

San Diego 2019

Encuesta de comportamientos peligrosos en la juventud

Esta es una encuesta sobre comportamientos relacionados con la salud. Ha sido desarrollada para que nos digas qué haces que pueda afectar tu salud. La información que nos proporciones se utilizará para mejorar la educación de la salud para jóvenes como tú.

NO escribas tu nombre en esta encuesta. Las respuestas que nos des serán confidenciales. Nadie sabrá lo que contestes. Contesta las preguntas de acuerdo a lo que realmente haces.

Completar la encuesta es voluntario. No afectará a tu calificación en la clase si participas o no. Si te sientes incómodo contestando una pregunta, déjala en blanco.

Las preguntas relacionadas con tus antecedentes se utilizarán sólo para describir el tipo de alumnos que contestaron esta encuesta. La información no será utilizada para saber tu nombre. En ningún momento se reportarán los nombres.

Asegúrate de leer cada pregunta. Marca los óvalos completamente. Al terminar, sigue las instrucciones de la persona que entregó la encuesta.

Muchas gracias por tu ayuda.

Instrucciones:

- **Utiliza únicamente un lápiz #2.**
- **Marca tu respuesta firmemente.**
- **Contesta de la siguiente manera: A B ● D.**
- **Si quieres cambiar tu respuesta, bórrala por completo.**

1. ¿Cuántos años tienes?
A. 12 años o menos
B. 13 años
C. 14 años
D. 15 años
E. 16 años
F. 17 años
G. 18 años o más
2. ¿Cuál es tu género?
A. Femenino
B. Masculino
3. ¿En qué grado estás?
A. 9° grado
B. 10° grado
C. 11° grado
D. 12° grado
E. Sin grado u otro
4. ¿Eres hispano o latino?
A. Sí
B. No
5. ¿Cuál es tu raza? (**Elige una o más respuestas.**)
A. Indígena norteamericano indígena de Alaska
B. Asiático
C. Afroamericano
D. Filipino
E. Indochino
F. Nativo de Hawái u otra isla del Pacífico
G. Raza blanca

6. ¿Cuánto mides sin zapatos?

Instrucciones: Escribe tu estatura en la parte sombreada. Marca el círculo que indique el mismo número que escribiste en la parte sombreada.

Ejemplo

Estatura	
Pies	Pulgadas
5	7
3	0
4	1
●	2
6	3
7	4
	5
	6
	●
	8
	9
	0
	11

7. ¿Cuánto pesas sin zapatos?

Instrucciones: Escribe tu peso en la parte sombreada. Marca el círculo que indique el mismo número que escribiste en la parte sombreada.

Ejemplo

Peso		
Libras		
1	5	2
0	0	0
●	1	1
2	2	●
3	3	3
	4	4
	●	5
	6	6
	7	7
	8	8
	9	9

8. ¿Cuál de los siguientes adjetivos te describe mejor?
- A. Heterosexual (straight)
 - B. Gay o lesbiana
 - C. Bisexual
 - D. No estoy seguro/a
9. Algunas personas se describen como transexuales cuando su género al nacer no encaja con lo que piensan o consideran ser su género. ¿Eres transexual?
- A. No, no soy transexual
 - B. Sí, soy transexual
 - C. No estoy seguro si soy transexual
 - D. No se lo qué está preguntando
10. La apariencia de una persona, su estilo, vestido o la forma en que camina o habla puede afectar cómo la gente la describe. ¿Cómo piensas que otras personas en la escuela te describirían?
- A. Muy femenino/a
 - B. Bastante femenino/a
 - C. Algo femenino/a
 - D. Igualmente femenino/a que masculino/a
 - E. Algo masculino/a
 - F. Bastante masculino/a
 - G. Muy masculino/a

Las siguientes cuatro preguntas son relacionadas a la seguridad.

