

Presentación

El estilo de vida de los adolescentes es un asunto que suscita mucha preocupación en nuestra sociedad, y no sólo entre los profesionales. Se sabe que durante la adolescencia se aprenden comportamientos que tienen una importante repercusión sobre la salud de las personas, tanto a corto como a largo plazo, y que serán difíciles de modificar en la vida adulta. Como consecuencia de esta preocupación, desde distintos ámbitos de la prevención, promoción e intervención sobre la salud, se viene trabajando desde hace tiempo en la elaboración de estrategias para su estudio y análisis. Un buen ejemplo es el estudio *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC) dentro del que se enmarca esta tesis doctoral.

El HBSC es un estudio internacional e interdisciplinar que comienza su andadura en 1982 cuando un grupo de países (España se incorporará en 1985), auspiciados por la Organización Mundial de la Salud, acuerda diseñar un instrumento común para conocer los hábitos de vida relacionados con la salud de los adolescentes escolarizados. Hasta el año 2000 el equipo HBSC de España estuvo dirigido por el Dr. Ramón Mendoza y participó en las recogidas de datos de 1985-86, 1989-90 y 1993-94. Desde el año 2000, el Equipo HBSC español está dirigido por la Dra. Carmen Moreno, que ha coordinado dos recogidas de datos (2001-02 y 2005-06) con la financiación y el apoyo del Ministerio de Sanidad y Política Social.

Los fenómenos que se propone conocer el estudio HBSC corresponden a la diversidad de factores que influyen en el bienestar físico, mental y social del adolescente. Concretamente, el estudio HBSC se centra en diversos contenidos de los estilos de vida relacionados con la salud (como por ejemplo, la alimentación y la dieta, la higiene dental, la actividad física y el sedentarismo, el uso del tiempo libre, el consumo de tabaco, alcohol o drogas ilegales...); por otra parte, analiza también el contexto familiar, escolar y la relación con los iguales, y todo ello con el objetivo de conocer sus implicaciones sobre la salud y el ajuste psicológico adolescentes. En medio de esta diversidad de temas, la tesis doctoral que se presenta a continuación se ha centrado en el análisis de los estilos de

vida. La razón principal de esta elección está en que, a la vista de lo que la investigación ha revelado hasta el momento, parecía conveniente desentrañar el concepto mismo de *estilo de vida* y conocer la compleja interrelación existente entre los diferentes contenidos que lo definen, así como su predicción del bienestar físico, psicológico y social de los adolescentes.

La memoria de tesis doctoral que se presenta está dividida en cuatro grandes bloques. El primero de ellos corresponde al marco teórico de la investigación y está dividido a su vez en dos capítulos. Para empezar, en el primer capítulo se muestra la conceptualización de la salud y su importancia en la etapa adolescente, haciendo referencia a la evaluación del estado de salud del adolescente desde una perspectiva amplia e integradora. A continuación, el segundo capítulo se centra en el análisis de los estilos de vida y su relación con la salud en esta etapa evolutiva, se repasa la influencia de los modelos y teorías del cambio de conducta en salud más relacionados con la adquisición y mantenimiento de los estilos de vida y, finalmente, se realiza un repaso teórico de cada uno de los contenidos de los estilos de vida analizados en este trabajo (hábitos de alimentación, higiene dental, actividad física, consumo de sustancias, conducta sexual, lesiones y tiempo libre), así como de la influencia y relación entre ellos.

Una vez presentado el marco teórico que justifica esta investigación, en la segunda parte, el capítulo tercero se dedica a explicar los objetivos e hipótesis generales y a describir las características metodológicas de la investigación. En concreto, se realiza una presentación pormenorizada de la muestra utilizada para este estudio, de los instrumentos elegidos y del procedimiento seguido durante todo el proceso de investigación.

La tercera parte de esta memoria es la de mayor envergadura, ya que en ella se describen de manera pormenorizada, en cuatro diferentes capítulos, los resultados encontrados en la investigación. Para empezar, en el capítulo cuarto se presenta la clasificación de los adolescentes españoles para cada contenido de los estilos de vida, en función de variables sociodemográficas (sexo, edad y combinación de ambas) y socioeconómicas (capacidad adquisitiva familiar y nivel ocupacional de los padres y madres). En el quinto capítulo se muestra la creación de una puntuación global de salud que tiene en cuenta tanto los elementos disfuncionales como las fortalezas que protegen la salud, a partir de indicadores autoinformados de satisfacción vital, calidad de vida relacionada con la salud, percepción del estado general de salud y malestar psicossomático. A partir de esta puntuación, en el capítulo sexto se analiza su relación con cada uno de los contenidos de los estilos de vida de manera independiente. Es en el capítulo séptimo cuando se supera la linealidad del análisis anterior para considerar la relación de los estilos de vida y la salud desde un enfoque multivariante, que tenga en cuenta las constelaciones de estilos de vida de los adolescentes en la predicción de su bienestar físico, psicológico y social.

En la cuarta parte del trabajo, correspondiente al capítulo octavo, se discuten los resultados más destacados que se han obtenido en la investigación y se reflexiona sobre sus conclusiones e implicaciones tanto para la intervención como para la investigación. Este capítulo finaliza con la exposición de las principales limitaciones y fortalezas con las que cuenta esta tesis doctoral.

Para terminar, con el objetivo de obtener el Grado de Doctor con Mención Europea, en la quinta y última parte de esta memoria se incluye un resumen en inglés de la justificación teórica, la metodología y los resultados, así como las principales conclusiones e implicaciones para la intervención y la investigación.