



Nº CUESTIONARIO:

ENCUESTA DE SALUD 2002

*El objetivo de este cuestionario es conocer los problemas sanitarios más importantes de nuestra Comunidad .
Esta información va a servir para una mejor planificación de los servicios de salud, repercutiendo en beneficio de todos.*

Su colaboración es esencial e insustituible, por lo que le agradeceríamos rellene todo el cuestionario, siguiendo las instrucciones que aparecen en la página siguiente.

ESTA INFORMACIÓN SE TRATARÁ DE FORMA ANÓNIMA Y CONFIDENCIAL.

RESPONDA A TODAS LAS PREGUNTAS QUE LE CORRESPONDAN.

**SI TIENE PROBLEMAS O DIFICULTADES PARA COMPRENDER LAS PREGUNTAS
Y DESEA MAS INFORMACIÓN PUEDE COMUNICARSE CON NOSOTROS EN ESTE
NUMERO DE TELÉFONO GRATUITO:**

900-50.48.37

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN.

INSTRUCCIONES

Las siguientes preguntas tienen diferentes respuestas posibles y usted debe escoger únicamente aquella que le convenga más. Marque una sola respuesta a cada pregunta, a no ser que se le indique lo contrario. Deberá contestar a todas las preguntas en orden, a menos que haya una indicación para saltarse alguna pregunta. No hay buenas ni malas respuestas.

Estas preguntas son tres ejemplos que le pueden ayudar a comprender la forma de llenar el cuestionario:

Ejemplo 1: Haga un círculo en el número correspondiente a la respuesta elegida.

Pregunta 1.	
En general, usted diría que su salud es	
Excelente	①
Muy buena	2
Buena	3
Regular	4
Mala	5

Ejemplo 2: Escriba una cifra

Pregunta 2.		
Escriba la cantidad. Aproximadamente		
¿Cuántos cigarrillos fuma al día?	<table border="1"><tr><td>30</td></tr></table> cigarrillos	30
30		
¿Cuántos puros fuma al día?	<table border="1"><tr><td>0</td></tr></table> puros	0
0		
¿Cuántas pipas fuma al día?	<table border="1"><tr><td>0</td></tr></table> pipas	0
0		

Ejemplo 3: Haga un círculo en el número correspondiente a la respuesta elegida.

Durante los últimos doce meses ¿Con qué frecuencia ha consumido bebidas que contengan alcohol?

1. Menos de una vez al mes
2. Una vez al mes
③ 3. Una vez cada quince días

↓
PARTE B

4. Una vez por semana
5. De 2 a 3 veces por semana
6. De 4 a 6 veces por semana
7. Diariamente (cada día)

↓
PARTE A

En este caso las siguientes preguntas a cumplimentar serían las de la parte B.

Ejemplo 4: Haga un círculo en cada una de las opciones siguientes a la respuesta elegida.

Me podría decir si con respecto al año pasado actualmente...

	Sí	No
a) Fuma más	1	②
b) Fuma menos	①	2
c) Fuma una marca más fuerte	1	②
d) Fuma una marca más suave	①	2

Nº cuestionario

EL SISTEMA SANITARIO

Nº PERSONA

Las siguientes preguntas se dirigen a conocer su opinión sobre el actual sistema sanitario (centros de salud, hospitales, etc.)
Señale con un círculo su respuesta, y responda en orden a todas las preguntas a menos que se le indique lo contrario.

1. **En conjunto, ¿cuál es su grado de satisfacción con los servicios de salud que usted y su familia han utilizado en el último año?
Indique si está muy satisfecho, algo satisfecho, algo insatisfecho o muy insatisfecho.**

Muy satisfecho/a 1
Algo satisfecho/a 2
Algo insatisfecho/a 3
Muy insatisfecho/a..... 4

2. **Pensando únicamente en sus problemas y necesidades de salud, ¿ piensa que el sistema sanitario público vasco cubre todas sus necesidades en materia de salud?**

Estoy satisfecho/a, cubre todas mis necesidades..... 1
Cubre bastante bien mis necesidades, pero creo que debieran incluirse algunas otras atenciones..... 2
No cubre mis necesidades de salud..... 3

3. **¿Cómo cree usted que debería pagarse en el futuro la asistencia sanitaria?**

Toda financiada por el Estado con los impuestos, y que cubra a todas las personas 1
Una parte financiada por el Estado y otra por cada persona 2
Cada persona pagaría su asistencia médica..... 3

LA SALUD

A continuación, le hacemos unas preguntas referidas a su salud

Haga un círculo en el numero correspondiente a su respuesta (una sola respuesta por pregunta)

Las preguntas que siguen se refieren a lo que usted piensa sobre su salud. Sus respuestas permitirán saber cómo se encuentra usted y hasta qué punto es capaz de hacer sus actividades habituales. Conteste cada pregunta tal como se indica. Si no está seguro/a de cómo responder a una pregunta, por favor conteste lo que le parezca más cierto.