11. ¿Con qué frecuencia te pones el cinturón de seguridad cuando eres **pasajero** en un auto?
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. Ocasionalmente
 - D. La mayoría del tiempo
 - E. Siempre
12. En los últimos treinta días, ¿Cuántas veces te **subiste** a un auto u otro vehículo **conducido por alguien que había bebido alcohol**?
- A. 0 veces
 - B. 1 vez
 - C. 2 o 3 veces
 - D. 4 o 5 veces
 - E. 6 veces o más
13. En los últimos treinta días, ¿Cuántas veces **manejaste** un auto u otro vehículo **después de haber tomado bebidas alcohólicas**?
- A. 0 veces
 - B. 1 vez
 - C. 2 o 3 veces
 - D. 4 o 5 veces
 - E. 6 veces o más
14. En los últimos treinta días, ¿Cuántos de esos días **enviaste un mensaje de texto o un email** mientras **conducías** un auto u otro vehículo?
- A. No manejé un auto y tampoco otro vehículo durante los últimos 30 días.
 - B. 0 días
 - C. 1 o 2 días
 - D. 3 o 5 días
 - E. 6 o 9 días
 - F. 10 o 19 días
 - G. 20 o 29 días
 - H. Todos los 30 días

Las siguientes diez preguntas son sobre comportamientos relacionados a la violencia.

15. En los últimos treinta días, ¿Cuántas veces portaste **un arma**, como una pistola, un cuchillo o una macana **en propiedad escolar**?
- A. 0 días
 - B. 1 día
 - C. 2 o 3 días
 - D. 4 o 5 días
 - E. 6 días o más
16. En los últimos doce meses, ¿Cuántas veces portaste **una pistola**?(No cuentes los días cuando portaste una pistola sólo para la caza u otro deporte, como tiro al blanco)
- A. 0 días
 - B. 1 día
 - C. 2 o 3 días
 - D. 4 o 5 días
 - E. 6 o días o más
17. En los últimos treinta días, ¿Cuántas veces **faltaste** a la escuela porque te sentías inseguro allí o al ir o regresar de la escuela?
- A. 0 días
 - B. 1 día
 - C. 2 o 3 días
 - D. 4 o 5 días
 - E. 6 días o más

18. En los últimos doce meses, ¿Cuántas veces te ha amenazado o lesionado alguien con un arma, como una pistola, un cuchillo o macana **en propiedad escolar**?
- A. 0 veces
 - B. 1 vez
 - C. 2 o 3 veces
 - D. 4 o 5 veces
 - E. 6 o 7 veces
 - F. 8 o 9 veces
 - G. 10 o 11 veces
 - H. 12 veces o más
19. En los últimos doce meses, ¿Cuántas veces **te peleaste físicamente en propiedad escolar**?
- A. 0 veces
 - B. 1 vez
 - C. 2 o 3 veces
 - D. 4 o 5 veces
 - E. 6 o 7 veces
 - F. 8 o 9 veces
 - G. 10 o 11 veces
 - H. 12 veces o más
20. ¿Alguna vez te han forzado físicamente a tener relaciones sexuales sin que tú lo desearas?
- A. Sí
 - B. No
21. Durante los últimos doce meses ¿Cuántas veces alguien **con quien estabas saliendo** te forzó a hacer cosas sexuales que no querías? (Cuenta cosas como besos, toques o ser obligado a tener relaciones sexuales).
- A. No he estado saliendo con nadie durante los últimos doce meses.
 - B. 0 veces
 - C. 1 vez
 - D. 2 o 3 veces
 - E. 4 o 5 veces
 - F. 6 veces o más

22. Durante los últimos doce meses, ¿Cuántas veces **alguien con quien estabas saliendo** te lastimó físicamente a propósito? (Cuenta cosas como golpes, que te azoten contra algo o que te hieran con un objeto o arma).
- A. No he estado saliendo con nadie durante los últimos 12 meses.
 - B. 0 veces
 - C. 1 vez
 - D. 2 o 3 veces
 - E. 4 o 5 veces
 - F. 6 veces o más
23. Durante los últimos doce meses, ¿Cuántas veces **alguien con quien estabas saliendo** intencionalmente intento controlarte o herirte emocionalmente? (Cuenta cosas como que te digan con quien puedes pasar tiempo y con quien no, que te humillen delante de otras personas o que te amenacen si no haces lo que te digan).
- A. No he estado saliendo con nadie durante los últimos 12 meses.
 - B. 0 veces
 - C. 1 vez
 - D. 2 o 3 veces
 - E. 4 o 5 veces
 - F. 6 veces o más
24. ¿Alguna vez te han dado dinero, un lugar donde quedarte, comida o algo más de valor de intercambio por relaciones sexuales?
- A. Sí
 - B. No

