



## Examen de salut a la població de Catalunya de 18 a 74 anys

Número de referència

--	--	--	--

Municipi

--

Data de l'examen de salut

--	--	--	--	--	--

Regió Sanitària

--

Dia de la setmana

Dll	Dm	Dx	Dj	Dv	Ds	Diu
-----	----	----	----	----	----	-----

Hora d'inici examen de salut

--	--	--	--

Enquestador/a

--

Hora de finalització

--	--	--	--

Lloc de realització

--

## A. Dades bàsiques

01. Sexe

1. Home

2. Dona

02. Edat

1. Sap quan pesa actualment?

Kg 0,5

2. Només per majors de 30 anys, recorda el seu pes als 20 anys?

Kg 0,5

3. Sap quan medeix?

cm 0,5

4. Pes

Kg 0,5

5. Talla

cm 0,5

6. Perímetre de la cintura

cm 0,5

7. Perímetre del maluc

cm 0,5

8. Es medica actualment per a l'excés de colesterol?

- 1. Sí
- 2. No
- 9. NS/NC

8a. En cas afirmatiu, quin(s) medicament(s) pren?

9. Es medica actualment per a la tensió alta?

- 1. Sí
- 2. No
- 9. NS/NC

9a. En cas afirmatiu, quin(s) medicament(s) pren?

10. Actualment pren medicació per a la diabetis?

- 1. Sí
- 2. No
- 9. NS/NC

10a. En cas afirmatiu, quin(s) medicament(s) pren?

11. TAS (primera mesura)

mm Hg

12. TAD (primera mesura)

mm Hg

13. Freqüència cardíaca

ppm

## B. Consum de tabac

### 14. Fuma actualment?

1. Sí, diàriament
2. Ocasionalment (menys d'una cigarreta al dia)
3. No ⇒ *passeeu a pregunta 23*

*Les persones que no fumen (resposta 3)*

*passeeu a pregunta 23*

### **Només per a les persones que fumen actualment (respostes 1 i 2 de la pregunta anterior afirmatives)**

### 15. A quina edat va fumar per primera vegada?

\_\_\_\_\_ anys

### 16. Heu pensat seriosament en deixar de fumar?

1. Sí, ho deixaré abans de 30 dies
2. Sí, ho deixaré abans de 6 mesos
3. Sí, algun dia, però no abans de 6 mesos
4. No

*Les persones que fumen de manera ocasional (resposta 2)*

*passen a pregunta 23*

### **Només per a les persones que fumen diàriament (resposta 1 de la pregunta 14)**

### 17. Quan triga a fumar la primera cigarreta després de llevar-se?

1. Cinc minuts
2. De 6 a 30 minuts
3. De 31 a 60 minuts
4. Més de 60 minuts

### 18. Li costa no fumar en llocs on és prohibit fer-ho? (cine, autobús, etc.)

1. Sí
2. No

### 19. A quina cigarreta li costaria més renunciar?

1. A la primera del matí
2. A d'altres

### 20. Quantes cigarretes fuma cada dia?

1. 31 o més
2. De 21 a 30
3. D'11 a 20
4. 10 o menys

### 21. Fuma més durant les primeres hores del dia que durant la resta del dia?

1. Sí
2. No

### 22. Si està tan malalt que es queda la major part del dia al llit, fuma?

1. Sí
2. No

## C. Activitat física

### 23. Quina activitat física fa habitualment en el seu treball, estudi, o feina de casa?

1. El seu treball és bàsicament d'estar assegut i caminar poc (funcionari, administratiu, taxista,...).
2. Al seu treball camina força però no faig cap esforç vigorós (venedor, industrial,...).
3. Al seu treball camina i faig esforços vigorosos sovint (carter, transportista, pagès,...).
4. El seu treball és bàsicament vigorós i de molta activitat (construcció, carregadors, treball industrial vigorós,...).

### 24. Quina activitat fa en el temps de lleure? Si varia amb l'estació, escolliu el grup més representatiu (Només un grup)

1. Lectura, televisió, i activitats que no requereixin gaire activitat física.
2. Caminar, anar amb bicicleta, pescar, jardineria (no s'inclou el transport d'anar i tornar del treball).
3. Córrer, esquiar, fer gimnàstica, jocs de pilota, o esports vigorosos regularment.
4. Entrenament esportiu uns quants cops per setmana d'esports vigorosos.

### 25. Quantes vegades per setmana realitza les activitats referides en la pregunta anterior? (si és inferior a 10 vegades, posar dos dígit, p.ex 03)

\_\_\_\_. \_\_\_\_ vegades

### 26. Quant camina al dia?

1. No camina
2. Menys de 15 minuts
3. Entre 15 i 29 minuts
4. Entre 30 i 44 minuts
5. Entre 45 i 59 minuts
6. Entre 60 i 120 minuts
7. Més de 120 minuts

### 27. Puja les escales a peu?

1. Sí
2. No

#### 27a. En cas afirmatiu, quants pisos ha de pujar al cap del dia?

\_\_\_\_\_ pisos

### 28. Feu exercici regularment, és a dir, 3 o més cops per setmana durant 20 minuts cada vegada, com a mínim?

1. Sí, fa més de sis mesos que ho fa
2. Sí, des de fa menys de 6 mesos
3. No, però començarà en els propers 30 dies (*passeu a la preg. 31*)
4. No, però començarà en els propers 6 mesos (*passeu a la preg. 31*)
5. No, i no té intenció de començar abans de 6 mesos (*passeu a la preg. 31*)

### 29. Quantes vegades realitza activitats físiques de com a mínim 20-30 minuts que comportin un esforç o dificultat respiratòria i un augment de la perspiració (el fan suar)? (Només una resposta)

1. Diàriament
2. De 4 a 6 vegades a la setmana
3. De 2 a 3 vegades a la setmana
4. Una vegada a la setmana
5. De 2 a 3 vegades al mes
6. Algunes vegades a l'any o menys
7. No pot per incapacitat o malaltia

### 30. Com va ésser de llarg el seu darrer episodi d'exercici físic?

1. Menys de 15 minuts
2. De 15-29 minuts
3. De 30-59 minuts
4. D'1 hora o més

31. Encara que ara no faci exercici físic, n'havia fet en el passat? (Només per a aquells que NO fan exercici actualment, respostes 3,4 o 5 de pa preg.28).