4. **En general, usted diría que su salud es**

Excelente 1
Muy buena..... 2
Buena 3
Regular 4
Mala 5

5. **¿Cómo diría usted que es su salud actual, comparada con la de hace un año?**

Mucho mejor ahora que hace un año 1
Algo mejor ahora que hace un año 2
Más o menos igual que hace un año..... 3
Algo peor ahora que hace un año 4
Mucho peor ahora que hace un año..... 5

6. Las siguientes preguntas se refieren a actividades o cosas que usted podría hacer en un día normal. Su salud actual ¿le limita para hacer esas actividades o cosas? Si es así, ¿cuanto?

ACTIVIDADES	Sí, me limita mucho	Sí, me limita un poco	No, no me limita nada
a) <u>Esfuerzos intensos</u> , tales como correr, levantar objetos pesados, o participar en deportes agotadores	1	2	3
b) <u>Esfuerzos moderados</u> , como mover una mesa, pasar la aspiradora, jugar a los bolos o caminar más de 1 hora	1	2	3
c) <u>Coger o llevar la bolsa de la compra</u>	1	2	3
d) Subir <u>varios pisos</u> por la escalera	1	2	3
e) Subir <u>un solo</u> piso por la escalera	1	2	3
f) <u>Agacharse o arrodillarse</u>	1	2	3
g) Caminar <u>un kilómetro o más</u>	1	2	3
h) Caminar <u>varias manzanas</u> (varios centenares de metros)	1	2	3
i) Caminar <u>una sola manzana</u> (100 metros)	1	2	3
j) <u>Bañarse o vestirse por sus propios medios</u>	1	2	3

7. Durante las 4 últimas semanas, ¿ha tenido alguno de los siguientes problemas en su trabajo o en sus actividades cotidianas a causa de su salud física?

	Sí	No
a) ¿Tuvo que <u>reducir el tiempo</u> dedicado al trabajo o a sus actividades cotidianas?	1	2
b) ¿ <u>Hizo menos</u> de lo que hubiera querido hacer?	1	2
c) ¿Tuvo que <u>dejar de hacer algunas tareas</u> en su trabajo o en sus actividades cotidianas?	1	2
d) ¿Tuvo <u>dificultad</u> para hacer su trabajo o sus actividades cotidianas (por ejemplo, le costó más de lo normal)?	1	2

8. Durante las 4 últimas semanas, ¿ha tenido alguno de los siguientes problemas en su trabajo o en sus actividades cotidianas, a causa de algún problema emocional (como estar triste, deprimido, o nervioso)?

	Sí	No
a) ¿Tuvo que <u>reducir el tiempo</u> dedicado al trabajo o a sus actividades cotidianas, <u>por algún problema emocional?</u>	1	2
b) ¿ <u>Hizo menos</u> de lo que hubiera querido hacer, <u>por algún problema emocional?</u>	1	2
c) ¿No hizo su trabajo o sus actividades cotidianas tan <u>cuidadosamente</u> como de costumbre, <u>por algún problema emocional?</u>	1	2

9. Durante las 4 últimas semanas, ¿hasta qué punto su salud física o los problemas emocionales han dificultado sus actividades sociales habituales con la familia, los amigos, los vecinos u otras personas?

Nada..... 1
 Un poco 2
 Regular 3
 Bastante 4
 Mucho..... 5

10. ¿Tuvo dolor en alguna parte del cuerpo durante las 4 últimas semanas?

- No, ninguno 1
- Sí, muy poco 2
- Sí, un poco 3
- Sí, moderado 4
- Sí, mucho 5
- Sí, muchísimo 6

11. Durante las 4 últimas semanas, ¿hasta qué punto el dolor le ha dificultado su trabajo habitual (incluido el trabajo fuera de casa y las tareas domésticas)?

- Nada..... 1
- Un poco 2
- Regular 3
- Bastante 4
- Mucho..... 5

12. Las preguntas que siguen se refieren a como se ha sentido y como le han ido las cosas durante las 4 últimas semanas. En cada pregunta responda lo que se parezca mas a como se ha sentido usted. Durante las últimas 4 semanas ¿cuanto tiempo...

	Siempre	Casi siempre	Muchas veces	Algunas veces	Solo alguna vez	Nunca
a) ..se sintió lleno/a de vitalidad?	1	2	3	4	5	6
b) ..estuvo muy nervioso/a?	1	2	3	4	5	6
c)..se sintió con la moral tan baja que nada podía animarle?	1	2	3	4	5	6
d)..se sintió en calma y con gran tranquilidad?	1	2	3	4	5	6
e)..tuvo mucha energía?	1	2	3	4	5	6
f)..se sintió con desánimo y tristeza?	1	2	3	4	5	6
g)..se sintió con agotamiento?	1	2	3	4	5	6
h)..se sintió feliz?	1	2	3	4	5	6
i)..se sintió con cansancio?	1	2	3	4	5	6

13. Durante las 4 últimas semanas ¿con que frecuencia la salud física o los problemas emocionales le han dificultado sus actividades sociales (como visitar a las amistades o familiares)?

