacos.**

Entre los factores de riesgo identificados se encuentra la **normalización y la accesibilidad a sustancias y dispositivos con potencial de desarrollo de la adicción. Los procesos biológicos, psicológicos propios de la adolescencia son en sí mismos factores de riesgo,** pero la **alteración de sus tiempos también aumenta el riesgo de las dinámicas intrafamiliares:** excesivas exigencias, permisividad, más dinero del necesario, presiones para conseguir expectativas que no se cumplen o se quieren cumplir... y sobre todo, no ser un ejemplo como familia. **El foco se pone en la juventud pero la familia tiene que dar ejemplo.** Las familias tienen cada vez menos tolerancia al malestar emocional y existe una medicalización excesiva para aliviarlo. **Los adultos tienden a compartir el malestar emocional con los profesionales en lugar de compartir la inquietud en el contexto cercano. Este es el modelo que tiene la juventud.**

Componentes de un municipio saludable:

La atención, protección y promoción de la salud de las personas jóvenes requiere **dos aspectos fundamentales** en el municipio. Por un lado, hay que **reforzar los programas de formación de calle y la presencia de educadores de calle** y, por otro, hay que **reforzar la amplia oferta de ocio, más adaptada a la edad con más oferta cultural y horarios más amplios (en la temporada de verano todavía hay que poner más esfuerzo en este ámbito)** e impulsar acciones para hacer en familia, como: día del árbol, limpieza del río...

Por otro lado, para que los y las jóvenes sean protagonistas y agentes de su salud y bienestar hay que crear foros participativos de la juventud, ofrecerles espacios y oportunidades para que sean ciudadanos y ciudadanas activas, tener la oportunidad de hacer reflexiones y propuestas sobre los diferentes temas que atañen al municipio y comprometerse a que el municipio tenga en cuenta lo que dicen.

Siendo el ámbito de las adicciones uno de los principales temas que le preocupa en general, se proponen una serie de iniciativas o acciones para reducir y controlar la oferta: continuar con las formaciones dirigidas al alumnado y a las familias, promover diferentes iniciativas de concienciación, seguir la red y los mismos criterios entre los diferentes agentes del municipio, hacer cumplir la ley y promover iniciativas para potenciar la comunicación intrafamiliar, sobre todo para poder reducir el consumo de alcohol y el uso de la móvil, ya que la familia debe ser un buen ejemplo.

Programas de promoción y prevención de la salud:

Hay una percepción de que hay poco conocimiento de los programas que están en marcha en los municipios. Entre los programas conocidos **se encuentran: EKKO, Altxaburua, Treba, el programa de prevención en centros escolares, el de psicosocial Lagunzta y los programas de educación callejera.**

Se trata de programas que hay que seguir trabajando de forma prioritaria, pero **se ensalza la necesidad de reforzar la presencia de educadores de calle,** así como los esfuerzos orientados a realizar **campañas de sensibilización conjuntas para las familias.**

Educación no formal, técnicos y concejales municipales

Introducción:

Se ha destacado **la importancia de participar en el foro, ya que el contacto directo con niños, niñas y jóvenes, permite ser un referente cercano,** una fuente de información muy buena para la promoción de la salud y la prevención. Por otro lado, **permite complementar esa información que cada uno tiene desde su ámbito con la de profesionales de otros ámbitos y un primer paso para unificar criterios.**

Es un espacio para hablar de nuestra preocupación por la juventud y de las necesidades y carencias que hay en el pueblo.

Consumos y percepción del uso de sustancias y sin sustancias:

En lo que se refiere a los consumos de sustancias y sin sustancias, en los últimos cuatro años se observa un aumento del consumo de **vápers y bebidas energéticas, además en el caso del alcohol el periodo de pandemia fue un punto de inflexión, ya que a partir de entonces se bebe en un espacio de tiempo más corto y más rápido.**

Entre las conductas con potencial de desarrollo de adicción, **se incide en el uso excesivo y la disponibilidad del móvil, sin diferencias de género. Las redes sociales en el caso de las chicas y ver apuestas y pornografía en el caso de los chicos han aumentado.** El consumo excesivo de azúcar, ingerido de chucherías, también les preocupa.

También se cree que el malestar emocional ha aumentado, y la causa principal de esto es la hiperconexión. Los 'in puts' que reciben a través de dispositivos digitales y no pueden gestionarlos influyen negativamente en la autoestima de los jóvenes, así como el aumento de ciertos comportamientos fronterizos a las redes sociales por simple postureo, sobre todo imágenes relacionadas con el deporte. En general, **las relaciones entre iguales se han vuelto más agresivas,** sobre todo en los espacios no regulados, donde el uso del insulto es habitual, pero en la medida en que el móvil se ha convertido en

la principal vía de contacto ha provocado **un aumento de los casos de acoso invisible.** Estas relaciones digitales han derivado en otros problemas de salud: **trastornos alimentarios, autolesiones, percepción de soledad involuntaria; ansiedad e hipersexualización sobre todo en las chicas y conductas agresivas en los chicos, autoexigencia excesiva con imagen corporal.**

Estos malestares emocionales tienen varias causas, es decir, **hay factores de riesgo claros**. El modo de relacionarse entre los propios jóvenes **depende del tiempo libre**, es decir, **si se ofrece un tiempo de ocio de una sola línea, que fomente el consumo o que practique deporte en solitario, las relaciones y el estilo de vida serán acordes.**

La **disponibilidad y uso del móvil** también permite otras muchas conductas: **ver pornografía, fomentar el individualismo o la individualidad, no saber aburrirse...** El móvil se utiliza como **dispositivo de escape de la realidad**. El **modelo negativo de referentes cercanos** es otro factor, por ejemplo, que los **entrenadores deportivos no son un modelo identificado en el pueblo** y/o que **el ocio de los padres/madres no se corresponde con el descanso infantil**. Los jóvenes de la localidad **no han tenido límites materiales desde pequeños**, sobre todo en los digitales, lo que ha acabado en **hiperestimulación**.

Por todo ello, **se ve la necesidad de que el Ayuntamiento esté más cerca de la realidad de la infancia, la juventud y la adolescencia y se concluye que es necesario realizar más inversiones en los servicios dirigidos a esta población.**

Componentes de un municipio saludable:

Para que los municipios sean sanos hay que tener en cuenta dos aspectos: **por un lado, la comunidad debe comprometerse a ser un agente preventivo más activo, es decir, en lugar de centrar el foco en la juventud adolescente,** hay que ponerlo en las personas adultas que forman parte de la comunidad, y **por otro lado, hay que hacer adaptaciones en la oferta de ocio de las y los adolescentes en la actualidad.**

En lo que respecta a la comunidad, s**on necesarias más campañas de formación y sensibilización**, **dirigidas sobre todo a aquellos que en el día a día tienen contacto directo con los adolescentes,** incluidos los comerciantes y hosteleros, así como hacer cumplir las leyes que regulan conductas relacionadas con consumos y usos peligrosos. También se necesitan más iniciativas para trabajar hábitos saludables con adolescentes, pero los adultos tenemos que comprometernos con el uso del móvil; específicamente **hay que prestar especial atención a las familias para fomentar hábitos saludables, ya que iniciativas como Altxa Burua han puesto sobre la mesa la necesidad de trabajar el uso del móvil.** En este sentido, hay que limitar el uso del móvil en los espacios y lugares de encuentro de la juventud. Siguiendo con el tiempo libre, es necesario que **sean los propios jóvenes los que diseñen su tiempo de ocio,** que es un ámbito muy estructurado y que les permita construir su tiempo libre **en base a sus intereses, para que sean propias e impactantes, e intergeneracionales en la medida de lo posible.**

Por último, **también es necesario impulsar un trabajo en red coordinado entre los diferentes agentes**, ya que no se entiende que a pesar de que el Ayuntamiento pone muchos servicios y recursos, haya un aumento de los problemas mentales.

