

López Cozar, R. y Rebollo, S. (2002). Análisis de la relación entre práctica deportiva y características sociodemográficas en personas mayores. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, vol. 2 (5) pp. 69-98  
<http://cdeporte.rediris.es/revista/revista5/artcalidad.htm>

## **ANÁLISIS DE LA RELACIÓN ENTRE PRÁCTICA DEPORTIVA Y CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS EN PERSONAS MAYORES**

### **ANALYSIS OF THE RELATION ABOUT SPORT PRACTICE AND CHARACTERISTICS DEMOGRAPHIC SOCIALES IN OLD POPULATION**

**López-Cózar, R.\* y Rebollo, S.\*\***

\* Rocío López-Cózar. Doctoranda Departamento de Educación Física y Deportiva. Universidad de Granada. [rociolcm@hotmail.com](mailto:rociolcm@hotmail.com)

\* Dra. Socorro Rebollo Rico. Profesora del Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de Granada  
[srebollo@urg.es](mailto:srebollo@urg.es)

#### **RESUMEN**

El siguiente estudio es resultado del trabajo de investigación de fin de programa de doctorado denominado “Actividad Física y Salud”, realizado en el Departamento de Educación Física y Deportiva de la Universidad de Granada. El objetivo es analizar y conocer las características sociodemográficas de una población mayor de 65 años rural y su relación con la práctica deportiva como indicador de calidad de vida de estas personas.

#### **ABSTRACT**

The objective of this investigation is to analyze the social and demographic characteristics of an old population of rural means. And to know the relation the social and demographic characteristics with the sport practice.

#### **PALABRAS CLAVES**

Actividad Física, Deporte, Salud, Calidad de vida, Rural.

#### **1. INTRODUCCION**

Desde la segunda mitad del siglo XX se están produciendo cambios muy notables en la estructura de las pirámides poblacionales de los países desarrollados, particularmente respecto a la proporción de personas mayores

de 65 años, que progresivamente va aumentando y que previsiblemente va a continuar creciendo al menos al principio del siglo XXI.

En España, a principios del siglo XX, la población mayor de 65 años era del 5.3% del total de los individuos; en los setenta era del 9-10%, mientras que en la actualidad el 15.8% de la población española es mayor de 65 años, lo que supone un total de 6.320.000 personas.

Estamos atravesando un período que los expertos califican de "transición demográfica", con un envejecimiento progresivo que se irá acelerando a partir del año 2020. Las proyecciones hablan además de un crecimiento anual del 1.2%, por lo que en tan sólo 25 años habrá 2.4 millones más de ancianos en nuestro país. Esta situación tendrá enormes repercusiones tanto en los sistemas de protección social, como en la forma de organización de la vida familiar, social y laboral. (Datos obtenidos del Instituto Nacional de Estadística).

Las razones de estas transformaciones demográficas no están totalmente aclaradas, pero indudablemente están involucrados: el descenso de la fecundidad y el aumento de la esperanza de vida al nacimiento (78 años para los hombres y 81 para las mujeres). Lo que nos conduce, a un envejecimiento progresivo de la población y a una mayor esperanza de vida.

Investigaciones relacionadas con las personas mayores están surgiendo debido al aumento cada vez mayor de este grupo de población. Conocer cuales son los hábitos, comportamientos, actitudes y salud de este grupo poblacional es un objetivo prioritario en el ámbito científico.

Desde la investigación aplicada al campo de la actividad física y el deporte, la calidad de vida y su relación con la práctica deportiva, es una línea de trabajo que despierta gran interés. Calidad de vida relacionada con el estilo de vida definido por Henderson, Hall y Lipton (1980), como "el conjunto de pautas y hábitos comportamentales cotidianos de una persona". En una sociedad no hay un único estilo de vida saludable, sino muchos y el estilo de vida saludable ideal no existe. En realidad deberíamos hablar de hábitos saludables de vida, ya que los hábitos de vida y los hábitos de salud van íntimamente ligados.

La actividad física y deportiva aparece como un indicador dentro de los múltiples factores que definen la calidad de vida: factores o elementos físicos, como de elementos psicológicos y sociales que configuran la vida de las personas. En resumen, se trata de un macro concepto que integra diferentes vertientes entre las que cabe incluir la satisfacción, el bienestar subjetivo, la felicidad y el estado de salud físico, psíquico y social. (Martínez Vizcaíno y Lozano, 1998)

En este estudio tratamos de analizar y conocer las características sociodemográficas de la población mayor de 65 años de Huetor Vega,

perteneciente a la asociación de pensionistas "La Nava", y su relación con la práctica deportiva como indicador de calidad de vida de estas personas.

## **2. OBJETIVO DE LA INVESTIGACIÓN**

El objetivo que nos planteamos en esta investigación es el análisis de las características sociodemográficas de la Asociación de Pensionista "La Nava" en Huetor Vega (Granada) y su relación con la práctica física como hábito de vida.

## **3. MÉTODO**

### *3.1. Muestra*

El universo o población de estudio está constituido por la población mayor de 65 años que pertenece a la Asociación de Pensionistas "La Nava" de Huetor Vega, en Granada. Huetor Vega es un municipio de la provincia de Granada, con una población de 8.575 habitantes, de esta los mayores de 65 años constituye un 10.2%. (Datos obtenidos del Sistema de Información Multiterritorial de Andalucía). En este municipio se encuentra la Asociación de Pensionista "La Nava", que cuenta con 730 socios, todos mayores de 65 años; de los que 422 son mujeres y 308 son varones.

El tamaño total de la muestra es de 66 personas, de los cuales tras realizar una estratificación por género, 27 eran hombres y 39 mujeres, elegidos de forma aleatoria y probabilística. Así pues considerando el tamaño de la muestra, compuesta por 66 personas, establecemos un error muestral del  $\pm 10\%$  y un margen de confianza del 95.5 %, teniendo en cuenta la tabla para la determinación de una muestra sacada de una población finita, para márgenes de error del uno, dos, tres, cuatro, cinco y diez por cien, en la hipótesis de  $p=50\%$  (Arkin y Colton, Tables for statisticians).

### *3.2. Diseño*

El diseño utilizado en este trabajo es un diseño de tipo no experimental seccional y descriptivo, que nos ha permitido analizar este segmento de población en un momento determinado.

### *3.3. Instrumental*

La encuesta ha sido nuestra técnica de obtención de datos y hemos empleado como instrumento básico el cuestionario (Anexo1). La aplicación del cuestionario ha sido mediante entrevista personal. El trabajo de campo se desarrolló en el Centro Social "La Nava" en Huetor Vega, previa cita telefónica con los entrevistados.