- Siempre 1
- Casi siempre 2
- Algunas veces..... 3
- Solo alguna vez 4
- Nunca 5

14. Por favor, diga si le parece cierta o falsa cada una de las siguientes frases

	Totalmente cierta	Bastante cierta	No lo sé	Bastante falsa	Totalmente falsa
a) Creo que me pongo enfermo más fácilmente que otras personas	1	2	3	4	5
b) Tengo tanta salud como cualquiera	1	2	3	4	5
c) Creo que mi salud va a empeorar	1	2	3	4	5
d) Mi salud es excelente	1	2	3	4	5

15. En algún momento de su vida ¿ ha llegado a pensar seriamente en la posibilidad de suicidarse, de quitarse la vida ?

Sí..... 1
No..... 2 → pasar a la pregunta 17a

16. Estos pensamientos ¿los ha tenido en los últimos 12 meses?

Sí..... 1
No..... 2

17.a) ¿Cómo piensa que es su vida social?

Muy satisfactoria 1
Más bien satisfactoria 2
Más bien insatisfactoria 3
Muy insatisfactoria 4

17.b) ¿Considera que su salud en general es...?

Muy buena 1
Buena 2
Normal 3
Mala 4
Muy mala 5

A continuación tiene una lista de situaciones que se producen en la vida cotidiana, relacionadas con lo que otras personas hacen o pueden hacer para ayudarnos.

18. Le pedimos que haga un círculo en la casilla en la que crea que se encuentra usted. Si su situación es la mejor, y por lo tanto recibe "Tanto como deseo", entonces haría un círculo al número 1, "Tanto como deseo". La situación peor sería cuando usted "recibe" menos que lo que usted querría, "Menos de lo que deseo"; entonces haría un círculo al número 5. Si usted no se encuentra en los extremos, haga un círculo en el espacio que cree que mejor se adecua a su situación.

	Tanto como deseo				Menos de lo que deseo
a) Recibo invitaciones para distraerme y salir con otras personas	1	2	3	4	5
b) Recibo amor y afecto	1	2	3	4	5
c) Tengo la posibilidad de hablar con alguien de mis problemas en el trabajo y/o en casa	1	2	3	4	5
d) Tengo la posibilidad de hablar con alguien de mis problemas personales y familiares	1	2	3	4	5
e) Tengo la posibilidad de hablar con alguien de mis problemas económicos	1	2	3	4	5
f) Cuento con personas que se preocupan de lo que me sucede a mí	1	2	3	4	5
g) Recibo consejos útiles cuando me ocurre algún acontecimiento importante en mi vida	1	2	3	4	5
h) Recibo ayuda cuando estoy por enfermedad en la cama	1	2	3	4	5

19. Escriba una cifra

Aproximadamente ¿Cuánto pesa sin zapatos? kilogramos

20. Escriba una cifra

Aproximadamente ¿Cuánto mide sin zapatos? centímetros

21.a) Según su estatura, ¿cree usted que su peso actual es?

Excesivo 1
Normal 2
Escaso 3

21.b) ¿Está usted satisfecho/a con su peso o le gustaría pesar más o menos que lo que pesa actualmente?

- Estoy satisfecho/a con mi peso actual 1
- Me gustaría perder peso 2
- Me gustaría ganar peso 3
- Ns/Nc 4

22. ¿Podría indicarme, aproximadamente, cuántas horas al día duerme usted habitualmente?

Horas

SÓLO PARA QUIENES VIVAN CON MENORES DE 15 AÑOS, en caso contrario, pasar a la pregunta 24

23. ¿Se ocupa usted del cuidado de las personas menores de 15 años que viven en su domicilio?

- Siempre o casi siempre 1
- De forma intermitente, compartiendo con mi pareja..... 2
- De forma intermitente, compartiendo con una persona contratada..... 3
- En raras ocasiones..... 4
- Nunca..... 5

SÓLO PARA QUIENES VIVAN CON PERSONAS DISCAPACITADAS, en caso contrario, pasar a la pregunta 25

24. ¿Se ocupa usted del cuidado especial de las personas discapacitadas que viven en su domicilio?

- Siempre o casi siempre 1
- De forma intermitente, compartiendo con mi pareja..... 2
- De forma intermitente, compartiendo con una persona contratada..... 3
- En raras ocasiones 4
- Nunca..... 5

SÓLO PARA QUIENES CONVIVAN CON PERSONAS MAYORES DE 65 AÑOS, en caso contrario, pasar a la pregunta 26

25. ¿Se ocupa usted del cuidado de las personas mayores de 65 años que viven en su domicilio?

- Siempre o casi siempre 1
- De forma intermitente, compartiendo con mi pareja..... 2
- De forma intermitente, compartiendo con una persona contratada..... 3
- En raras ocasiones..... 4
- Nunca..... 5
- No es necesario, se valen por ellas mismas..... 6

PARA TODAS LAS PERSONAS PRACTICAS PREVENTIVAS

Las siguientes preguntas se refieren a una serie de cuidados o actividades preventivas que usted puede realizar. Haga un círculo en el número correspondiente a su respuesta.

26. ¿Se toma (o le toman) la tensión arterial al menos una vez al año?

