Sumário Executivo

**De seguida são apresentados os principais resultados do estudo HBSC Irlanda 2010:**

**Perceção de Saúde:**De um modo geral, a proporção de jovens que referiram que o seu estado de saúde é Excelente (33%), que se sentem muito felizes (50%) e que possuem uma elevada satisfação com a vida (76%), manteve-se estável desde o estudo HBSC de 2006. Os jovens mais novos e os rapazes foram os que mais reportaram uma perceção de saúde positiva. As crianças pertencentes a estatutos socioeconómicos mais baixos foram as que menos relataram ter uma saúde excelente e uma elevada satisfação com a vida.

A proporção de crianças do 3º e 4º ano de escolaridade a referir ter uma saúde excelente (39%) e sentir-se muito feliz (70%) manteve-se estável em relação ao estudo de 2006. Não foram observadas diferenças significativas entre géneros ou estatuto socioeconómico.

**Consumo de substâncias**

Desde 2006, tem-se observado uma descida nos indicadores de consumo de tabaco, álcool e cannabis por parte dos adolescentes na Irlanda

***Consumo de Tabaco***

Desde 2006, que existe um progressivo decréscimo nas frequências de consumo corrente de tabaco (12%) e de já ter consumido tabaco (27%) (respetivamente 15% e 36%). Ao nível da idade e do estatuto socioeconómico existem diferenças a considerar. Os adolescentes mais velhos e aqueles de um estatuto socioeconómico mais baixo, foram os que mais reportaram já ter fumado ou ter um consumo corrente de tabaco. Em comparação com as meninas, os rapazes foram aqueles que mais referiram já ter fumado. Foi detectada um notável decréscimo na percentagem de meninas que relataram já ter fumado (47% em 2010 vs. 57% em 2006).

A proporção de jovens do 3º e 4º ano a referir já ter fumado (3%) desceu em comparação aos dados de 2006, enquanto os relatos de consumo corrente de tabaco se manteve igual (1%). Em comparação com as meninas, os rapazes reportaram maior percentagem desses comportamentos. Não existiram diferenças significativas entre grupos socioeconómicos.

***Consumo de álcool***Em relação a 2006, o consumo de álcool entre os jovens desceu. 46% dos jovens referiu nunca ter bebido álcool (53% em 2006) e 21% referiu beber frequentemente (26% em 2006).

A percentagem de embriaguez (28% em 2010 vs. 32% em 2006) e de se ter estado embriagado nos últimos 30 dias (18% em 2010 vs. 20% em 2006) também decresceu. Foram observadas diferenças entre idade e género em todas as medidas de consumo de álcool. Os adolescentes mais velhos e os rapazes foram os que mais frequentemente referiram ter consumido álcool e ter estado embriagado. Os jovens de estatutos socioeconómicos mais baixos reportaram com maior frequência ter estado embriagado.

***Consumo de drogas****.*

Foi observado um decréscimo no consumo de cannabis nos últimos 12 meses (8% em 2010 vs. 16% in 2006) e nos últimos 30 dias (5% em 2010 vs. 7% em 2006) em relação ao estudo anterior. Os rapazes e os adolescentes mais velhos foram os que mais referiram ter consumido cannabis. Não foram detectadas diferenças significativas em termos do nível socioeconómico.

**Hábitos alimentares e consumo de alimentos**

O consumo de alimentos (ex. vegetais e frutas) e os hábitos alimentares (ex. fazer dieta) mostraram-se estáveis ou melhoraram desde o estudo de 2006.

***Consumo de Alimentos***De um modo geral, 20% dos jovens reportou consumir fruta mais de uma vez ao dia (19% em 2006) e 20% reportou comer vegetais mais de uma vez ao dia (18% em 2006). As meninas, os adolescentes mais novos e provenientes de estatutos socioeconómicos mais elevados, foram os que referiram o consumo regular de fruta e vegetais.

A proporção de crianças que referiu comer doces diariamente ou frequentemente (37% em 2010 vs. 39% em 2006) e as que referiu consumir refrigerantes diariamente ou frequentemente (21% em 2010 vs. 26% em 2006) diminuiu em comparação aos resultados de 2006. Os jovens mais novos e aqueles que pertencem a estatutos socioeconómicos mais baixos são que mais referiram o consumo regular de doces e de refrigerantes. Também foram observadas diferenças entre géneros (23% rapazes vs. 19% meninas)

Foram encontrados padrões semelhantes entre os alunos do 3º e 4º anos, com um aumento do consumo de vegetais (26% em 2010 vs. 21% em 2006), um padrão de consumo de fruta inalterado (30%) tal como o consumo de doces (28%), e uma diminuição do consumo de refrigerantes (15% em 2010 vs. 18% em 2006).