Programas de promoción y prevención de la salud:

Para la promoción de la salud son varios los **programas de prevención a reforzar**, entre ellos el **programa de Kale Hezitzaile y EKKO**. Sin embargo, **es necesario unificar los diferentes programas y trabajarlos de forma transversal,** es decir, que se creen o integren en los ámbitos naturales de la juventud.

Deberían ser prioritarios los programas de fin de semana, en concreto el de los educadores de calle y los lugares de juventud.

Asociaciones y tendero-hosteleros

Introducción:

Es necesario que l**os agentes locales participen en los foros participativos,** ya que en este ámbito hay mucho trabajo por hacer, entre otros, los hábitos de consumo, hay que cambiar la cultura y esto es responsabilidad de la ciudadanía. Sin embargo, para participar en el foro **es necesario un trabajo previo, ya que con datos estadísticos reales podríamos haber debatido sobre ello.**

Percepción municipal sobre la salud integral de la juventud:

En cuanto a los consumos de sustancias y sin sustancias, en general todos están **normalizados**, pero sobre todo los de **cannabis y ketamina**. En el caso del alcohol, se ha reducido la edad de inicio y con cambios que suponen un mayor riesgo; hoy en día **los más jóvenes beben bebidas destiladas, rápidas y mezcladas con bebidas energéticas.**

Es difícil determinar si las conductas con potencial de desarrollo de la adicción han evolucionado hacia arriba o hacia abajo, ya que en un tiempo estos usos se realizaban en bares, pero **hoy en día su disponibilidad on-line hace difícil analizar cuál ha sido la tendencia.**

Sin embargo, los consumos que más llaman la atención son los de medicamentos. A medida que los trastornos mentales han ido aumentando en los últimos años también lo han hecho los medicamentos, por un lado están las pastillas para superar el malestar emocional**, empezando en edades cada vez más tempranas y en las mujeres mayoritariamente ansiolíticos e hipnosedantes y en los hombres psicoestimulantes, y por otro el método de emergencia para evitar embarazos no deseados, es decir, la píldora del día siguiente.**

Los problemas relacionados con la salud emocional son diferentes según el ciclo vital y el género. En adultos predominan los problemas de ansiedad y depresión, que también comparten los más jóvenes y se dan sobre todo en mujeres y en hombres adultos los problemas relacionados con conductas agresivas e impulsivas. En las personas jóvenes, a los problemas de ansiedad y depresión se suman los trastornos alimenticios y el déficit de atención. Si se quiere prevenir este aumento del malestar emocional, hay que ir más allá de denominarlo malestar emocional y centrarse en los aspectos que lo provocan, en las razones.

Entre **los factores de riesgo** que se detectan se encuentra la **sobreprotección de las familias hacia los adolescentes y la falta de colaboración con los profesionales que trabajan en el día a día con sus hijos e hijas,** a los que deja desprotegidos en lugar de aliados. Por otro lado, **las expectativas excesivas** que tenemos las personas adultas hacia las y los adolescentes jóvenes o **el ideal de cómo debería comportarse** un o una joven lleva a los y las jóvenes a presionar, lo que les lleva a sentir una frustración que no permitimos ni pueden gestionar. **La presión se mantiene a través de las pantallas**, ya que los in puts que reciben en l**as redes sociales les inducen a querer tener una imagen perfecta y su accesibilidad a la pronografía les determina unos roles y estereotipos concretos y unas conductas relacionales concretas, modelos claramente inadecuados.**

La tendencia de todos a excluir a la juventud en situación de vulnerabilidad es otro factor de riesgo, ya que en lugar de promover la inclusión, fomentamos la perpetuación de la situación de exclusión

Por último, **la salud del niño, niña y adolescente depende de las condiciones sociales y económicas**, cuanto más inconvenientes socioeconómicos, peor salud tendrá**. Además, los recursos de Osakidetza en el ámbito de la salud mental no son suficientes.**

Componentes de un municipio saludable:

Los componentes saludables para el municipio **son principalmente tres**: q**ue en un lugar físico la juventud tengan un referente claro que les ayude en la promoción de la salud emocional**. Por otro lado, que la **oferta de ocio del municipio sea más variada y gratuita con más recursos**. La mayor parte de la oferta existente en la actualidad es deportiva y de pago. Esta oferta no satisface las necesidades de todos los jóvenes, hay que preguntarles a ellos qué es lo que quieren y se pueden utilizar locales vacíos en el pueblo para ofrecer algunos nuevos más allá de la oferta existente, por ejemplo los relacionados con la música, la cultura. Y por último, **promover iniciativas para ser un pueblo más amable con la juventud.** Las personas jóvenes tienen derecho a ser escuchados y bien tratados, así que para eso hay que crear espacios, iniciativas.

Programas de promoción y prevención de la salud:

Algunos de los programas existentes en la localidad son incoherentes con la promoción y prevención de la salud, ya que algunos alegan al consumo de alcohol, ejemplo de ello es la "fiesta de la degustación de alcohol". Por lo tanto, es prioritario crear un programa que acabe con la cultura del consumo de alcohol a nivel local.

Hay que mantener otros programas o iniciativas, como la del servicio psicológico.

4- CUESTIONARIO DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA

¿Cuál es la percepción que tienes en tu municipio sobre el consumo de conductas sin sustancias y drogas en los últimos 4 años?

RESULTADOS DE QUIENES CREEN QUE EL USO O CONSUMO HA AUMENTADO:

- **USO DE LAS REDES SOCIALES 90,19%**
- **USO DE VIDEOJUEGOS 75,23%**
- **VER PORNOGRAFÍA 69,63%**
- **APUESTAS DEPORTIVAS ON-LINE Y JUEGOS DE AZAR 69,16%**
- **CONSUMO DE VAPER 66,35%**
- **CONSUMO DE COCAÍNA, SPEED Y DERIVADOS ANFETAMÍNICOS 66,35%**
- **CONSUMO DE PSICOFÁRMACOS 64,49%**
- **CONSUMO DE ALCOHOL 57,01%**
- **JUEGOS DE AZAR Y APUESTAS DEPORTIVAS OFF-LINE 54,21%**
- **CONSUMO DE CANNABIS 43,36%**
- **CONSUMO DE TABACO 26,64%**

En este cuestionario los participantes han analizado si los consumos y usos han aumentado, disminuido o cambiado en los últimos cuatro años.