- Sí..... 1
- No..... 2

27. ¿Cuándo se ha tomado (o le han tomado) la tensión por última vez?

- Nunca 1 → (pasar a la pregunta 30)
- Hace menos de un año 2
- Hace más de un año y menos de dos..... 3
- Hace más de dos y menos de tres años 4
- Hace más de 3 y menos de 4 años..... 5
- Hace más de cuatro años..... 6

28. ¿Le han dicho alguna vez que tiene hipertensión?

Sí..... 1
No..... 2 → (pasar a la pregunta 30)

29. Actualmente ¿está haciendo alguna cosa para controlar su tensión arterial como:
(Haga un círculo en cada una de las opciones correspondientes a la respuesta elegida)

	Sí	No
Tomar medicamentos	1	2
Control de peso	1	2
Disminuir la sal	1	2
Hacer ejercicio	1	2
Otros	1	2

30. ¿Cuándo le han hecho el último análisis de colesterol?
Nunca 1 → (pasar a la pregunta 33)
Hace menos de 1 año 2
Hace más de 1 año y menos de dos 3
Hace más de dos y menos de tres años 4
Hace más de 3 y menos de 4 años 5
Hace más de cuatro años 6

31. Le han dicho que tiene el colesterol alto?
Sí..... 1
No..... 2 → (pasar a la pregunta 33)

32. Actualmente ¿está haciendo alguna cosa para controlar su nivel de colesterol como:

	Sí	No
Tomar medicamentos	1	2
Control de peso	1	2
Hacer ejercicio	1	2
Otros	1	2

Las siguientes preguntas tratan sobre medidas que se pueden tomar para evitar o disminuir los accidentes en la carretera o en la calle.

33. ¿Suele usted ponerse el cinturón de seguridad cuando conduce...

	Siempre	Casi siempre	Muchas veces	Algunas veces	Solo alguna vez	Nunca	Nunca conduzco
a) por ciudad?	1	2	3	4	5	6	7
b) por carretera?	1	2	3	4	5	6	7

34. ¿Suele usted ponerse el cinturón de seguridad cuando va en coche como acompañante...

	Siempre	Casi siempre	Muchas veces	Algunas veces	Solo alguna vez	Nunca	Nunca voy como acompañante
a) por ciudad?	1	2	3	4	5	6	7
b) por carretera?	1	2	3	4	5	6	7

35. ¿Suele viajar en motocicleta?

Sí 1

No 2 → (pasar a la pregunta 37)

36. Cuando viaja en motocicleta, ¿suele usar el casco?

	Siempre	Casi siempre	Muchas veces	Algunas veces	Solo alguna vez	Nunca
a) por ciudad?	1	2	3	4	5	6
b) por carretera?	1	2	3	4	5	6

37. ¿Suele desplazarse en bicicleta?

Sí 1

No 2 → (pasar a la pregunta 39)

38. Cuando viaja en bicicleta, ¿suele usar el casco?

	Siempre	Casi siempre	Muchas veces	Algunas veces	Solo alguna vez	Nunca
a) por ciudad?	1	2	3	4	5	6
b) por carretera?	1	2	3	4	5	6

SÓLO PARA QUIENES TENGAN HIJOS/AS MENORES DE 14 AÑOS, en caso contrario, pase a la pregunta 40

39. Cuando va en automóvil, ¿su hijo/a menor de 14 años va sujeto/a con algún sistema de seguridad adecuado a su edad como el cuco, la sillita, el cojín-elevador, el cinturón de seguridad?

	Siempre	Casi siempre	Muchas veces	Algunas veces	Solo alguna vez	Nunca
a) por ciudad?	1	2	3	4	5	6
b) por carretera?	1	2	3	4	5	6

PARA TODAS LAS PERSONAS

Todos los años, por esta época, hay una campaña de vacunación antigripal dirigida a ciertos grupos de población (personas enfermas crónicas, mayores de 65 años, . . .).

40. ¿Suele usted vacunarse contra la gripe cada año?

Sí 1 → (pasar a pregunta 42)

No 2

41. ¿Por qué motivo no suele vacunarse contra la gripe? Elija uno sólo, el más importante.

- No pertenezco a ninguno de los grupos a los que se recomienda 1
- Creo que no sirve para nada 2
- No conocía la recomendación de vacunarse contra la gripe 3
- Porque puede traer complicaciones 4
- No sé dónde hay que acudir 5
- Porque me sienta mal 6
- No me suelo acordar de ir 7
- No sé 8
- Contraindicación médica 9

42. ¿Ha acudido a su médico de cabecera o a su centro de salud en los últimos 12 meses?