### *3.4. Análisis de los datos*

Tras la tabulación y mecanización de los datos, hemos llevado a cabo el análisis de los datos obtenidos mediante SPSS, programa que se ha seleccionado por su orientación al campo sociológico (Scientific Packet Social Statistic) y que nos ha posibilitado la puesta en práctica de las técnicas estadísticas precisas para nuestro estudio. Hemos llevado a cabo la aplicación de estadística descriptiva e inferencial para el tratamiento de los datos.

## 4. RESULTADOS

### 4.1. Estadística Descriptiva

Analizando la edad por estratos, a partir de los 65 años encontramos: de 65-70 años el porcentaje de la población es 57.6%, de 71-75 años la distribución de frecuencias es de 19.7%, la población entre 76-80 años supone otro 19.7% y las personas mayores de 80 años son un 3.0% de la población, como podemos comprobar en la Tabla 1.

Tabla 1. Distribución de frecuencias por edad.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	65-70	38	57,6	57,6	57,6
	71-75	13	19,7	19,7	77,3
	76-80	13	19,7	19,7	97,0
	-80	2	3,0	3,0	100,0
	Total	66	100,0	100,0	

La estratificación en función del género para la selección de la muestra de estudio nos lleva a una población masculina de un 40,9% y la femenina de un 59,1% (Tabla 2.)

Tabla 2. Distribución de frecuencias por género

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Hombre	27	40,9	40,9	40,9
	Mujer	39	59,1	59,1	100,0
	Total	66	100,0	100,0	

El análisis del estado civil como podemos observar en la Tabla 3., resalta la existencia de una gran mayoría de casados/as, concretamente un 56,1 %, de viudos/as 37,9%, y una pequeña representación de soltero/a y separado/a con un 3,0%, mientras que los divorciados/as no se dan en esta población.

Tabla 3. Distribución de frecuencias según el estado civil

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos Soltero/a	2	3,0	3,0	3,0
Casado/a	37	56,1	56,1	59,1
Viudo/a	25	37,9	37,9	97,0
Divorciado/a separado/a	2	3,0	3,0	100,0
Total	66	100,0	100,0	

El nivel de estudios de la población desde una perspectiva global muestra que un 60,6% sabe leer pero no tiene estudios, un 21,2% ha cursado estudios primarios, un 10,6% no sabe leer, un 6,1% tiene estudios secundarios y un 1,5% ha realizado estudios de FP de segundo grado como indica la Tabla 4.

Tabla 4. Distribución de frecuencias según nivel de estudios

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos No sabe leer	7	10,6	10,6	10,6
Sabe leer	40	60,6	60,6	71,2
Primarios	14	21,2	21,2	92,4
Secundarios	4	6,1	6,1	98,5
FP Segundo grado	1	1,5	1,5	100,0
Total	66	100,0	100,0	

La situación laboral actual de la población es jubilado/a un 84,8%, el 18,2 % se dedica a sus labores, un 3,0% sigue trabajando después de los 65 y el 1,5% está en paro o estudia en aulas de mayores, como podemos observar en la Tabla 5. El análisis de la profesión desempeñada, que sin duda va ligado al nivel de estudios de la población, nos muestra en la Tabla 6. que el mayor porcentaje es de obreros no especializados, peones y servicio doméstico con un 36,4%, obreros/as especializados un 9,1% y un 7,6% agricultor/a, vendedores y dependientes. El 10,6% de la población no ha trabajado.

Tabla 5. Distribución de frecuencias según la situación laboral

	Si	No	Total
Trabaja	3,0%	97,0%	100,0%
Sus labores	18,2%	81,8%	100,0%
Jubilado/a	84,8%	15,2%	100,0%
En paro	1,5%	98,5%	100,0%
Estudiante	1,5%	98,5%	100,0%

Tabla 6. Distribución de frecuencias según la profesión desempeñada.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Agricultor/a sin empleados	5	7,6	7,6	7,6
	Empresario/a comercial sin empleados	1	1,5	1,5	9,1
	Profesional liberal	3	4,5	4,5	13,6
	Trabajador/a manual artesano	4	6,1	6,1	19,7
	Funcionario	1	1,5	1,5	21,2
	Capataces encargado/a	1	1,5	1,5	22,7
	Representantes agentes comerciales	1	1,5	1,5	24,2
	Administrativos	1	1,5	1,5	25,8
	Obreros/as especializados	6	9,1	9,1	34,8
	Vendedores, dependientes	5	7,6	7,6	42,4
	Obreros no especializados, peones, serv.domestico	24	36,4	36,4	78,8
	Jornaleros del campo	4	6,1	6,1	84,8
	Resto no clasificable	3	4,5	4,5	89,4
	No ha trabajado	7	10,6	10,6	100,0
	Total	66	100,0	100,0	

#### 4.2. Estadística Inferencial

Al relacionar las variables de realización de actividad física y género, observamos en la Tabla 7., que el porcentaje de mujeres que han practicado o practican en la actualidad algún tipo de actividad física o deportiva es mucho mayor que los hombres, las mujeres lo hacen en un 39,4% frente a un 18,2% de los hombres.

Tabla 7. Tabla de contingencia de las variables práctica deportiva según el género.

			Sexo		Total
			Hombre	Mujer	
Realiza o ha realizado actividad física o deporte	Si	Recuento	12	26	38
		Frecuencia esperada	15,5	22,5	38,0
		% del total	18,2%	39,4%	57,6%
	No	Recuento	15	13	28
		Frecuencia esperada	11,5	16,5	28,0
		% del total	22,7%	19,7%	42,4%
Total	Recuento	27	39	66	
	Frecuencia esperada	27,0	39,0	66,0	
	% del total	40,9%	59,1%	100,0%	

El cruce de las variables práctica deportiva y edad, destaca que el mayor porcentaje de practicantes de actividad física o deportiva corresponde al intervalo de edad comprendido entre 65 y 70 años, un 33,3%, y que a partir de los 80 no realizan práctica deportiva (Tabla 8.)

Tabla 8. Tabla de contingencias de las variables práctica deportiva según la edad.

			Edad				Total
			65-70	71-75	76-80	-80	
Realiza o ha realizado actividad física o deporte	Si	Recuento	22	8	8	0	38
		Frecuencia esperada	21,9	7,5	7,5	1,2	38,0
		% del total	33,3%	12,1%	12,1%	,0%	57,6%
	No	Recuento	16	5	5	2	28
		Frecuencia esperada	16,1	5,5	5,5	,8	28,0
		% del total	24,2%	7,6%	7,6%	3,0%	42,4%
Total	Recuento	38	13	13	2	66	
	Frecuencia esperada	38,0	13,0	13,0	2,0	66,0	
	% del total	57,6%	19,7%	19,7%	3,0%	100,0%	

Si interpretamos la variable práctica deportiva junto con los estudios cursados vemos en la Tabla 9., que son las personas que saben leer pero no tienen estudios las que más realizan actividad física o deportiva con un 31,8%.