Una gran mayoría considera que **las redes sociales son las que más han aumentado en conductas sin sustancia.**
Le siguen **los videojuegos, la pornografía y las apuestas on-line.**

En cuanto a las sustancias, son los consumos de vapers y drogas estimulantes los que más han aumentado en los últimos cuatro años, **seguidos del consumo de psicofármacos.**

- **EL ACCESO A SUSTANCIAS ES FÁCIL EN EL MUNICIPIO 79,44%**
- **EN EL MUNICIPIO EL ALCOHOL, EL TABACO Y EL CANNABIS ESTÁN NORMALIZADOS EN UN 84,11%**
- **EL MUNICIPIO PARTICIPA EN LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES 36,45%**
- **EXISTEN RECURSOS PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES 40,19%**

Además de la evolución de los consumos, la mayoría de las personas que han respondido a la pregunta de cómo perciben el fenómeno de la adicción en el pueblo **tienen claro que los consumos de tabaco, alcohol y cannabis están normalizados y que el acceso a las sustancias es fácil.**

¿Cuál es su percepción del bienestar emocional en su municipio en los últimos 4 años?

RESULTADOS DE LA PERCEPCIÓN DE AUMENTO DE LOS SIGUIENTES ESTADOS EMOCIONALES Y TRASTORNOS:

- **PROBLEMAS DE ANSIEDAD EXCESIVA 85,05%**
- **PROBLEMAS DE DEPRESIÓN 82,24%**
- **CASOS DE ADICCIONES 78,97%**
- **SENTIR SOLEDAD 74,30%**
- **TRASTORNOS ALIMENTICIOS 58,41%**

Aunque la mayoría de la población opina que todos los trastornos mencionados han aumentado, **son los que han tenido más consenso en que han aumentado la ansiedad y la depresión**

Hay una **opinión más compartida entre los trastornos alimentarios**, con un **58,41% que cree que han aumentado.**

- **NUESTRO MUNICIPIO OFRECE RECURSOS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD 26,64%**
- **NUESTRO MUNICIPIO ES SANO 21,03%**
- **EL MUNICIPIO APOYA A ADOLESCENTES Y JÓVENES 20,09%**

Al preguntarle cuál es la respuesta del municipio en relación a este tema, un **20-26% cree que el municipio no apoya a la juventud y que el municipio tampoco es sano.**

Además de esto, **no se considera que el municipio ofrezca recursos para la promoción de la salud.**

Las APORTACIONES de la ciudadanía a la pregunta sobre consumos y conductas son:

En el pueblo están normalizados todos los tipos de consumo, tanto de sustancias como de conductas sin sustancias. A medida que los adultos normalizamos estos consumos las personas jóvenes siguen el mismo patrón. **Como comunidad miramos hacia otro lado, incluido el Ayuntamiento**, los consumos/usos con potencial de desarrollo de la adicción se hacen a la vista (los consumos de drogas se ven en espacios públicos, los menores apostando...) y se incumplen las leyes que los regulan, no se penaliza a las personas que se benefician de la accesibilidad y que son conocidas para la ciudadanía, los bares, los comercios..., **se da esta situación más normalizada y con más impunidad que en otros municipios**, y es totalmente anómala la actitud pasiva de la policía en estas situaciones punibles. Por lo tanto, **las estrategias orientadas a la prevención no tendrán efectividad (no la suelen tener) porque la cultura de consumo se fomenta, se retroalimenta a nivel local.**

Gracias a la ley del tabaco ha descendido el consumo de tabaco, ya que con la ley se consiguió una cultura de desatracción, a partir de entonces mucha gente dejó de fumar y sólo fumaba en lugares limitados. **En nuestro pueblo,** sin embargo**, no se cumplen las prohibiciones que establece la ley del tabaco, se fuma en los bares y el atractivo del sucedáneo del tabaco (el vaper) se está recuperando en la juventud.**

En cuanto a la evolución del consumo y la disponibilidad de alcohol, existe una discrepancia a nivel local, ya que, por un lado, hay quienes piensan que no ha aumentado en los últimos años, haciendo referencia a que se mantiene el nivel de disponibilidad actual y hace unos años (también de las drogas ilegales), y en el extremo quienes piensan que el consumo ha aumentado notablemente, estos últimos destacan la gravedad de la situación, ya que **en el caso del alcohol el consumo ha pasado no sólo de los fines de semana, sino también dentro de la semana, poniendo como ejemplo el pintxo pote.**

El uso del móvil y sus consecuencias son motivo de preocupación para los ciudadanos. Este dispositivo digital, además de fomentar conductas adictivas, sobre todo **apuestas**, facilita el **acceso a la pornografía** y los mensajes que reciben desde la pornografía les proporcionan una idea distorsionada de las relaciones sexuales. La sobreexposición a los dispositivos digitales ha supuesto un **aumento de la percepción del sentimiento de soledad en los adolescentes**, así como un uso **normalizado de la comunicación violenta** para relacionarse entre ellos.

Además de los anteriores, **la atención a las conductas sin sustancias y a los consumos de drogas y a la máxima protección de las y los adolescentes, debe centrarse en dos focos: las familias y el Ayuntamiento.**

La labor preventiva que se realiza en los centros escolares está bien, pero la labor preventiva que debe realizar la familia es imprescindible y hoy en día existe la sensación de estar lejos de ese objetivo. La complejidad del tema de la dependencia y la multiplicidad y variabilidad de variables, hace que **las familias necesiten más información y asesoramiento,** para lo cual es necesario promover más acciones, pero también buscar cauces eficaces para que los padres y madres participen más en estas acciones.

Por último, se anima al Ayuntamiento a seguir trabajando en la prevención, pero hay que reforzar las acciones dirigidas a la desnormalización de los consumos en el ámbito comunitario y, por otro lado, centrarse en las principales asociaciones deportivas, ya que en lugar de ser un recurso para la protección de la adolescencia frente a las adicciones, **se considera que el problema que existe en el municipio con la droga está directamente relacionado con estas asociaciones.**

En cuanto al bienestar emocional, han realizado **las siguientes APORTACIONES:**

Cada vez con **menos edad se percibe la existencia de problemas de ansiedad y bienestar,** que afecta más de lo esperado, ya que se representa como una futura enfermedad crónica, por lo que se considera que debería ser una preocupación básica para la ciudadanía.

El aumento del malestar emocional se sustenta en factores de riesgo significativos: La falta de formación de las familias en salud mental influye en el estilo de crecimiento y, como consecuencia de ello, aumenta el malestar emocional de los miembros de la familia alimentando los problemas de salud mental; **la tendencia a evitar emociones desagradables** como sociedad y la excesiva medicalización para cubrirlas; l**a falta de protección de los adolescentes por parte de la comunidad frente a consumos/usos con potencial de desarrollo de la adicción**; el fallo de los diferentes sistemas que rodean a la población, convirtiéndose en una fuente de riesgo frente a la protección del bienestar (la falta de eficacia del sistema CSM obliga a recurrir a psicólogos del servicio privado y limita la accesibilidad a quien no puede desprenderse).