Sí..... 1
 No..... 2 → (pasar a la pregunta 44)

43. En las consultas que ha tenido con su médico o enfermera, en alguna ocasión...

	Sí	No	No recuerda
a) ¿Le han preguntado si fuma?	1	2	3
b) ¿Le han preguntado cuánto alcohol bebe?	1	2	3
c) ¿Le han preguntado sobre el ejercicio físico que hace?	1	2	3
d) ¿Le han preguntado sobre sus hábitos sexuales?	1	2	3
e) ¿Le han pesado?	1	2	3
f) ¿Le han aconsejado sobre cuál es su peso corporal adecuado?	1	2	3
g) ¿Le han aconsejado sobre el ejercicio físico adecuado para usted?	1	2	3
h) ¿Le han hablado sobre el SIDA?	1	2	3

SOLO PARA MUJERES (HOMBRES PASAR A PREGUNTA 53)

Una mamografía es una radiografía de los pechos para detectar bultos y poder tratarlos a tiempo.

44. ¿Había oído alguna vez hablar de la mamografía?

Sí..... 1
 No..... 2

45. ¿Ha sido citada alguna vez por carta, desde el Programa de Detección Precoz del Cáncer de Mama de Osakidetza, para hacerse una mamografía?

Sí..... 1
 No..... 2 → Pase a la pregunta 48

46. ¿Acudió a hacerse las mamografías cuando le citaron?

Sí, en todas las citas 1 → Pase a la pregunta 48
 Sí, pero no en todas las citas 2 →
 Nunca 3 ↓

47. Señale, por favor, el motivo por el que no acudió. Elija uno sólo, el más importante

No recibí la carta a tiempo..... 1
 No me venía bien el día o la hora 2
 Tenía temor a la prueba 3
 Creo que no sirve para nada 4
 Creo que es perjudicial 5
 Iban a hacerme o me habían hecho recientemente otra en Osakidetza 6
 Iban a hacerme o me habían hecho recientemente otra en un centro privado..... 7

48. ¿Cuándo le han hecho la última mamografía?

Nunca..... 1 → Pase a la pregunta 50
 Hace menos de 1 año 2
 Hace más de 1 y menos de 2 años..... 3
 Hace más de 2 y menos de 3 años..... 4
 Hace más de 3 y menos de 4 años..... 5
 Hace más de 4 y menos de 5 años..... 6
 Hace más de 5 años..... 7

49. ¿Cómo llegó a hacerse la última mamografía?

- A través de la cita del Programa de Detección Precoz del Cáncer de Mama 1
- Por indicación de mi médico de Osakidetza 2
- Por indicación de mi médico privado 3

Una citología vaginal consiste en recoger una muestra de células de la vagina para poder prevenir algunas enfermedades.

50. ¿Había oído alguna vez hablar de la citología vaginal?

- Sí 1
- No 2

51. ¿Cuándo le han hecho la última citología vaginal?

- Nunca 1 → pase a la pregunta 53
- Hace menos de 1 año 2
- Hace más de 1 y menos de 2 años 3
- Hace más de 2 y menos de 3 años 4
- Hace más de 3 y menos de 4 años 5
- Hace más de 4 y menos de 5 años 6
- Hace más de 5 años 7

52. ¿Dónde le hicieron la última citología vaginal?

- En un centro asistencial de Osakidetza (Seguridad Social) 1
- En una consulta privada 2

PARA TODAS LAS PERSONAS ACTIVIDAD FÍSICA O EJERCICIO FÍSICO

Las siguientes preguntas se refieren a la actividad o ejercicio físico que usted realiza en el trabajo y en su tiempo libre.

53. ¿Qué frase describe mejor el trabajo que usted realiza, o la actividad que usted desarrolla habitualmente?

- Estoy habitualmente sentado/a durante todo el día y me desplazo en muy pocas ocasiones 1
- Trabajo de pie y/o me desplazo a menudo pero no tengo que levantar pesos. 2
- Transporto cargas ligeras y/o debo subir y bajar escaleras o cuestas frecuentemente. 3
- Tengo un trabajo en el que transporto cargas muy pesadas y/o requiere un esfuerzo físico importante 4

54. Durante su tiempo libre, ¿normalmente hace todo el ejercicio físico que desearía?

- Sí 1
- No 2

55.a) ¿Por qué?

- Porque no tengo tiempo 1
 - Porque no tengo un lugar adecuado 2
 - Porque no tengo fuerza de voluntad 3
 - Otras 4
- Pase a la pregunta 55.b)

55.b) Durante las dos últimas semanas ¿ha realizado alguna actividad física en su tiempo libre como hacer deporte, correr, nadar, andar en bicicleta, hacer gimnasia etc. . . ?

- Sí 1
- No 2 → (pasar a la pregunta 55.f)

55.c) Durante las dos últimas semanas ¿cuántas veces, y durante cuánto tiempo, ha practicado las actividades que aparecen en la tabla?
Escriba el número de veces y el tiempo medio que hace cada vez (si el tiempo es variable hacer una media) en las dos últimas semanas.

Actividad	Número de veces	Tiempo medio (minutos) /cada vez
Pasear		
Andar a paso ligero		
Footing, carrera de fondo		
Deportes de equipo(fútbol, baloncesto . . .)		
Gimnasia, Aerobic		
Bicicleta, Natación		
Deporte de pala y raqueta (squash, frontón, tenis . . .)		
Musculación, lucha, judo, karate		
Montañismo, senderismo		
Otros (especificar):		

55.d) En estas dos últimas semanas, de las actividades que ha realizado. ¿Hay alguna que le haya hecho sudar, durante al menos veinte minutos?