Tabla 9. Tabla de contingencias de las variables práctica deportiva según estudios.

			Estudios					Total
			No sabe leer	Sabe leer	Primarios	Secundarios	FP Segundo grado	
Realiza o ha realizado actividad física o deporte	Si	Recuento	5	21	9	2	1	38
		Frecuencia esperada	4,0	23,0	8,1	2,3	,6	38,0
		% del total	7,6%	31,8%	13,6%	3,0%	1,5%	57,6%
	No	Recuento	2	19	5	2	0	28
		Frecuencia esperada	3,0	17,0	5,9	1,7	,4	28,0
		% del total	3,0%	28,8%	7,6%	3,0%	,0%	42,4%
Total	Recuento	7	40	14	4	1	66	
	Frecuencia esperada	7,0	40,0	14,0	4,0	1,0	66,0	
	% del total	10,6%	60,6%	21,2%	6,1%	1,5%	100,0%	

Al cruzar la variable práctica deportiva con diferentes situaciones laborales podemos observar: la mayoría de nuestra población ya no trabaja y dentro de esa situación un 56,1% realiza algún tipo de practica física o deportiva (Tabla.10).En cuanto a las personas que realizan sus labores sólo un 12,1% práctica actividad física o deportiva, como muestra la Tabla 11. En relación a las personas jubiladas podemos observar en la Tabla 12., que son un 50% de los que se encuentran en esta situación los que realizan o han realizado actividad física o deportiva.

Tabla 10. Tabla de contingencias de las variables práctica deportiva según si trabaja o no.

			Trabaja		Total
			Si	No	
Realiza o ha realizado actividad física o deporte	Si	Recuento	1	37	38
		Frecuencia esperada	1,2	36,8	38,0
		% del total	1,5%	56,1%	57,6%
	No	Recuento	1	27	28
		Frecuencia esperada	,8	27,2	28,0
		% del total	1,5%	40,9%	42,4%
Total	Recuento	2	64	66	
	Frecuencia esperada	2,0	64,0	66,0	
	% del total	3,0%	97,0%	100,0%	

Tabla 11. Tabla de contingencias de las variables práctica deportiva y sus labores.

			Sus labores		Total
			Si	No	
Realiza o ha realizado actividad física o deporte	Si	Recuento	8	30	38
		Frecuencia esperada	6,9	31,1	38,0
		% del total	12,1%	45,5%	57,6%
	No	Recuento	4	24	28
		Frecuencia esperada	5,1	22,9	28,0
		% del total	6,1%	36,4%	42,4%
Total	Recuento	12	54	66	
	Frecuencia esperada	12,0	54,0	66,0	
	% del total	18,2%	81,8%	100,0%	

Tabla 12. Tabla de contingencias de las variables práctica deportiva y jubilación.

			Jubilado/a		Total
			Si	No	
Realiza o ha realizado actividad física o deporte	Si	Recuento	33	5	38
		Frecuencia esperada	32,2	5,8	38,0
		% del total	50,0%	7,6%	57,6%
	No	Recuento	23	5	28
		Frecuencia esperada	23,8	4,2	28,0
		% del total	34,8%	7,6%	42,4%
Total	Recuento	56	10	66	
	Frecuencia esperada	56,0	10,0	66,0	
	% del total	84,8%	15,2%	100,0%	

Existe una relación entre el nivel de ingresos mensuales con la práctica deportiva de la población, la Tabla 13, en este sentido resalta que el 39,4% de las personas que tienen unos ingresos comprendidos entre 50.000 y 100.000 pts. realizan actividad física.

Tabla 13. Tabla de contingencias de las variables práctica deportiva según ingresos mensuales.

			Ingresos mensuales					Total
			Menos de 50.000 pts	50.000 - 100.000 pts	100.000 - 200.000 pts	200.000 - 300.000 pts	Ns/Nc	
Realiza o ha realizado actividad física o deport	Si	Recuento	1	26	10	0	1	38
		Frecuencia esperada	1,7	27,1	8,1	,6	,6	38,0
		% del total	1,5%	39,4%	15,2%	,0%	1,5%	57,6%
	No	Recuento	2	21	4	1	0	28
		Frecuencia esperada	1,3	19,9	5,9	,4	,4	28,0
		% del total	3,0%	31,8%	6,1%	1,5%	,0%	42,4%
Total	Recuento	3	47	14	1	1	66	
	Frecuencia esperada	3,0	47,0	14,0	1,0	1,0	66,0	
	% del total	4,5%	71,2%	21,2%	1,5%	1,5%	100,0%	

## 5. DISCUSIÓN

Los estudios sobre los hábitos, las personas mayores y la calidad de vida, se han ido sucediendo a lo largo de las últimas décadas, ante la creciente importancia de este sector de la población y con el fin de conocer, profundizar y mejorar la calidad de vida en esa última etapa de la vida, que cada vez es más larga.



Dichos estudios han abarcado diferentes realidades sociales y diferentes tipos de poblaciones. Todos ellos han convenido en la importancia del análisis de la calidad de vida y en la necesidad de profundizar en las variables que determinan ésta, así como en la relación existente entre los diferentes estilos de vida y las condiciones en las que llegamos a la vejez. (Prior y Poza, 1990; Medina y Soriano, 1994; Martínez Vizcaíno y Lozano, 1998)

En nuestra discusión vamos a analizar, los resultados obtenidos del análisis estadístico, de la calidad de vida y los hábitos de las personas mayores pertenecientes a la Asociación de Pensionistas “La Nava” de Huetor Vega, Granada y la relación de éstos con las variables género, edad, estado civil, situación laboral, nivel de estudios e ingresos. Profundizando con mayor detalle en lo que al hábito de práctica física deportiva se refiere.

Debido a que cada vez tiene mayor relevancia la actividad física deportiva en nuestra sociedad, también han sido muy numerosos los estudios realizados sobre este tema con el fin de conocer y profundizar en los comportamientos y actitudes de la población en relación a la práctica deportiva, así como las repercusiones de la misma en la calidad de vida. (Durán, 1986; Gil, 1993; Cañellas y Rovira, 1996; García Ferrando, 1997; Rebollo, 1998)

La edad de nuestra población, se encuentra comprendida en su mayoría entre los 65 y 70 años, en cualquier caso a partir de ese límite vemos como conforme aumenta la edad disminuye la población, no sólo por la mortalidad sino porque cuanto mayor es la persona menos posibilidades y medios tiene para pertenecer a una asociación y desplazarse hasta la misma.