Para proteger a los ciudadanos, pero sobre todo a los más jóvenes, ante los riesgos que se perciben, **hay que ampliar el foco de la solución.** Tradicionalmente, la prevención integral suele recaer en padres, madres, escuelas y ayuntamientos, pero además de éstos, **es necesario un entorno amable, cohesionado y coherente**, sin olvidar que los políticos y demás instituciones (sanitarias, judiciales...) también deben centrarse en una cultura centrada en la vida de las personas.

De cara a la labor que se realiza en los centros, los **programas orientados al bienestar emocional** se enfocan hacia el tercer ciclo de Primaria, pero habría que **adelantar el trabajo preventivo, entre otras cosas en la etapa de 0-3 años.**

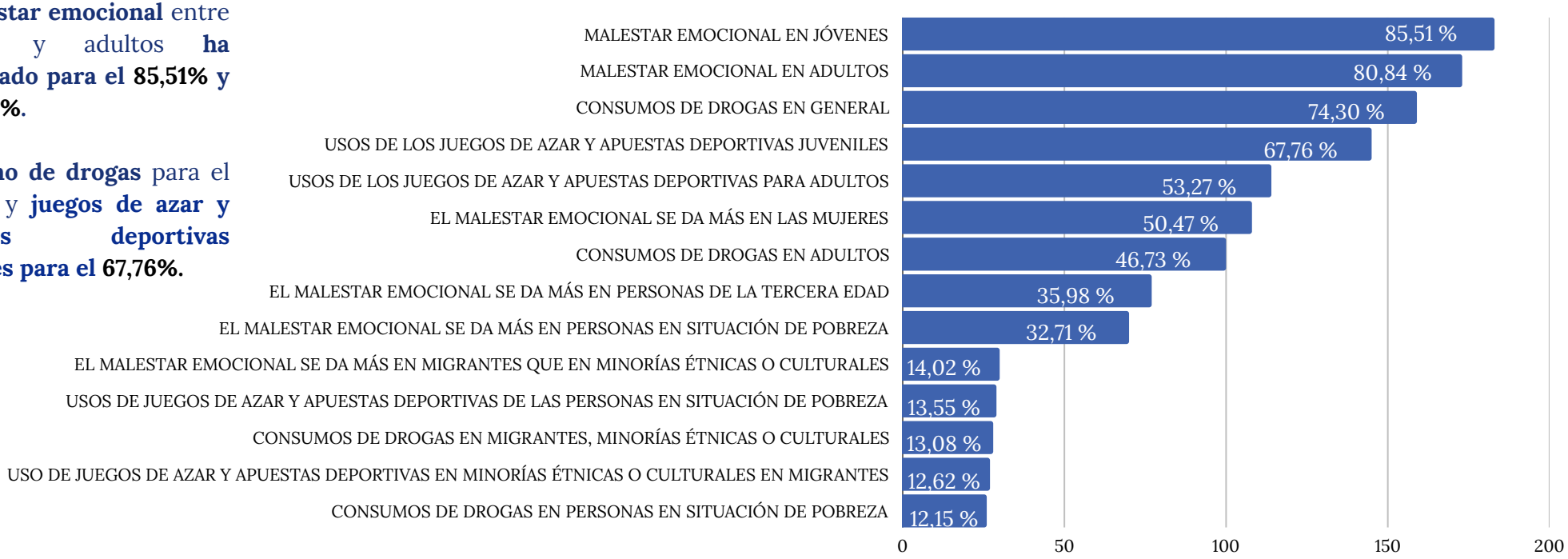
centrándose en la construcción de vínculos seguros entre padres y niños. En general, **los miembros de la comunidad educativa, familias y profesionales, necesitan una formación específica y una inserción.** También en el caso de las familias, recuperar la función protectora que le corresponde, ya que el uso precoz y descontrolado de los móviles influye directamente en el bienestar emocional de los adolescentes.

Manifiesta tu conformidad o disconformidad con las siguientes afirmaciones:

RESULTADOS DE QUIENES CREEN QUE SE HAN INCREMENTADO LAS SIGUIENTES SITUACIONES:

El malestar emocional entre jóvenes y adultos **ha aumentado para el 85,51% y el 80,84%.**

Consumo de drogas para el **74,30%** y **juegos de azar y apuestas deportivas juveniles para el 67,76%.**



Puntúa las acciones que se pueden realizar en tu municipio para difundir la prevención, promocionar y reforzar la salud en función de la importancia que les des.

ACCIONES A DESARROLLAR PRIORITARIAMENTE POR IMPORTANCIA: (1 no relevante, 5 imprescindible)

1- SERVICIOS DE ASESORAMIENTO A LA JUVENTUD 4,51
2- ANTICIPACIÓN DEL TRABAJO PREVENTIVO CON EL ALUMNADO 4,50
3- SERVICIOS DE ASESORAMIENTO A FAMILIAS 4,40
4- MAYOR OFERTA DE OCIO Y TIEMPO LIBRE 4,31
5- CAMPAÑAS DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD 4,22
6- MÁS SESIONES DE FORMACIÓN PARA FAMILIAS 4,21
7- MÁS POSIBILIDADES O RECURSOS DE PARTICIPACIÓN LOCAL 4,19
8- MÁS SUBVENCIONES A ASOCIACIONES 3,95

Según la ciudadanía, los esfuerzos deben centrarse en promover o reforzar las siguientes acciones:

1- Un modelo de ocio más saludable, con más actividades deportivas y culturales. Ofertas atractivas y gratuitas. Entre las propuestas, hay colonias para adolescentes, taller de cocina, teatro..., estas últimas solo pueden ser para niños/as y jóvenes o de compartir con las familias. El modelo de tiempo libre debe ser sano, desligado del ambiente del bar, además de los mencionados, relacionados con el medio natural y su cuidado l(auzolanak: aprovechando los alrededores de Urkulu; campañas de limpieza, mantenimiento de los caminos de montaña, montes cercanos, barrios, productores del sector primario,... excursiones de conocimiento,...) y zonas cívicas.

2- Existencia de becas y bonificaciones para quienes no puedan participar en las actividades actualmente disponibles (polideportivo, escuela de música...); **medidas de igualdad de oportunidades.**

33- Que las charlas dirigidas a las familias no sean exclusivamente en euskera y que se hagan esfuerzos para fomentar más su participación. Dar a conocer la realidad del municipio, hacer difusión de la información, puede ser una forma de fomentar la participación.

4- Apoyo económico e institucional a la Asociación **KUKUMIKU que promueve la prevención en la etapa 0-3** y a **GU HAZIAK GARA que apoya a mujeres y familias en situación de vulnerabilidad.** Son herramientas imprescindibles para trabajar en la prevención en Aretxabaleta.