***Hábitos alimentares***O hábito de tomar o pequeno-almoço não mudou desde 2006 (13% em 2010 vs 14% em 2006). A meninas, os jovens mais velhos e aqueles de grupos socioeconómicos mais baixos continuam a ser os grupos de jovens que relata nunca tomar o pequeno-almoço durante os dias de semana (2% desde 2006).  
  
No estudo foi perguntado aos alunos quão frequentemente iam para a escola ou para a cama com fome por não haver comida suficiente em casa. Em geral, 21% dos alunos referiu nunca ir para a escola ou para a cama com fome, o que representa um aumento em relação a 2006 (17%). Os rapazes, os mais jovens e aqueles de estatutos socioeconómicos mais baixos são os que mais relatam ir para a escola ou para a cama com fome.

O comportamento de fazer dieta (ou outro comportamento) para perder peso em 2010 (13%) mantém inalterado em relação a 2006 (12%). As meninas e os mais velhos são os que mais referem fazer dieta (ou tentar fazer) para perder peso.

**Exercício e atividade física**Existem poucas mudanças em relação à frequência de exercício, à prática de atividade física e à inatividade no estudo HBSC 2010. A maioria dos jovens (51%) referiu fazer exercício 4 ou mais vezes por semana (53% em 2006), 9% dos jovens referiu fazer exercício vigoroso menos do que 1 vez por semana (10% em 2006) e 25% dos jovens referiu estar fisicamente ativo durante 7 dias na última semana (27% em 2006). Em cada uma destas 3 medidas, foram encontradas diferenças de género e idade. Em suma, os rapazes e os mais jovens são os que mais referiram estar fisicamente ativos. Os jovens de estatuto socioeconómico mais baixo foram os que referiram mais inatividade em comparação com os de estatuto socioeconómico médio que referiram estar fisicamente ativos nos 7 dias da última semana.

Entre os alunos do 3º e do 4º ano, 70% referiu fazer exercício físico 4 ou mais vezes por semana (72% em 2006) e 7% referiu participar em exercício vigoroso menos de uma vez por semana (8% em 2006).

**Auto-cuidados**  
Em relação a lavar os dentes, 67% referiu lavar uma vez por dia, o que se mantém estável em comparação com 2006 (63%) e com o mesmo padrão entre o 3º e o 4º ano (66% em 2010 vs. 64% em 2006). As meninas e os jovens de estatutos socioeconómicos mais elevados são os que mais referem lavar os dentes mais do que uma vez por dia. Não foram encontradas diferenças de idade.   
Quanto à pergunta de se coloca o cinto de segurança quando anda de carro, 81% dos jovens referiu colocar sempre o cinto de segurança. Tal comportamento mantém-se estável em comparação com 2006 (79%). As raparigas e os mais novos são os que mais referiram colocar sempre o cinto de segurança.

**Lesões e acidentes**  
Existe um decréscimo da frequência de jovens a relatar ter-se lesionado e ter precisado de assistência médica uma ou mais vezes nos últimos 12 meses (37% em 2010 vs. 43% em 2006). Os rapazes e os mais velhos são os que mais frequentemente referiram ter-se lesionado. Daqueles que reportaram lesões, 57% referiu ter faltado 3 ou mais dias no último ano devido à lesão (56% em 2006). O género e a idade são semelhantes à prevalência da lesão, e não foram encontradas diferenças ao nível do estatuto socioeconómico.

**Comportamentos de provocação**A proporção de jovens que diz ter sido provocado mantém-se inalterada desde 2006 (24%). Contudo, a percentagem de jovens que reportou ter provocado outros nos últimos meses decresceu (17% em 2010 vs. 22% em 2006). Os rapazes foram os que mais referiram ter sido provocado e ter provocado os outros. Os mais novos foram os que referiram mais frequentemente ter sido provocado, enquanto os mais velhos foram os que mais referiram terem provocado os outros. Não existem diferenças entre os estatutos socioeconómicos.

A percentagem de alunos do 3º e 4º ano que referiu ter sido provocado (37%) mantém-se inalterada em relação a 2006. Não foram observadas diferenças entre géneros ou estatuto socioeconómico.

**Comportamentos sexuais**Ao todo, 27% do jovens com idade entre os 15 e os 17 anos referiu já ter tido relações sexuais. Os rapazes e os jovens de estatutos socioeconómicos mais baixos foram os que mais referiram já ter tido relações sexuais.

Daqueles que referiram já ter tido relações sexuais, 93% utilizou o preservativo na última relação sexual e 59% referiu ter utilizado a pílula. As meninas são as que mais referiram utilizar a pilula como método contracetivo, não existindo diferenças de género quanto ao uso do preservativo. Não foram observadas diferenças entre estatutos socioeconómicos.

**Tradução/Translation: Diana Frasquilho**