En el mundo rural la vejez es un estrato de población amplio, y en muchos casos, casi la única población, de los municipios rurales. En nuestro caso concretamente no es tan acusado por la cercanía del municipio a la capital. Según Eseca (1997), la evolución de la población desde el año 1996 al 2006 se caracterizará por su grado de envejecimiento, que aumentará cualquiera que sea la hipótesis que se realice.

Observamos el aumento de población femenina frente a la masculina de mayores de 65 años de la Asociación de Pensionistas de Huetor Vega. Como indica Camarero et al. (1992) existe un mayor número de mujeres ancianas debido a que aunque nacen 94,5 mujeres por cada 100 nacidos varones, a partir de los 40-50 años la mortalidad es mayor en el sexo masculino.

En cuanto al estado civil encontramos que la situación predominante es la de casado/a, siendo también muy abundante el estado de viudez. El nivel de estudios es bajo la mayoría de la población sabe leer, pero no posee estudios ningunos, son muy pocos los que tienen estudios básicos y casi ningunos los que presentan estudios superiores. Conforme aumenta la edad disminuye la alfabetización, es así que en la población de mayores es donde encontramos una mínima escolarización. (Rebollo, 1998).

La mayoría de la población tiene unos ingresos mensuales entre 50.000 y 100.000 pesetas, más cercanos a las cincuenta mil, la fuente es por jubilación. Normalmente el número de personas que depende de los ingresos suelen ser una o dos y por lo general la vivienda en la que habitan está ya pagada.

Estos datos junto con la profesión que ha desarrollado la mayoría a lo largo de su vida, obreros no especializados, servicio doméstico y agricultores, demuestra que el nivel socio económico cultural de la población es bajo. Estos resultados apoyan los que establecen otros autores como González et al. (1984), que indica que la sociedad rural es una imagen de depresión económica y de marginalidad cultural.

El perfil del practicante de actividad físico deportiva podemos decir que es principalmente de edad comprendida entre 65 y 70 años, ya que por encima de esta edad es mínimo el porcentaje que realiza deporte, esto es debido a que el porcentaje de personas que pertenecen a la asociación con más de 70 años también disminuye, a ello hemos de añadir el incremento de problemas de salud y una menor cultura deportiva. A medida que aumenta la edad decrece el interés por la actividad físico deportiva de la población rural (Rebollo 1998). Los ingresos medios mensuales entre 50.000 y 100.000ptas, que coinciden con los ingresos que tiene la mayoría de la población.

El estudio de García Ferrando (1997), destaca que los hombres practican más deporte que las mujeres. En lo que al nivel de estudios se refiere son las personas que poseen estudios superiores las que se inclinan por la práctica deportiva.

Rebollo (1998), en su análisis de la población rural muestra que la población que más interés presta a la práctica deportiva es la masculina y que la población universitaria concede también mayor importancia la realización de deporte.

En nuestro estudio hemos encontrado que las mujeres practican más que los hombres y el nivel de estudios es bajo como el de la mayoría de la población. La mayor práctica femenina tal vez es debida a que en la asociación se organiza actividades gimnásticas que erróneamente se les da una orientación femenina y si nos referimos a la práctica libre resaltaremos la mayor inclinación de las mujeres a relacionarse.

## **6. CONCLUSIONES**

Como conclusión general de esta investigación encontramos que los miembros de la Asociación de pensionistas "La Nava" en Huetor Vega, tienen un nivel socio económico cultural bajo, gozan de una buena calidad de vida y sus hábitos de vida son bastante saludables. De forma específica y en base a los objetivos específicos de la investigación hemos obtenido las siguientes conclusiones:

- La Asociación de Pensionista La Nava de Huetor Vega, Granada, se caracteriza por tener una población de edad comprendida entre los 65 y los 75 años. Con mayor porcentaje de mujeres. El estado civil de los integrantes es principalmente casados o viudos. La gran mayoría están jubilados y las profesiones que más han prevalecido son la de peones o jornaleros, servicio doméstico y agricultores. El nivel de estudios es muy bajo, casi la totalidad de la población sólo sabe leer, ni siquiera tiene estudios básicos. Los ingresos medios oscilan entre las 50.000 y las 100.000 pesetas., mensuales. De donde extraemos que el nivel socio económico cultural es bajo.

- Las personas que realizan algún tipo de actividad física, son en su mayoría mujeres, la edad media oscila entre 65 y 70 años, nivel de estudios bajo, sabe leer pero no posee estudios básicos. La situación laboral más frecuente es jubilado/a y los ingresos económicos entre 50.000 y 100.000 pesetas.

## 7. BIBLIOGRAFÍA

- Camarero, L.A., Sampedro, M.R.j y Vicente - Mazariegos, J.I. (1992). *Mujer y ruralidad*. El círculo quebrado. Madrid: Rumagraf.
- Cañellas, A. y Rovira J. (1996). *Los hábitos deportivos de las población barcelonesa 1995*. Resumen de los principales resultados de la encuesta realizada por el área del Ayuntamiento de Barcelona. *Revista de información y estudios sociales*, 5, 4 -21.
- Durán, J. (1997). *La actividad física y el deporte como medio de integración social*. El caso de los jóvenes socialmente desfavorecidos. *II Jornadas sobre Sociología del Deporte*. Instituto Andaluz del Deporte: Málaga.
- Eseca, (1997). *Informe económico financiero de Andalucía*. Granada: Caja General de Ahorros de Granada.
- García Ferrando, F. (1997). *Los españoles y el deporte, 1980-1995*. Madrid: Consejo Superior de Deportes y Tirant lo Blanch
- Gil, E. (1993). *Actitudes y comportamientos de las mujer granadina ante la práctica física de tiempo libre*. Tesis Doctoral. Granada: Departamento de personalidad, Evaluación y tratamiento psicológico.
- Henderson, J., Hall, M. y Lipton, H. (1980). *Changing self destructive behaviors*. San Francisco. Health Psychology.
- Martínez Vizcaíno, V. y Lozano, A. (1998). *Calidad de vida en ancianos*. Cuenca. Ediciones de la Universidad de Castilla la Mancha.
- Medina, M.E. y Soriano, M.M. (1994). *La calidad de vida de las personas que padecen insuficiencia renal crónica en la comunidad autónoma de Murcia*. *Política social y calidad de vida*. (209-216). Universidad de Granada. Granada.
- Prior, J.C. y De La Poza, J. (1990). *Aportaciones teóricas al estudio de la calidad de vida*. *Sociedad del bienestar y psicología social*. (25-37). Promociones y publicaciones universitarias, S.A. Barcelona.

Rebollo Rico, S. (1998). *Análisis de las variables que determinan la situación deportiva del entorno rural granadino*. Tesis Doctoral. Educación Física y Deportiva. Universidad de Granada.