5- Realización de terapias grupales para promover el bienestar.

6- Escuchar testimonios de personas adictas. Visitas a Aita Meni y Santa Águeda.

7- Crear talleres para trabajar otros temas directamente relacionados con el bienestar emocional. Con una ideología en la que el machismo sigue siendo fuerte, las intervenciones para el empoderamiento de las mujeres se complementan con la creación de talleres de trabajo en masculinidad dirigidos necesariamente a los hombres.

8- Acciones dirigidas a incrementar el sentimiento de pertenencia y participación de las personas jóvenes en el municipio.

9- Tener presente en su día a día la necesidad de cambiar la cultura de consumo existente en el municipio y los beneficios que esto tendría para el pueblo desde las instituciones locales (Ayuntamientos-Asociaciones-Centros escolares, familias).

Comentarios sobre las actividades de ocio saludable en el municipio:

Se considera que en las actividades de **ocio saludable que ofrece el municipio se da un peso excesivo al deporte**, y en concreto al fútbol, con lo que se prescinde de otros deportes y se reducen las oportunidades a la juventud y la multideportividad puede servir para la prevención. En este sentido, además de la **escasez de actividades, las instalaciones deportivas necesitan mejoras** y la ampliación del horario de veraneo, que se reduce al 50% en agosto.

Por otro lado, las actividades de ocio saludable deben partir del interés de los jóvenes, de las propuestas.

Por último, el hecho de que **las sesiones formativas dirigidas a las familias sean exclusivamente en euskera, supone que sólo lleguen a una parte de la población** con hijos e hijas.

¿Qué actividades o iniciativas deberían ser objeto de tratamiento prioritario?

Este apartado se centra en iniciativas y propuestas para mejorar la salud, la educación y la calidad de vida de la comunidad, especialmente de jóvenes y familias. **Las ideas fundamentales son:**

1- Iniciativas orientadas a la prevención y promoción de la salud:

- Fomentar hábitos saludables como la alimentación equilibrada, el ejercicio físico y el cuidado de la salud mental.
- Campañas de prevención del consumo de drogas y alcohol desde edades tempranas.

- Servicios de salud mental gratuitos y accesibles.

2- Educación y actividades sociales:

- Talleres para familias y jóvenes sobre bienestar emocional, gestión de conflictos e inteligencia emocional.
- Incluir actividades culturales y deportivas para adolescentes y adultos.
- Implicar a las asociaciones locales en proyectos de ocio alternativo.

3- Control y regulación:

- Limitar la venta de alcohol en los eventos y bares de la localidad.
- Mayor vigilancia y control en horarios nocturnos para evitar situaciones de desorden.

4- Atención a colectivos vulnerables:

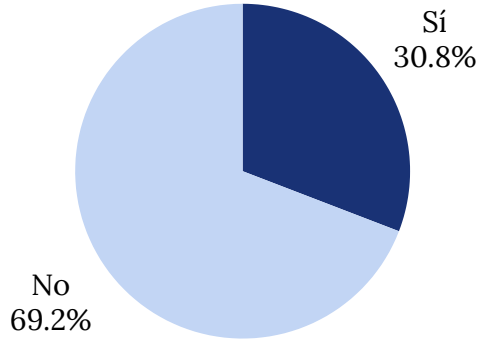
- Programas específicos para personas con discapacidad o en riesgo de exclusión.
- Promoción de un sistema de cuidados digno y comunitario.

5- Educación integral:

- Introducir en las escuelas temas de autoestima, relaciones y resolución de conflictos.
- Formación a las familias sobre cómo ayudar a sus hijos en estos aspectos.

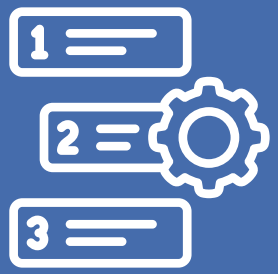
En resumen, se prioriza una mayor colaboración entre instituciones, familias y comunidad para afrontar los retos del municipio y mejorar la convivencia.

¿Conoces la labor preventiva que realiza el Departamento de Servicios Sociales de tu municipio?



El **69,2%** de los encuestados **NO CONOCE EL TRABAJO DE LOS SERVICIOS SOCIALES DEL MUNICIPIO**

CONCLUSIONES



1- CONCLUSIONES DE LOS RESULTADOS DEL ALUMNADO

VIVENCIA EMOCIONAL:

En general, la mayoría de las personas jóvenes están satisfechas o muy satisfechas con diferentes aspectos de su vida. Sin embargo, existen diferencias significativas en función del género y del aspecto evaluado:

- Los chicos tienen una percepción más positiva de su cuerpo, imagen y peso que las chicas.
- Aunque las chicas expresan satisfacción en los aspectos emocionales y sociales, no son tan positivas en cuanto a su cuerpo y peso.

La relación con la familia es uno de los aspectos mejor valorados por la juventud. Las amistades y la relación con los compañeros también se perciben positivamente en la mayoría de los casos.

Las áreas menos satisfechas son el peso y la imagen corporal, seguidas de las actividades de ocio. Aunque la mayoría están satisfechos con las actividades de ocio, algunos jóvenes consideran que no tienen opciones significativas o variadas.

En el último mes, las emociones más frecuentes entre los jóvenes fueron:

- **Felicidad:** más del 80% lo siente con frecuencia.
- **Motivación y tranquilidad** con un 65% y 60%

En cuanto a las emociones desagradables, **el estrés y los nervios los siente con frecuencia alrededor del 26%.**

Las diferencias de género en la vivencia emocional son:

- **Las chicas sienten emociones como el estrés, los nervios, la preocupación y la tristeza** con más frecuencia que los chicos.
- **Los chicos tienden a tener más emociones positivas, como felicidad y motivación,** y muestran una menor incidencia de emociones desagradables.

SEXUALIDAD:

Cuando quieren hablar de sexualidad, la mayoría de las personas jóvenes recurren a sus amigos. Aunque la familia ocupa el segundo lugar como fuente de apoyo, su importancia es menor, especialmente entre los chicos. **Un alto porcentaje utiliza Internet como recurso de búsqueda de información (13,75%).**

El **43%** de la juventud considera que **la información sobre sexualidad es suficiente y las chicas muestran una mayor insatisfacción.**

Por otro lado, **la mayoría de la juventud afirma sentirse cómoda expresando sus deseos y necesidades**, siendo las chicas las que más aceptan, un 80,1%, seguidas de los chicos con un 60,6%. Sin embargo, **un 16,7% no se siente cómodo expresando sus deseos**. La mayoría también cree que tiene derecho a cambiar de opinión, el 86,8% de las chicas y el 77,7% de los chicos. El 37,5% de las personas no binarias cree que no todos somos iguales.