Sí..... 1
No..... 2

55.e) ¿Con qué frecuencia las ha realizado?

Una vez en los últimos 14 días..... 1
Una vez a la semana..... 2
Dos veces a la semana..... 3
Tres o cuatro veces a la semana..... 4
Cinco o más veces a la semana..... 5

55.f) ¿Cómo realiza habitualmente el trayecto desde su casa al lugar de trabajo o al centro de estudio?
(responda también si realiza estos trayectos acompañando a alguna persona, por ejemplo niños/as escolarizados)

Andando..... 1
En bicicleta..... 2
En vehículo particular (automóvil, motocicleta)..... 3
En transporte público..... 4
Mixto (combina transporte público y otro vehículo)..... 5
No realizo estos trayectos..... 6 → pasar a pregunta 56

55.g) En general, ¿cuál es la duración del trayecto desde su domicilio a su lugar de trabajo o centro de estudio?

15 minutos o menos..... 1
De 16 a 30 minutos..... 2
De 31 a 60 minutos..... 3
De 1 hora a 1,30 horas..... 4
De 1,31 a 2 horas..... 5
Más de 2 horas..... 6

55.h) ¿Cuántas veces realiza este trayecto diariamente, en los días laborables?

2 veces (ida y vuelta)..... 1
4 veces (2 idas y vueltas)..... 2
Más de 4 veces..... 3

CONDICIONES DE TRABAJO (PARA QUIENES TRABAJAN O HAN TRABAJADO)

Las condiciones de trabajo pueden estar muy relacionadas con la salud de las personas. Las siguientes preguntas van dirigidas a conocer cuáles son o han sido las condiciones de su trabajo.

Los/as jubilados/as y personas con una incapacidad laboral permanente deben de contestar a estas preguntas, refiriéndose al trabajo principal o que les haya ocupado más tiempo. (Se excluyen aquellos/as que estén realizando como única ocupación las labores del hogar, los/as estudiantes y quienes busquen su primer empleo → Pasar a la pregunta 60)

56. ¿Hasta qué punto está usted satisfecho/a con su trabajo?

- Muy satisfecho/a 1
 Satisfecho/a 2
 Insatisfecho/a 3
 Muy insatisfecho/a 4

57. Por favor, conteste a todas estas preguntas indicando con qué frecuencia su trabajo le obliga o le obligaba a

	Siempre	Casi siempre	Muchas veces	Algunas veces	Solo alguna vez	Nunca
a) Permanecer mucho tiempo de pie.	1	2	3	4	5	6
b) Permanecer mucho tiempo en una postura difícil, incómoda o cansada a la larga	1	2	3	4	5	6
c) Efectuar desplazamientos a pie, largos o frecuentes	1	2	3	4	5	6
d) Llevar o desplazar cargas pesadas	1	2	3	4	5	6
e) Sufrir vibraciones o sacudidas	1	2	3	4	5	6
f) Trabajar mirando a una pantalla de ordenador	1	2	3	4	5	6
g) Prestar concentración o atención continuada	1	2	3	4	5	6
h) Repetir los mismos movimientos una y otra vez	1	2	3	4	5	6

58. En su puesto de trabajo, ¿con qué frecuencia se expone o se ha expuesto a:

	Siempre	Casi siempre	Muchas veces	Algunas veces	Solo alguna vez	Nunca
a) Respirar humos, polvo o productos tóxicos?	1	2	3	4	5	6
b) Manipular o estar en contacto con productos tóxicos o nocivos?	1	2	3	4	5	6
c) Contagio por bacterias, virus u otros agentes biológicos	1	2	3	4	5	6
d) Ruido de nivel elevado, que no permite seguir una conversación con otro compañero/a que esté a 3 metros	1	2	3	4	5	6
e) Sufrir lesiones por el lanzamiento o caída de materiales y objetos	1	2	3	4	5	6
f) Sufrir una caída de altura	1	2	3	4	5	6
g) Sufrir una descarga eléctrica fuerte; quemaduras o herirse por las máquinas o materiales	1	2	3	4	5	6
h) Sufrir un accidente de circulación	1	2	3	4	5	6
i) Radiaciones ionizantes (rayos X, gamma)	1	2	3	4	5	6

59. Por favor, en relación a su trabajo actual, señale el grado de acuerdo o desacuerdo con cada una de las siguientes frases: Los/as jubilados/as y personas con una incapacidad laboral permanente deben de contestar a estas preguntas, refiriéndose al trabajo que han realizado durante mayor tiempo o al que consideran de mayor relevancia.