**ANEXO 1**

**TITULO**

**BLOQUE I:**

**Ámbito:**  
**Universo o población:**  
**Tamaño de la muestra:**  
**Fecha de realización:**  
**Título del trabajo:**  
**Investigadores/ Datos:**

**BLOQUE II: PREGUNTAS**

Entrevistador:

Nº de cuestionario  (1)

Hola. Pertenece a la Universidad de Granada. Estamos realizando una encuesta totalmente anónima sobre los hábitos y la calidad de vida de la población mayor de 65 años granadina. El objetivo de este estudio es detectar en que medida influyen los hábitos que ustedes han tenido, en la calidad de vida que presentan actualmente. También nos gustaría conocer, las necesidades e intereses, sociales y sanitarios que más le preocupan a la población de su edad. Esperamos que con los datos obtenidos podamos mejorar su calidad de vida y que las generaciones venideras puedan modificar sus hábitos para lograr de un mejor bienestar. Por tanto, le rogamos que colaborara con nosotros dedicándonos parte de su tiempo para contestar una serie de preguntas relacionadas con el tema que nos ocupa. Muchas gracias por su participación y por ayudarnos a mejorar.

1. ¿A que fecha estamos?    Día                      Mes                      Año
2. ¿Qué día de la semana es hoy?
3. ¿Cuál es su domicilio?
4. ¿Cuál es su número de teléfono?

P.1. ¿Podría decirme, por favor, cuántos años cumplió en su último cumpleaños?  
(2)

65-	1
70.....	
71-	2
75.....	
76-	3
80.....	
>	80 4
.....	

P.2. Sexo

(3)

Hombre.....	1
-------------	---

- P.3. ¿Cuál es su estado civil?  
(4)
- Mujer..... 2
- Soltero/a..... 1
- Casado/a..... 2
- Viudo/a..... 3
- Divorciado/a, separado/a 4
- Otros..... 5
- P.4. ¿Dónde tiene usted su lugar de residencia habitual?  
(5)
- En Granada capital..... 1
- En un pueblo cercano..... 2
- Otros:..... 3
- P.5. ¿Podría decirme por favor qué estudios ha cursado?  
(6)
- No sabe leer..... 1
- Sin estudios, sabe leer..... 2
- Estudios primarios..... 3
- Estudios secundarios..... 4
- Formación profesional primer grado..... 5
- Formación profesional segundo grado..... 6
- Bachillerato..... 7
- Estudios Universitarios de Grado medio (Diplomatura)..... 8
- Estudios Universitarios de Grado superior (Licenciatura)..... 9
- P.6. ¿En cuál o cuáles de estas situaciones se encuentra?

	SI	NO	
Trabaja.....	1	2	(7)
Sus labores.....	1	2	(8)
Jubilado/a.....	1	2	(9)
En paro.....	1	2	(10)
Estudiante (aula para mayores).....	1	2	(11)

P.7. Podría indicarme, ¿en cuál de los siguientes grupos encuadraría la actividad laboral que desempeña o ha desempeñado a lo largo de su vida?  
(12)

Miembro de cooperativa agrícola.....	1
Agricultor/a sin empleados.....	2
Agricultor/a con empleados.....	3
Empresario/a comercial sin empleados.....	4
Empresario/a comercial con empleados.....	5
Profesional liberal (abogado, médico,...).....	6
Trabajador/a manual/artesano (albañil, fontanero/a ..)	7
Director/a de gran empresa (+ de 25 trabajadores).....	8
Director/a de empresa (- de 25 trabajadores).....	9
Perteneciente a la función pública.....	10
Mando Superior.....	11
Mando Intermedio.....	12
Capataces/encargados.....	13
Representantes, agentes comerciales.....	14
Administrativos.....	15
Obreros/as especializados.....	16
Vendedores, dependientes.....	17
Obreros no especializados, peones, serv. Doméstico..	18
Subalternos, conserjes.....	19
Otros asalariados no cualificados.....	20
Jornaleros del campo.....	21
Resto no clasificable.....	22
No ha trabajado.....	23

## RECURSOS SOCIALES

P.8. ¿Con quién vive usted?

	SI	NO	
Vive solo/a.....	1	2	(13)
Con padre/madre.....	1	2	(14)
Con pareja (esposo/a, novio/a).....	1	2	(15)
Con hijos/as.....	1	2	(16)
Con nietos/as.....	1	2	(17)
Con hermanos/as.....	1	2	(18)
Con otros familiares.....	1	2	(19)

Con amigos/as.....	1	2	(20)
Otros/as.....	1	2	(21)

P.9. Durante la semana pasada, ¿cuántas veces ha estado o ha hablado, aunque sea por teléfono, con alguien que no vive con usted? (ORIENTACIÓN ACLARATORIA: si ha ido a ver a alguien, si le han ido a visitar, si ha salido con otra persona a algo, si ha hablado por teléfono, tanto si le han llamado como si ha llamado él).  
(22)

- Todos los días..... 1
- Cuatro a seis veces..... 2
- Dos a tres veces..... 3
- Una vez..... 4
- Ninguna..... 5

P.10. Si usted estuviera enfermo o incapacitado ¿tendría alguien que le ayudara en todo lo que necesitase?  
(23)

- SI ..... 1
- NO (Pasar a P.12)..... 2
- NS/NC..... 3

P.11. ¿Qué relación tiene con esa persona?  
(24)

- Cónyuge o pareja..... 1
- Otro familiar..... 2
- Amigo/a..... 6
- Otros..... 7

**ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA (AVD)**

Ahora me gustaría preguntarle sobre algunas actividades cotidianas, cosas que todos necesitamos hacer como parte de nuestra vida diaria. Me gustaría saber si usted puede hacerlas sin ninguna ayuda, con alguna ayuda, o bien no puede hacerlas en el momento actual.

P.12. Por favor, conteste a las siguientes preguntas con “sí”, “no” o “con ayuda” en el caso en que necesite de otra persona, para realizar las siguientes actividades.

	SI	Con ayuda	NO	
¿Puede usar el teléfono?.....	1*	2	3	(25)
¿Puede viajar?.....	1*	2	3	(26)
¿Puede realizar las tareas del hogar?.....	1*	2	3	(27)
¿Puede tomar sus propios	1*	2	3	(28)



medicamentos?.....				
¿Puede manejar su propio dinero?.....	1*	2	3	(29)
¿Puede alimentarse?.....	1*	2	3	(30)
¿Puede realizar su aseo personal (peinarse....)?.....	1*	2	3	(31)
¿Puede caminar?.....	1*	2	3	(32)
¿Puede acostarse y levantarse de la cama?.....	1*	2	3	(33)

**\*(Pasar a la P.15)**

P13. ¿Tiene usted a alguien que le ayude en las tareas que anteriormente ha establecido que no puede realizar sólo o que necesita ayuda?  
(34)

SI..... 1

NO **(Pasar a P.15)**..... 2

P.14. ¿Qué relación tiene con la persona que le ayuda habitualmente?