En cuanto a la presión social y el conformismo, **una parte importante de la juventud acepta ceder a los deseos de los demás**, incluso si va en contra de su voluntad; así lo cree el 50% de las chicas y el 48,8% de los chicos. Asimismo, el 34,1% de las **chicas cree que hay que tener en cuenta el disfrute del otro y el 31,8% del resto opina lo contrario. Los chicos, sin embargo, tienen muy claro que el disfrute debe ser compartido, con un 81,5%** de acuerdo con esta afirmación.

Una amplia mayoría **está de acuerdo en tener derecho a decidir sobre su cuerpo y su sexualidad**, siendo las chicas las que tienen más percepción (82,8%) y los chicos el 78%. **Independientemente de cómo vivamos nuestra sexualidad todos somos iguales,** también están de acuerdo con la idea, sobre todo las chicas (86,1% de las chicas y 72,2% de los chicos).

TIEMPO LIBRE, TECNOLOGÍAS DIGITALES, APUESTAS Y JUEGO:

Mensajería instantánea y redes sociales son las actividades más habituales, que una gran mayoría **realiza a diario**. **Las chicas dominan el uso de las redes sociales y los chicos destacan en los videojuegos. También es habitual ver series o películas, sobre todo entre las chicas.** En cuanto a la actividad física, **el deporte es habitual entre ambos géneros siendo algo más frecuente entre los chicos.** En cuanto a los actos artísticos y culturales, las chicas participan más que los chicos. **En los juegos de azar y apuestas relacionados con el dinero, los chicos tienen una mayor participación, tanto on-line como off-line y el mayor aumento de usuarios se da entre los 18 y los 19 años**. Lo mismo ocurre con la pornografía, donde los chicos triunfan. **Los chicos también acuden con mayor frecuencia a ludotecas y gaztelekus** con una gran diversidad a los 11 años, donde participan el 25% de los chicos y el 7,01% de las chicas. **A partir de los 12 años, en todos los géneros, desciende el uso de ludotecas y gaztelekus.**

USO PROBLEMÁTICO DE INTERNET:

Según la escala CIUS, los resultados indican:

- **El 71,29% de las chicas, el 78,21% de los chicos y el 75,11% de las personas no binarias señalan un riesgo bajo** para su uso problemático.

Por otro lado, **un 28,71% de las chicas, un 27,27% de las personas no binarias y un 21,79% de los chicos declaran haber sufrido situaciones de acoso o amenaza on-line.**

USO DEL MÓVIL EN EL 3º CICLO DE EPO:

- **El 23,74% de los estudiantes tiene móvil propio**, frente al 28,57% de los chicos y el 19% de las chicas.
- **El 41,41% utiliza el móvil de un miembro de la familia.**
- **Las tres acciones que más hacen con el móvil: escuchar música, jugar y hacer llamadas.**
- **El 76,74% tiene establecidas normas de uso del móvil.**

PRIMEROS CONTACTOS CON SUSTANCIAS:

Las bebidas energéticas son la sustancia que se prueba primero **(11 años),** seguida del **alcohol (12 años), el váper (13 años), el tabaco (13 años) y el cannabis (14 años).** Desde el punto de vista del género, **los chicos son los primeros en empezar a probar,** con las mayores diferencias en váper (chicas 9 meses más tarde), bebidas energéticas (chicas 8 meses más tarde) y cannabis (chicas 7 meses más tarde). **Entre las razones por las que se empieza a probar se encuentra la influencia de los amigos y después la curiosidad o curiosidad.**

CONSUMOS DE SUSTANCIAS:

Los chicos son más que las chicas probando sustancias. Las mayores diferencias se dan en **las bebidas energéticas y el cannabis. Las tasas más altas son las que han probado en todas las sustancias** excepto en el alcohol.

- **Bebidas energéticas: la mayoría de las chicas solo las ha probado,** con un 16,10% de consumidoras. **En el caso de los chicos el consumo es del 40,78%.**

- **Alcohol: segunda sustancia más probada. Las tasas de consumo de chicos y chicas son similares,** el 38% de los chicos y el 33% de las chicas. **Sólo cuando lo han probado son más y los que consumen cada mes, cada semana y a menudo son más chicos. Quienes consumen alcohol dicen que lo consiguen en bares o txosnas y las principales razones para consumirlo son para divertirse y divertirse a tope.**

- **Váper: el 20-26% de** los chicos y chicas **las han probado y los chicos consumen más que las chicas.**

- **Tabaco: Son algo menos que el váper los que lo han probado y como el váper los chicos consumen más que las chicas. En** este caso las tasas de consumo frecuente o habitual son altas; **entre los chicos que han probado el váper, el 4,69% fuma habitualmente y el 39,02% ha probado el tabaco.**

- **Cannabis:** Existe una gran desigualdad entre chicos y chicas, duplicando las tasas de chicos y chicas. **Los consumos habituales son mucho más altos en los chicos que en las chicas.**

ACCESIBILIDAD Y NORMALIZACIÓN

Entre las sustancias disponibles se encuentra el alcohol, primero, seguido del váper. Entre las sustancias ilegales las más accesibles son el **cannabis y los inhalantes**. Entre los actos sin sustancia, sin embargo, han identificado **la pornografía** como la acción más accesible, siguiendo **las máquinas de apuestas deportivas y las máquinas tragaperras.**

El **57% de los alumnos del 3º ciclo de Primaria** dice que en el **futuro beberá alcohol o quizá lo beberá.** Según ellos, si se **consumen moderadamente las sustancias no son nocivas.**

2- NECESIDADES DETECTADAS

- Los chicos tienen una percepción más positiva de su cuerpo, imagen y peso que las chicas. Esto indica que pueden percibir una menor presión social relacionada con los estándares de belleza. Las chicas, aunque expresan satisfacción en lo partidista y social, no son tan positivas en cuanto a su cuerpo y peso. Sufren una mayor presión asociada a las redes sociales y a los ideales estéticos. **Estas conclusiones subrayan la importancia de abordar la presión social relacionada con la imagen corporal.**

- Aunque la mayoría de los jóvenes viven una emoción agradable, es fundamental **potenciar la educación emocional y dotarles de recursos para gestionar emociones como el nerviosismo y el estrés.** Promover espacios seguros donde los/las jóvenes puedan compartir y trabajar sus emociones, sobre todo, ofreciendo herramientas para afrontar los mayores retos emocionales.

- Aunque existen fuentes de **ayuda para hablar de sexualidad, la juventud necesita información más completa,** accesible y procedente de entornos seguros. Para ello:
  - Mayor confianza en el ámbito educativo: promover un entorno más fiable para trabajar el tema de la sexualidad.
  - Crear una educación sexual fiable e integral.
  - Fomentar las conversaciones de las familias en torno a estos temas, con el fin de mejorar la comunicación intergeneracional sobre sexualidad.

- Por otro lado, **se incide en la asertividad, en la importancia de trabajar en el respeto a uno mismo y a los demás y en la sensibilización hacia la diversidad.**

- El alto impacto de las tecnologías hace necesaria una visión equilibrada y consciente de las actividades de ocio, por lo que:
  - **Educación digital:** Se necesita un enfoque para fomentar el uso consciente de las tecnologías.
  - **Fomento del deporte:** Mantener la participación en actividades físicas.