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
a) En mi trabajo tengo que aprender cosas nuevas.	1	2	3	4
b) En mi trabajo realizo muchas tareas repetitivas.	1	2	3	4
c) Mi trabajo requiere que sea creativo/a.	1	2	3	4
d) Mi trabajo me permite tomar muchas decisiones por mí mismo/a.	1	2	3	4
e) Mi trabajo requiere un alto nivel de capacitación.	1	2	3	4
f) Tengo muy poca libertad para decidir cómo realizar mi trabajo.	1	2	3	4
g) En mi trabajo puedo hacer muchas tareas distintas.	1	2	3	4
h) Tengo mucha influencia en lo que me ocurre en mi trabajo.	1	2	3	4
i) En mi trabajo tengo la oportunidad de desarrollar mis habilidades especiales.	1	2	3	4
j) Mi trabajo requiere trabajar muy rápido.	1	2	3	4
k) Mi trabajo requiere trabajar muy duro.	1	2	3	4
l) No tengo que realizar una cantidad excesiva de trabajo.	1	2	3	4
m) Tengo tiempo suficiente para realizar mi trabajo.	1	2	3	4
n) No recibo órdenes contradictorias dadas por otros	1	2	3	4

PARA TODAS LAS PERSONAS TABACO

Las siguientes preguntas se refieren al consumo de tabaco.

Se llama fumar de forma pasiva o "involuntaria" a estar expuesto al humo de los cigarrillos que fuman los demás. Independientemente de que usted fume o no...

60.- Conteste, por favor, a todas las preguntas indicando con qué frecuencia suele estar usted expuesto/a al humo del tabaco de los demás...

	Si, todos los días	Si, con mucha frecuencia	Si, de vez en cuando	Si, pero raras veces	Nunca
a) En su casa	1	2	3	4	5
b) En su lugar de trabajo o estudio (los jubilados, parados, deben responder pensando en el lugar donde pasan la mayor parte de la jornada)	1	2	3	4	5
c) En otros lugares cerrados como cafeterías, restaurantes, clubs, automóviles, etc.	1	2	3	4	5

61. A lo largo de su vida ¿ Ha fumado más de 100 cigarrillos (5 paquetes)?

Sí..... 1

No..... 2

—————> PASE A LA PAGINA SIGUIENTE, PREGUNTA 75 (APARTADO RELATIVO AL ALCOHOL)

62. ¿Fuma usted todos los días?

Si
1

No
2

PARTE A

PARTE B

63. ¿A qué edad comenzó a fumar todos los días?

(Escriba la edad)

A la edad de años

64. Escriba la cantidad aproximadamente

(Anoté la cantidad)

¿Cuántos cigarrillos fuma al día? cigarrillos

¿Cuántos puros fuma al día? puros

¿Cuántas pipas fuma al día? pipas

65. ¿Traga usted el humo?

Sí..... 1

No..... 2

66. Me podría decir si con respecto al año pasado actualmente...

Señale con un círculo a cada pregunta (a-d)

	Sí	No
a) Fuma más	1	2
b) Fuma menos	1	2
c) Fuma una marca más fuerte	1	2
d) Fuma una marca más suave	1	2

67. ¿Ha intentado usted dejar de fumar en los últimos 12 meses?

Sí..... 1

No..... 2

68. ¿Le gustaría dejar de fumar?

Sí..... 1

No..... 2

69. ¿Cuál de las frases siguientes describiría su comportamiento respecto al tabaco?

Fumo sólo en ocasiones..... 1

Antes fumaba en ocasiones..... 2

Antes fumaba todos los días..... 3

pasar a la p. 75
página siguiente

70. ¿Hace cuánto tiempo dejó de fumar?

Menos de tres meses..... 1

De tres a seis meses..... 2

De seis meses a 1 año..... 3

De un año a dos años..... 4

Más de 2 años..... 5

71. ¿A qué edad comenzó a fumar todos los días?

A la edad de años

72. Aproximadamente

¿Cuántos cigarrillos fumaba al día? cigarrillos

¿Cuántos puros fumaba al día? puros

¿Cuántas pipas fumaba al día? pipas

73. ¿Tragaba usted el humo?

Sí..... 1

No..... 2

74. En la consulta de su médico de cabecera, ¿el médico o la enfermera le han aconsejado alguna vez que deje de fumar?

Sí..... 1

No..... 2

No lo recuerdo..... 3

No he ido a mi médico de cabecera..... 4

ALCOHOL

Las siguientes preguntas se refieren al consumo de alcohol.

Haga un círculo en el número correspondiente a su respuesta y siga la flecha que le indica la parte del cuestionario que debe realizar.

75. ¿Ha pensado alguna vez que debería beber menos?

Sí..... 1

No..... 2

76. ¿Le ha molestado que la gente le haya criticado su forma de beber?

Sí..... 1

No..... 2

77. ¿Se ha sentido mal o culpable por su forma de beber?

Sí..... 1
No..... 2

78. ¿Ha bebido alguna vez a primera hora de la mañana para calmar los nervios o evitar la resaca?

Sí..... 1
No..... 2

79. Durante los últimos doce meses ¿Con qué frecuencia ha consumido bebidas que contengan alcohol (vino, sidra, cerveza, brandy...)?