	SI	NO	
Su pareja (esposo/a, novio/a).....	1	2	(35)
Algún familiar.....	1	2	(36)
Algún amigo/a.....	1	2	(37)
Un/a empleado/a.....	1	2	(38)
Otra:.....	1	2	(39)

### **SALUD FÍSICA**

Ahora vamos a hablar de su salud

P.15. Aproximadamente ¿cuántas veces ha ido usted al centro de salud en las dos últimas semanas?

(40)

Ninguna vez..... 1

Una vez..... 2

De una a tres veces..... 3

Más de tres veces..... 4

P.16. Durante los pasados seis meses ¿cuántos días ha estado sin realizar sus actividades diarias por estar enfermo?  
(41)

Ninguno..... 1

Algunos..... 2

Muchos..... 3

P.17. En el último año ¿cuántos días ha estado ingresado en el hospital?  
(42)

- Ninguno..... 1  
 Varios días..... 2  
 Varias semanas..... 3  
 Meses..... 4

P.18. Ahora le voy a leer una lista de las medicinas más comunes que la gente suele tomar ¿podría decirme si usted ha tomado alguna de ellas en las dos últimas semanas?

	SI	NO	NS/NC	
Medicinas para el "reuma".....	1	2	3	(43)
Medicinas para la tensión.....	1	2	3	(44)
Medicinas para el corazón.....	1	2	3	(45)
Medicinas para la circulación.....	1	2	3	(46)
Medicinas para la diabetes.....	1	2	3	(47)
Medicinas para los bronquios.....	1	2	3	(48)
Antibióticos.....	1	2	3	(49)
Pastillas para dormir, tranquilizantes.....	1	2	3	(50)
Otros .....	1	2	3	(51)

P.19. ¿Padece usted alguna de las siguientes enfermedades en este momento?  
 (SELECCIONE "SÍ" O "NO" PARA CADA UNA DE LAS SIGUIENTES. SI LA RESPUESTA ES "SÍ" PREGUNTE COMO INTERFIERE EN SUS ACTIVIDADES: "NADA", "ALGO" O "MUCHO" Y SEÑALE LA CASILLA APROPIADA).

	SI	NO	NS/NC	Nada	Algo	Mucho
Parkinson o temblores continuados.	1	2	3 (52)	1	2	3 (53)
Bronquitis crónica, asma.....	1	2	3 (54)	1	2	3 (55)
Parálisis de todo o parte de su cuerpo.....	1	2	3 (56)	1	2	3 (57)
Tuberculosis.....	1	2	3 (58)	1	2	3 (59)
Problemas de corazón.....	1	2	3 (60)	1	2	3 (61)
Diabetes Mellitus.....	1	2	3 (62)	1	2	3 (63)
Hipertensión arterial.....	1	2	3 (64)	1	2	3 (65)
Enfermedad del riñón.....	1	2	3 (66)	1	2	3 (67)
Enfermedad del aparato digestivo...	1	2	3 (68)	1	2	3

						(69)
Artrosis, artritis.....	1	2	3 (70)	1	2	3 (71)
Glaucoma, cataratas.....	1	2	3 (72)	1	2	3 (73)
Alteraciones de piel: quemaduras graves, úlceras por presión.....	1	2	3 (74)	1	2	3 (75)
Colesterol.....	1	2	3 (76)	1	2	3 (77)
Triglicéridos.....	1	2	3 (78)	1	2	3 (79)
Osteoporosis.....	1	2	3 (80)	1	2	3 (81)
Hipertrofia de próstata.....	1	2	3 (82)	1	2	3 (83)
Cáncer.....	1	2	3 (84)	1	2	3 (85)
Otros(ESPECIFICAR).....	1	2	3 (86)	1	2	3 (87)

P.20. ¿Cómo ve usted?

(88)

- Bien..... 1
- Regular..... 2
- Mal..... 3
- No ve nada..... 4

P.21. ¿Cómo oye usted?

(89)

- Bien..... 1
- Regular..... 2
- Mal..... 3
- No oye nada..... 4

P.22. ¿Cómo esta su dentadura?

	SI	NO	
Tiene caries.....	1	2	(90)
Utiliza dentadura postiza fija.....	1	2	(91)
Utiliza dentadura postiza removible (de quita y pon).....	1	2	(92)
Falta de piezas dentales.....	1	2	(93)
Tiene una buena dentadura.....	1	2	(94)

P.23. ¿Habitualmente utiliza usted alguna de las siguientes ayudas?

SI NO

Garrota o muleta.....	1	2	(95)
Andador.....	1	2	(96)
Silla de ruedas.....	1	2	(97)
Rodillera / media elástica.....	1	2	(98)
Faja ortopédica.....	1	2	(99)
Gafas o lentillas.....	1	2	(100)
Audífono.....	1	2	(101)
Ano artificial.....	1	2	(102)
Sonda.....	1	2	(103)
Riñón artificial.....	1	2	(104)
Otros:.....	1	2	(105)

### **SALUD MENTAL**

Ahora le voy a hacer preguntas acerca de cómo le va la vida en general.

P.24. Por favor, conteste a las siguientes preguntas con “sí”, “no” o “a veces”. Puede haber preguntas que no tengan sentido para usted, sin embargo, intente contestar según lo que más se ajuste a su situación actual.

	SI	NO	A veces	
¿Se levanta despejado/a y descansado/a casi todas las mañanas?.....	1	2	3	(106)
¿Está llena su vida diaria de cosas que le mantienen el interés?.....	1	2	3	(107)
¿Alguna vez ha estado deseando irse de su casa?.....	1	2	3	(108)
¿Le da la impresión de que nadie le entiende?.....	1	2	3	(109)
¿Ha pasado por temporadas, días o meses en las que le fuera imposible “ponerse en marcha”?.....	1	2	3	(110)
¿Se despierta con frecuencia por las noches?.....	1	2	3	(111)
¿Es usted feliz la mayor parte del tiempo?.....	1	2	3	(112)
¿Cree que tiene mucha gente en su contra?.....	1	2	3	(113)
¿Se siente a veces inútil?.....	1	2	3	(114)
Durante los últimos años ¿se ha encontrado bien casi siempre?.....	1	2	3	(115)
¿Se siente débil la mayor parte del tiempo?.....	1	2	3	(116)
¿Sufre dolores de cabeza?.....	1	2	3	(117)
¿Ha tenido dificultades para mantener el equilibrio al andar?.....	1	2	3	(118)

¿Le molestan los latidos de su corazón y la sensación de falta de aire?.....	1	2	3	(119)
Incluso cuando está con gente ¿se siente sólo/a la mayor parte del tiempo?.....	1	2	3	(120)

### **RECURSOS ECONÓMICOS**

Ahora me gustaría que me respondiera a algunas preguntas acerca de su situación económica.