- La normalización de los co**nsumos tempranos de sustancias es preocupante,** sobre todo por factores sociales y culturales. Esto requiere intervenciones para retrasar la edad de los consumos e informar de los riesgos de los mismos:
  - **Establecimiento de medidas preventivas** en menores edades.
  - **Reforzar las habilidades sociales.**
  - **Reducir la disponibilidad de sustancias.**

- **En la edad de inicio en el consumo y en los tipos de consumo, existe una diferencia en función del género que exige estrategias preventivas adaptadas desde una perspectiva de igualdad.**

3- CONCLUSIONES DE LOS FOROS JUVENILES

CONSUMOS Y PERCEPCIÓN DEL USO DE SUSTANCIAS Y NO SUSTANCIAS:

En el municipio el consumo de drogas está muy normalizado, sobre todo el alcohol, el váper y el cannabis. En el caso del alcohol y el váper parece que es habitual empezar con catorce años. Por otro lado, está la percepción general de que hay un aumento en el consumo de Poper. Aunque en la mayoría de los casos estos consumos se dan en un ambiente festivo, hay consumos que se ven en el día a día, es el caso del váper. **Siendo un tema que les preocupa el tema de los consumos las personas jóvenes tienen la percepción de que poco pueden hacer contra esta normalización.**

El uso excesivo del móvil también les preocupa mucho. Algo similar ocurre con otras conductas con potencial de desarrollo de la adicción, **el uso de las redes sociales y de los videojuegos es muy común entre los jóvenes en la medida en que todos los jóvenes tienen la sensación de tener un smartphone.** Consideran que existen diferencias de género, ya que las apuestas deportivas se dan sobre todo en chicos y en chicas el uso de las redes sociales. Aunque consideran que los talleres que reciben para la prevención de las adicciones son eficaces para la desnormalización, **consideran que hay que tomar más medidas para limitar el acceso a la pobreza a los menores.**

Además de estas conductas, **el bullying y la agresión sexual generan una gran preocupación y hace falta recibir más charlas para tratar todos estos temas.**

GESTIÓN DEL TIEMPO LIBRE:

El nivel de satisfacción con la oferta de ocio de los municipios es muy alto. Se valora positivamente la diversidad de acciones y su adecuación a las necesidades de las personas jóvenes. Sin embargo, hay propuestas para mejorar algunos aspectos, como organizar más salidas y ampliar el horario en las ofertas ya existentes. A pesar de estar satisfechos con la oferta del municipio, **se señala que invierten la mayor parte del tiempo libre en el uso del móvil.**

RECURSOS Y PROYECTOS DEL MUNICIPIO:

Propuestas para construir un municipio más saludable:

- En el Servicio Público de Salud **destaca la agilización de la atención a los pacientes, dando prioridad a las personas con algún tipo de trastorno mental.** En este sentido también se sugiere ampliar el tiempo de consulta al paciente.
- Existe la aplicación de medidas para **reducir el acceso a las drogas, sobre todo en lo que se refiere a la venta de alcohol a menores.**
- Debido a las infraestructuras del pueblo, para garantizar más la seguridad de los vecinos **es necesario mejorar la iluminación del pueblo, así como la accesibilidad de las personas con movilidad reducida,** por ejemplo eliminando barreras arquitectónicas como las escaleras.
- Hay que **ampliar el horario de los servicios del Ayuntamiento** y que los responsables municipales se basen en el uso de espacios amplios a la hora de organizar los actos festivos.
- **Deben poner más énfasis en las iniciativas para animar a los jóvenes a hacer deporte y fomentar que todas las actividades de ocio sean en euskera.**
- **Es necesario continuar con los talleres que se reciben en el centro,** sin embargo, además de los temas habituales que se trabajan en estos talleres, se proponen otros como **Homofobia, Igualdad de género, Trastornos alimentarios y otros trastornos mentales.**

PERCEPCIÓN DEL BIENESTAR EMOCIONAL:

El grado de satisfacción con aspectos relacionados con el bienestar emocional y la calidad de vida es extremo según la etapa escolar estudiada.

Los ciudadanos que están en el primer ciclo perciben un alto grado de satisfacción, aunque el acoso escolar, los malos tratos amistosos y los aspectos relacionados con las relaciones afectivo sexuales generan responsabilidad, como los efectos que pueden suponer los embarazos no deseados y el mal uso de anticonceptivos, así como las agresiones sexuales. Se confirma la existencia de inseguridad.

Los secundarios hacen una valoración muy baja y la razón es que se sienten ignorados, pero sobre todo son presiones que reciben de diferentes ámbitos. Perciben una presión excesiva para sacar buenas notas de la familia y se considera que su comunicación con la familia no es lo suficientemente buena. **También la presión excesiva, con la imagen corporal, ya que los cuerpos que se idealizan a través de las redes sociales** generan la presión de querer alcanzar ese ideal y quien no encaja en ese normotipo recibe ataques.

MUNICIPIO Y COMUNIDAD:

Se siente que el pueblo y la comunidad protege a todos los habitantes en general, pero hay características concretas que reducen ese sentimiento de protección, como ser joven o recién llegado al municipio.

Hay una necesidad de escuchar y tener en cuenta la voz de la ciudadanía joven, y se considera que para ello hay que aumentar las posibilidades y los espacios. En el caso de las personas recién llegadas, se piensa que hay que tomar más medidas para evitar la exclusión y la vulneración de derechos.

4- CONCLUSIONES DE LOS FOROS DE AGENTES

PERCEPCIÓN MUNICIPAL SOBRE LA SALUD INTEGRAL DE LA JUVENTUD (EN LOS ÚLTIMOS CUATRO AÑOS):

1. Aumentos del consumo y nuevas adicciones: Aunque ha bajado el consumo de tabaco y cannabis, han aumentado el alcohol, los vapeadores y las bebidas energéticas en los menores. Además, el uso abusivo del móvil y las redes sociales está generando adicción y está afectando a la salud mental de la juventud.

2. Deterioro y medicalización de la salud mental: aumento de las ansiedades, depresiones y trastornos alimenticios, especialmente en las mujeres. Esto ha hecho que aumente el consumo de ansiolíticos y otros fármacos en lugar de abordar las causas del malestar.

3. Factores de riesgo socioculturales y familiares: la normalización del consumo de sustancias y la ausencia de limitaciones en el uso de dispositivos digitales agravan la situación. La sobreprotección familiar, la presión social y la falta de coordinación con los profesionales aumentan el estrés de la juventud.

4. Desigualdad socioeconómica y falta de recursos: las condiciones económicas inciden en la salud emocional y los servicios de salud mental son insuficientes para atender una demanda creciente.

5. Necesidad de intervención: Es urgente que las instituciones inviertan en recursos y estrategias para prevenir estos problemas, promoviendo un entorno más saludable para las personas jóvenes.