1. Sí
2. No

32. A quina edat va deixar de practicar-lo? (Només per a aquells que NO fan exercici actualment, respostes 3,4 o 5 de pa preg.28).

\_\_\_\_\_ anys.

33. És soci d'algun club o associació esportiva?

1. Sí
2. No

34. En general, creu que a la seva ciutat (o barri), les instal·lacions esportives són:

1. Suficients.
2. Insuficients.
3. De fet, no n'hi ha cap.
4. No ho sap, no té informació.

35. La seva forma física la considera:

1. Molt bona
2. Raonablement bona (bastant bona)
3. Raonable (normal)
4. No gaire bona
5. Dolenta o molt dolenta

36. TAS (segona mesura)    mm Hg

37. TAD (segona mesura)    mm Hg

38. Freqüència cardíaca (segona mesura)    ppm

#### D. Paràmetres de risc alimentari

(Aquestes preguntes només per a les persones entre 18 i 50 anys)	1. Sí	2. No
39. Li preocupa haver perdut el control sobre la quantitat de menjar que pren?		
40. Vomita de forma voluntària quan se sent incòmode per estar excessivament ple?		
41. Ha perdut més de sis quilos de pes en els darrers tres mesos? (sense causa justificada)		
42. Es creu que està gras mentre els altres li diuen que està massa prim?		
43. Diria que el menjar domina la seva vida?		

## E. Malalties infeccioses i factors de risc associats

**44. Vacunes que ha rebut** (Anotar les que consten al Carnet de vacunacions o de salut. Si no el porta passeu a pregunta 45)

	1. Sí	2. No	Any
1. Meningococ C conjugada <i>Si ha rebut més d'una dosi, any de l'última dosi</i>			
2. Xarampió			
3. Parotiditis			
4. Diftèria			
5. Poliomeilitis			
6. Hepatitis B			

	1. Sí	2. No	Any
7. Pneumocòccica			
8. Rubèola			
9. Tètanus			
10. Tos ferina			
11. Hepatitis A			
12. Grip			

**45. Factors de risc (al llarg de la vida) per patir malalties transmissibles com per ex. l'hepatitis.** Anoteu si la persona està o ha estat exposada a cadascú dels factors de risc o no, i, si la resposta és afirmativa, en quantes ocasions

	1. Sí	2. No	Vegades
1. Professional sanitari			
2. Transfusions de sang			
3. Biòpsia			
4. Endoscòpia			
5. Hemodiàlisi			
6. Malalties de la sang (immunodeficiències o d'altres)			Quina malaltia?
7. Accidents amb ferides que han requerit sutura.			
8. Injeccions amb xeringues no rebutjades			
9. Injeccions de gammaglobulina.			
10. Extraccions dentals			
11. (Només dones) Parts			
12. (Només dones ) Avortaments			
13.1. Intervenció quirúrgica de ginecologia			
13.2. Intervenció quirúrgica abdominal			
13.3. Intervenció quirúrgica dermatològica			

	1. Sí	2. No	Vegades
13.4. Intervenció quirúrgica d'oftalmologia			
13.5. Intervenció quirúrgica cardiovascular			
13.6. Intervenció quirúrgica ortopèdica			
13.7. Cirurgia oral			
13.8. Intervenció quirúrgica d'urologia			
13.9. Altres intervencions quirúrgiques			
14. Hospitalitzacions no quirúrgiques			
15. Acupuntura			
16. Tatuatges			
17. Piercing (perforacions en lloc diferents del lòbul de l'orella).			
18. S'ha punxat droga alguna vegada.			
19. Orientació sexual	Homo	Bisexual	Hetero
20. Número de parelles per trimestre			
21. Contactes amb prostitutes per trimestre			

**46. Utilitza el preservatiu com a mètode anticonceptiu?**

1. Sí
2. No
3. No sap

**47. Ha patit alguna vegada hepatitis vírica?**

1. Sí
2. No
9. No ho sap

**47a. En cas afirmatiu, pot precisar el tipus d'hepatitis?**

1. Hepatitis A
2. Hepatitis B
3. Hepatitis C
4. Desconex el tipus d'hepatitis

**48. El seu conjuge o parella estable ha patit una hepatitis vírica?**

- 0. No té conjuge o parella
- 1. Sí
- 2. No
- 9. NS/NC

**48a. En cas afirmatiu, pot precisar el tipus d'hepatitis?**

- 1. Hepatitis A
- 2. Hepatitis B
- 3. Hepatitis C
- 4. Desconeix el tipus d'hepatitis

**49. S'ha fet la prova per conèixer si té anticossos del virus HIV (sida)?**

- 1. Una vegada
- 2. Més d'una vegada
- 3. No
- 4. NS/NC

**50. Està en dejú?**

- 1. Sí
- 2. No

**51. Sang capil·lar**

Glucèmia

			mg/dl
			mg/dl

Colesterolèmia

**52. Se li ha fet l'extracció de sang venosa?**

- 1. Sí
- 2. No

**53 Se li ha recollit mostra d'orina?**

- 1. Sí
- 2. No