P.25. ¿Cuáles son los ingresos mensuales, que por todos los conceptos, entran en su hogar?  
(121)

- Menos de 1  
50.000pts.....
- Entre 50.000 y 2  
100.000pts...
- Entre 100.000 y 3  
200.000pts.
- Entre 200.000 y 4  
300.000pts.
- Más de 300.000 5  
pts.....

P.26. ¿Actualmente sus ingresos son por?

	SI	NO	
Jubilado/a.....	1	2	(122)
Jubilado/a por incapacidad...	1	2	(123)
Viudedad.....	1	2	(124)
Pensión no contributiva.....	1	2	(125)
No recibe pensión.....	1	2	(126)
Otros.....	1	2	(127)

P.27. ¿Cuántas personas depende de sus ingresos, además de usted?  
(128)

- Ninguna..... 1
- Una..... 2
- Dos..... 3
- Tres a 4  
cuatro.....
- Cinco o más..... 5
- NS/NC..... 6

P.28. En cuanto a su vivienda:  
(129)

- Es propia, ya 1  
pagada.....
- La está 2  
pagando.....

Es alquiler.....	de 3
Vive en casa de algún familiar, amigo, etc. (sin pagar) .....	4
Otros:.....	5
NS/NC.....	6

**BIENESTAR SUBJETIVO**

- P.29. ¿Se siente solo/a? (130)
- |              |   |
|--------------|---|
| SI.....      | 1 |
| NO.....      | 2 |
| A veces..... | 3 |
- P.30. ¿Ve a sus familiares y amigos tan frecuentemente como quiere? (131)
- |                             |   |
|-----------------------------|---|
| Tanto como quiere.....      | 1 |
| Menos de lo que quiere..... | 2 |
| No los ve.....              | 3 |
- P.31. ¿Se siente autosuficiente para realizar las tareas de la vida diaria? (132)
- |              |   |
|--------------|---|
| SI.....      | 1 |
| NO.....      | 2 |
| A VECES..... | 3 |
- P.32. ¿Cómo calificaría su salud en el momento actual? (133)
- |              |   |
|--------------|---|
| Buena.....   | 1 |
| Regular..... | 2 |
| Mala.....    | 3 |
- P.33. ¿Cómo le afectan sus problemas de salud en su vida diaria? (134)
- |            |   |
|------------|---|
| Nada.....  | 1 |
| Algo.....  | 2 |
| Mucho..... | 3 |
- P.34. En general ¿cómo calificaría usted su estado de ánimo? (135)
- |              |   |
|--------------|---|
| Bueno.....   | 1 |
| Regular..... | 2 |
| Malo.....    | 3 |
- P.35. En general ¿encuentra la vida amena y agradable? (136)
- |         |   |
|---------|---|
| SI..... | 1 |
|---------|---|

	A veces.....	2
	NO.....	3
P.36. En el momento actual ¿con su vida se encuentra? (137)	Muy satisfecho.....	1
	Satisfecho.....	2
	Insatisfecho.....	3
	Muy insatisfecho.....	4
P.37. ¿Cree que tiene dinero suficiente para cubrir sus necesidades? (138)	SI.....	1
	NO.....	2
	NS/NC.....	3
P.38. ¿Cómo piensa que es su situación económica? (139)	Buena.....	1
	Regular.....	2
	Mala.....	3
	NS/NC.....	4

## HABITOS

### ALIMENTARIOS:

P.39. ¿Podría decirnos en qué medida han estado presentes en su dieta, a lo largo de su vida, los siguientes grupos de alimentos?

	Mucho 5/sem	Regular 3- 4/sem	Poco 1- 2/sem	Nada 0/sem	
Verduras.....	1	2	3	4	(140)
Frutas.....	1	2	3	4	(141)
Legumbres.....	1	2	3	4	(142)
Carnes.....	1	2	3	4	(143)
Pescados.....	1	2	3	4	(144)
Pastas.....	1	2	3	4	(145)
Fritos.....	1	2	3	4	(146)
Lácteos (derivados de la leche).....	1	2	3	4	(147)

P.40. ¿De forma genérica cuántas comidas solía hacer al día?  
(148)

Cinco.....	1
Cuatro.....	2
Tres.....	3
Dos.....	4

- P.41. ¿Actualmente sigue alguna dieta, por prescripción médica?  
(149)
- Una..... 5
- SI..... 1
- P.42. ¿Desde hace cuánto?
- NO **(Pasar a P. 44)**..... 2  
(150)
- Menos de un año..... 1
- De un año a tres. 2
- Más de tres años..... 3
- P.43. ¿Qué tipo de dieta?

	SI	NO	
Dieta hipocalórica (colesterol/triglicéridos).....	1	2	(151)
Dieta hipocalórica (diabetes).....	1	2	(152)
Dieta Blanda (sistema digestivo).....	1	2	(153)
Dieta sin sal (hipertensión arterial).....	1	2	(154)
Otras:.....	1	2	(155)



**ACTIVIDAD FISICA:**

P.44. ¿En cuál o cuáles de las siguientes ocupaciones suele emplear su tiempo libre?

	SI	NO	
Estar con la familia /con los amigos.....	1	2	(156)
Ir a bailar /al cine / al teatro.....	1	2	(157)
Hacer deporte / salir al campo / ir de excursión / pasear.....	1	2	(158)
Ver la televisión / leer libros, revistas/ oír la radio / escuchar música.....	1	2	(159)
Ir a reuniones / ir a alguna asociación o club.....	1	2	(160)
Hacer trabajos manuales / ocuparse del jardín / tocar algún instrumento / ir de compras.....	1	2	(161)
Viajar / hacer turismo.....	1	2	(162)
Otras:.....	1	2	(163)

P.45. ¿ Realiza o ha realizado a lo largo de su vida algún deporte o actividad física deportiva?

(164)

SI..... 1

NO (Pasar a P. 48)..... 2

P.46. A continuación le vamos a leer una lista de actividades físicas y deportivas muy variadas, de cada una de ellas dígame por favor si practica actualmente o ha practicado alguna vez.