En resumen, es urgente intervenir en los ámbitos del consumo de sustancias, la salud mental, la presión social y la desigualdad socioeconómica para mejorar el bienestar de la juventud.

COMPONENTES DE UN MUNICIPIO SALUDABLE:

1. Reforzar la prevención y la educación comunitaria:

- Es necesario cambiar el enfoque de los programas de prevención, desde la atención exclusiva a los jóvenes integrando a toda la comunidad, especialmente a los adultos que interactúan con ellos: familias, comerciantes, hosteleros, entrenadores...

- Se deben reforzar las campañas de formación y sensibilización sobre el consumo de sustancias y el uso problemático de dispositivos digitales.
- Es fundamental fomentar la comunicación interna de las familias y establecer límites saludables en el uso del móvil.

2. Reestructuración de la oferta de ocio juvenil:

- En la actualidad, la mayoría de las opciones de ocio están vinculadas al deporte y son de pago, lo que no satisface las necesidades de todos los jóvenes.

- Hay que ofrecer actividades gratuitas y de muy diversa índole, incluyendo opciones culturales, musicales y lúdicas.

- Es importante que los jóvenes participen en el diseño de su tiempo libre para que sea atractivo, significativo e inclusivo.

3. Creación de espacios de referencia y participación juvenil:

- Los jóvenes necesitan lugares físicos donde encontrar referentes claros para promover su bienestar emocional.

- Hay que crear espacios para que los jóvenes sean escuchados y puedan participar en las decisiones sobre su entorno y sus necesidades.

- Hay que promover un trato más cercano y positivo hacia los jóvenes dentro de la comunidad.

4. Coordinación y compromiso institucional:

- Es imprescindible mejorar la coordinación entre los agentes municipales y los servicios para trabajar el bienestar de la juventud de forma integral.
- A pesar de la inversión en servicios, los problemas de salud mental siguen aumentando, por lo que es necesario evaluar y mejorar la eficiencia de los recursos existentes.

En resumen, para conseguir un entorno más saludable para la juventud, es fundamental una estrategia global que combine la prevención, la educación comunitaria, los espacios de participación y una oferta de ocio más variada y accesible.

PROGRAMAS DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD:

1. Mejorar la coordinación y el conocimiento de los programas: Hay programas de prevención como EKKO y Altxaburua, pero hace falta más coordinación y visibilidad, especialmente en el ámbito familiar y escolar.

2. Reforzar la prevención y la sensibilización: Es fundamental impulsar programas de promoción de hábitos saludables con jóvenes en sus espacios naturales, como actividades de fin de semana y educadores de calle, fomentando hábitos saludables.

3. Ajuste de programas incoherentes: Algunos programas, como los eventos que fomentan el consumo de alcohol, deben ser revisados. Es urgente crear iniciativas que aborden la cultura del consumo y mantener los servicios de atención psicológica.

En resumen, es necesario reforzar la coordinación de los programas, ajustar enfoques inadecuados y crear más espacios de prevención y apoyo para los jóvenes..

5- CONCLUSIONES DE LOS RESULTADOS DE LA CIUDADANÍA

PERCEPCIÓN SOBRE EL CONSUMO DE CONDUCTAS SIN SUSTANCIA Y DROGAS (EN LOS ÚLTIMOS CUATRO AÑOS):

- Se cree que **las redes sociales** son las que más han aumentado en conductas sin sustancia.
-
- En cuanto a las sustancias, se dice que los consumos de **váper y drogas estimulantes son los que más se han incrementado** en los últimos cuatro años.
-
- La mayoría tiene claro que los consumos de tabaco, alcohol y cannabis están normalizados y que el acceso a sustancias es fácil.

PERCEPCIÓN DEL BIENESTAR EMOCIONAL EN EL MUNICIPIO (ÚLTIMOS CUATRO AÑOS):

- En opinión de la mayoría de la población **han aumentado todos los trastornos mencionados**.

- Ansiedad y depresión son las que más han aumentado.

- **El 20-26% cree que el municipio no protege a los jóvenes y que el municipio tampoco es sano.**

- **Hay una sensación de malestar entre jóvenes y adultos.**

ACCIONES A DESARROLLAR PRIORITARIAMENTE:

- Anticipar el inicio del servicio de asesoramiento y prevención para jóvenes.

- Ocio más sano.

- Establecer medidas para la igualdad de oportunidades en las diferentes acciones.

- Que las sesiones dirigidas a las familias no sean exclusivamente en euskera.

- Promover la prevención en la etapa 0-3.

- Realización de terapias grupales para promover el bienestar.

- Crear talleres para trabajar otros temas directamente relacionados con el bienestar emocional.

- Acciones dirigidas a incrementar el sentimiento de pertenencia y participación de las personas jóvenes en el municipio.

- Modificación de la cultura de consumo existente en el municipio. Regulación y control.

- Atención a colectivos vulnerables.

En resumen, se prioriza una mayor colaboración entre instituciones, familias y comunidad para afrontar los retos del municipio y mejorar la convivencia.

TRABAJO EN SERVICIOS SOCIALES:

- **El 69,2% no conoce el trabajo en los Servicios Sociales.** Entre los que conocen el trabajo, otorga 5,14 puntos sobre 10.

6- CONCLUSIONES GENERALES

Una vez analizadas las conclusiones de las diferentes fuentes del diagnóstico, **las conclusiones generales** serían las siguientes:

- En la sexualidad se ve la necesidad de trabajar la expresión de los propios deseos con el alumnado. En este sentido, también es necesario abordar situaciones de acoso o amenaza on-line.

- Trabajar la sexualidad y las relaciones interpersonales en el primer ciclo de la ESO y la presión social, la presión relacionada con la imagen corporal (redes sociales) en el segundo ciclo.

- Reforzar la educación emocional con programas como EKKO y ofrecer recursos para gestionar las emociones a adolescentes y jóvenes.

- Promover espacios seguros donde adolescentes y jóvenes puedan compartir y trabajar sus emociones.

- Dar más protagonismo y voz a los jóvenes en el municipio.

- Agilizar la atención a los pacientes en el servicio público de salud y ampliar el tiempo de consulta. Por otro lado, aumentar los recursos para atender a las personas con algún trastorno mental.

- Una vez identificada la necesidad de retrasar la edad de los consumos, se ha detectado la necesidad de adelantar la promoción de la salud y los programas de prevención. Y que estos programas tengan en cuenta la perspectiva de género.

- Trabajar el juego y las apuestas con chicos jóvenes y las redes sociales con chicas.

- Viendo que los consumos están muy normalizados y que son municipios muy permisivos, se detecta la necesita de de realizar un trabajo integral coordinándose entre familias, hostelería y ayuntamiento. Hay que activar la comunidad.

- Hay que tomar medidas para reducir la accesibilidad sobre todo a los menores.

- Debe haber coordinación entre los servicios municipales y los ayuntamientos técnicos y se insiste en la necesidad de un enfoque comunitario y coordinado para mejorar la salud integral de los jóvenes y promover un entorno más seguro y saludable.