- 1.Diariamente
- 2.De 4 a 6 veces por semana
- 3.De 2 a 3 veces por semana
- 4.Una vez por semana



PARTE A

PREGUNTA 80 y SIGUIENTES

- 5.Una vez cada quince días
- 6.Una vez al mes
- 7.Menos de una vez al mes
- 8.No he bebido en los últimos 12 meses



PARTE B

PREGUNTA 85 y SIGUIENTES

80. Sin contar las veces en las que usted probó ocasionalmente el alcohol, ¿a qué edad empezó a beber habitualmente?

Escriba la edad

A la edad de años

CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHOLICAS EN UN DIA LABORAL

81. Tenga en cuenta lo consumido durante las comidas (desayuno, almuerzo, comida y cena) así como fuera de las mismas (txikiteo, vinos, aperitivos, copas). (Si en el momento de rellenar la encuesta es lunes, anotar lo bebido el último jueves)

Durante el día de ayer ...

Escriba la cantidad

- | | | |
|-------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------|
| ¿Cuántos vasos de sidra bebió Vd.? | <input type="text"/> | vasos de sidra |
| ¿Cuántos vasos de vino bebió Vd. (2 chiquitos de bar = 1 vaso) | <input type="text"/> | vasos de vino |
| ¿Cuántas cañas de cerveza bebió Vd. (2 cortos o zuritos = 1 caña) | <input type="text"/> | cañas de cerveza |
| ¿Cuántas copas (de anís, Whisky, pacharán, de brandy. . .) bebió Vd.? | <input type="text"/> | copas |
| ¿Cuántos combinados (cubas, gin-tonics, gin-kas. . .) bebió Vd.? | <input type="text"/> | combinados |
| ¿Cuántos kalimotxos bebió Vd.? | <input type="text"/> | kalimotxos |
| ¿Cuántos vermut, bitters, finos, bebió Vd.? (2 marianitos = 1 vermut) | <input type="text"/> | vermut |
| ¿Cuántos chupitos de licor bebió Vd.? | <input type="text"/> | chupitos |

CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHOLICAS EN EL FIN DE SEMANA

82. Tenga en cuenta lo consumido durante las comidas (desayuno, almuerzo, comida y cena) así como fuera de las mismas (txikiteo, vinos, aperitivos, copas). (Anotar lo consumido el Viernes, el Sábado y el Domingo)

Y durante el pasado Fin de semana

Escriba la cantidad

	<u>VIERNES</u>	<u>SÁBADO</u>	<u>DOMINGO</u>
.¿Cuántos vasos de sidra bebió Vd.?	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
.¿Cuántos vasos de vino bebió Vd.? (2 chiquitos de bar = 1 vaso)	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
.¿Cuántas cañas de cerveza bebió Vd.? (2 cortos o zuritos = 1 caña)	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
.¿Cuántas copas (de anís, Whisky, pacharán, de brandy . . .) bebió Vd.?	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
.¿Cuántos combinados (cubas, gin-tonics, gin-kas. . .) bebió Vd.?	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
.¿Cuántos kalimotxos bebió Vd.?	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
.¿Cuántos vermut, bitters, finos, bebió Vd.? (2 marianitos =1 vermut)	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
.¿Cuántos chupitos de licor bebió Vd.?	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

83. Durante los últimos 12 meses, diría que

Bebo más que antes 1

Bebo menos que antes 2

Mi consumo no ha variado en los últimos 12 meses..... 3

84. En la consulta de su médico de cabecera, ¿el médico o la enfermera le han informado que el consumo de excesivo de alcohol es perjudicial para su salud?

Sí 1

No 2

No lo recuerdo 3

No he ido a mi médico de cabecera..... 4

FIN DE LA ENCUESTA
MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

PARTE B (PARA QUIENES NO HAN CONTESTADO LA PARTE A)

85. ¿Qué frase describiría mejor su consumo de alcohol a lo largo de su vida?

- No he bebido jamás 1 → FIN DE LA ENCUESTA
Bebo ocasionalmente 2
He bebido con regularidad pero ahora no bebo o lo hago ocasionalmente 3
-

86. ¿A qué edad comenzó a beber con regularidad?

A la edad de años

87. ¿A qué edad dejó de beber alcohol con regularidad?

A la edad de años

88. ¿Con qué frecuencia bebía Vd.?

- 1-4 veces al mes 1
2-3 veces a la semana 2
4-6 veces a la semana 3
Diariamente 4
-

89. ¿Qué cantidad bebía en cada ocasión?

- Una consumición 1
2 ó 3 consumiciones 2
4 ó 5 consumiciones 3
6 ó 7 consumiciones 4
Más de 7 consumiciones 5
-

90. ¿Qué tipo de bebida consumía con mayor frecuencia?

(Elija sólo una, la de mayor consumo)

- Vino 1
Cerveza 2
Licores 3
Combinados 4
Otros 5
Indistintamente 6
-

91. ¿Cuál es la razón principal por la que dejó de beber?

- No lo necesito, ni lo considero importante 1
No me gusta 2
Por razones médicas o de salud 3
Por razones morales o religiosas 4
Porque bebía demasiado 5
Me resultaba caro 6
En mi familia había alguien con problemas con el alcohol 7
Otras (especificar) 8
-

FIN DE LA ENCUESTA
MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