	P.46.		
	Practica	Practicaba	Nunca
Deportes de pista.....	1	2	3(165)
Deportes acuáticos.....	1	2	3(166)
Deportes de vuelo.....	1	2	3(167)
Deportes sobre ruedas.....	1	2	3(168)
Deportes gimnásticos y expresión corporal.....	1	2	3(169)
Deportes con animales.....	1	2	3(170)
Deportes de lucha y artes marciales.....	1	2	3(171)
Deportes en grandes campos.....	1	2	3(172)
Deportes de montaña.....	1	2	3(173)
Bolos, Petanca, Billar.....	1	2	3(174)
Actividad física fuera de casa: caminar, correr, ejercicios gimnásticos, salir al campo de excursión, bañarse.....	1	2	3(175)
Actividades en casa: ejercicios			

gimnásticos, bicicleta estática, ejercicios con ritmo y de relajación.....	1	2	3(176)
Actividades físicas en gimnasio: Mantenimiento, Yoga, musculación.....	1	2	3(177)
Otros.....	1	2	3(178)

P.47. ¿Podría decirnos porqué motivos principalmente practica y/o practicaba ese deporte o actividad física? **(Pasar a P.49)**

	SI	NO	
Por mantener o mejorar la salud.....	1	2	(179)
Por diversión.....	1	2	(180)
Por relacionarse.....	1	2	(181)
Porque le gusta el deporte.....	1	2	(182)
Por la competición.....	1	2	(183)
Otras razones:.....	1	2	(184)

P.48. ¿Le importaría indicarnos por qué no ha practicado ni practica ningún deporte o actividad física?

	SI	NO	
No me gusta.....	1	2	(185)
Por la edad.....	1	2	(186)
Por motivos de salud.....	1	2	(187)
No me enseñaron en la escuela.....	1	2	(188)
No le veo utilidad.....	1	2	(189)
No tengo tiempo.....	1	2	(190)
Por falta de instalaciones deportivas.....	1	2	(191)
Salgo muy cansado del trabajo o del estudio/ por pereza o desgana.....	1	2	(192)
Otras razones:.....	1	2	(193)

P.49. ¿Considera importante para su vida la realización de prácticas físico deportiva?  
(194)

Si..... 1  
No..... 2

**TABACO:**

- P.50. ¿Ha fumado alguna vez?  
(195)
- Sí desde hace muchos años hasta 1 hoy.....
- Sólo una temporada: fumó y lo 2 dejó.....
- Los fines de 3 semana.....
- En ocasiones: fiestas, 4 bodas.....
- Nunca **(Pasar a 5 P.56)**.....
- P.51. ¿Si ha fumado se acuerda a que edad empezó a fumar?  
(196)
- Antes de los 14 1 años.....
- Entre los 14 y 18 2 años.....
- Entre los 19 y 25 3 años.....
- A partir de los 25 4 años.....
- P.52. ¿Fuma en la actualidad?  
(197)
- Si..... 1
- No..... 2
- P.53. En total ¿cuánto tiempo fumó?  
(198)
- Menos de un 1 año.....
- De un año a 2 cinco.....
- De cinco a diez 3 años.....
- Más de diez 4 años.....
- P.54. ¿Cuántos cigarrillos fumaba al día?  
(199)
- 1 a 5 1 Cigarrillos/día.....
- Media cajetilla 2 diaria.....
- Una cajetilla 3 diaria.....
- Dos o más cajetillas 4 diarias..
- P.55. ¿Qué tipo de tabaco fumaba?  
(200)

- Rubio..... 1
- Negro..... 2
- Pipa..... 3
- Puros..... 4

**ALCOHOL:**

P.56. ¿Ha bebido alcohol alguna vez?  
(201)

- Habitualmente desde hace muchos 1 años.....
- Sólo una temporada: bebió y lo 2 dejó.....
- Los fines de 3 semana.....
- En ocasiones: fiestas, bodas, encuentros con 4 amigos..
- Nunca **(Pasar a 5 P.62)**.....

P.57. ¿Si ha bebido alguna vez, se acuerda a que edad empezó a beber?  
(202)

- Antes de los 14 1 años.....
- Entre los 14 y 18 2 años.....
- Entre los 19 y 25 3 años.....
- A partir de los 25 4 años.....

P.58. ¿Bebe en la actualidad?  
(203)

- Si..... 1
- No..... 2

P.59. En total ¿cuánto tiempo bebió?  
(204)

- Menos de un 1 año.....
- De un año a 2 cinco.....
- De cinco a diez 3 años.....
- Más de diez 4 años.....

P.60. ¿Qué tipo de bebidas alcohólicas suele o solía consumir?

	SI	NO		SOLÍA	SUELE	
Whisky, aguardiente, vodka , chinchón seco.....	1	2	(205)	1	2	(206)
Combinados, ron, ginebra, brandy, anís.....	1	2	(207)	1	2	(208)
Vino,	1	2	(209)	1	2	(210)

cava.....						
Cerveza, sidra.....	1	2	(211)	1	2	(212)
Licores y afrutados.....	1	2	(213)	1	2	(214)
Jerez, manzanilla, oporto, vermouth, quina, bitter.	1	2	(215)	1	2	(216)

P.61. ¿Qué cantidades de alcohol solía o suele ingerir al día?

	SI	NO		SOLÍA	SUELE	
Un vaso.....	1	2	(217)	1	2	(218)
Dos o tres vasos.....	1	2	(219)	1	2	(220)
Cuatro o cinco vasos	1	2	(221)	1	2	(222)
Más de cinco vasos..	1	2	(223)	1	2	(224)

### DESCANSO/SUEÑO

P.62. Aproximadamente ¿podría decirme cuántas horas suele dormir durante los días laborables?

(225)

P.63. ¿Y los festivos y fines de semana?  
(226)

	P.62. (225)	P.63. (226)
Menos de 5 horas.....	1	1
Entre 5 y 6 horas.....	2	2
Entre 7 y 8 horas.....	3	3
Entre 9 y 10 horas.....	4	4
Más de 10 horas.....	5	5

P.64. ¿Ha padecido insomnio alguna vez?

(227)

SI..... 1

NO (Pasar a P.68)..... 2

P.65. ¿Durante cuánto tiempo?  
(228)

Menos de un año.....

De un año a 2 cinco.....

De cinco a diez 3 años.....

Más de diez 4 años.....

P.66. ¿Ha tenido que tomar algún fármaco para dormir?  
(229)

P.67. ¿Cuánto tiempo?  
(230)

SI ..... 1  
 NO (Pasar a 2  
 P.68).....

Menos de un 1  
 año.....  
 De un año a 2  
 cinco.....  
 De cinco a diez 3  
 años.....  
 Más de diez 4  
 años.....

P.68. Indique qué problema, relacionado con su calidad de vida, le preocupa más en estos momentos:  
(231)

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

P.69. ¿Qué haría o necesitaría usted en estos momentos para sentirse bien o para ser más feliz?  
(232)

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

**¡ Muchas gracias por su colaboración!**