Las siguientes cuatro preguntas son sobre hostigamiento o acoso escolar. Hostigamiento es cuando uno o más alumnos se burlan, amenazan, causan rumores, pegan, empujan, o lastiman a otros alumnos repetidamente. No es hostigamiento cuando dos alumnos de aproximadamente el mismo tamaño o poder discuten o pelean o se burlan el uno del otro de manera amistosa.

25. Durante los últimos doce meses ¿Te han hostigado en **propiedad escolar**?
- A. Sí
 - B. No
26. Durante los últimos doce meses, ¿Te han hostigado **electrónicamente**? (Incluye el hostigamiento por texto, Instagram, Facebook u otro medio social)
- A. Sí
 - B. No
27. Durante los últimos doce meses ¿Cuántas veces te han hostigado porque alguien pensó que eres homosexual, lesbiana o bisexual?
- A. 0 veces
 - B. 1 vez
 - C. 2 o 3 veces
 - D. 4 o 5 veces
 - E. 6 veces o más
28. Durante los últimos doce meses, ¿Has hostigado a alguien o le has puesto sobrenombres a alguien porque pensaste que era homosexual, lesbiana o bisexual?
- A. Sí
 - B. No

Las siguientes dos preguntas son sobre sexting (mensajes con un tono sexual).

29. Durante los últimos treinta días,
¿Has enviado un texto, un email o han publicado electrónicamente una foto tuya reveladora o sexual?
A. Sí
B. No
30. Durante los últimos treinta días,
¿Han enviado un texto, un email o han publicado electrónicamente una foto tuya reveladora o sexual sin tu permiso?
A. Sí
B. No
C. No estoy seguro/a

La siguiente pregunta es sobre la idea de lastimarte a ti mismo intencionalmente.

31. Durante los últimos doce meses,
¿En cuántas ocasiones hiciste algo a propósito para lastimarte sin querer morir, como cortarte o quemarte a propósito?
A. 0 veces
B. 1 vez
C. 2 o 3 veces
D. 4 o 5 veces
E. 6 veces o más

Las siguientes cuatro preguntas son sobre la tristeza e intentos de suicidio. A veces las personas se sienten tan deprimidas sobre el futuro que es posible que consideren intentar suicidarse, o sea realizar una acción para poner fin a su vida.

32. Durante los últimos doce meses,
¿Te has sentido tan triste y sin esperanza casi diario por **dos semanas consecutivas o más** que dejas de hacer ciertas actividades habituales?
A. Sí
B. No
33. Durante los últimos doce meses,
¿Consideraste **seriamente** intentar suicidarte?
A. Sí
B. No
34. Durante los últimos doce meses,
¿Cuántas veces realmente intentaste suicidarte?
A. 0 veces
B. 1 vez
C. 2 o 3 veces
D. 4 o 5 veces
E. 6 veces o más
35. **Si intentaste suicidarte** en los últimos doce meses, ¿Alguno de estos intentos resultó en una lesión, envenenamiento o sobredosis por la que tuviste que ser tratado/a por un médico o enfermera?
A. **No intenté suicidarme** en los últimos doce meses
B. Sí
C. No

Las siguientes dos preguntas son sobre fumar cigarrillos.

36. En los últimos treinta días,
¿Cuántos días fumaste cigarros?
A. 0 días
B. 1 o 2 días
C. De 3 a 5 días
D. De 6 a 9 días
E. De 10 a 19 días
F. De 20 a 29 días
G. Todos los 30 días

37. En los últimos treinta días, en esos días que fumaste, ¿Cuántos cigarros fumaste **al día**?
- A. No fumé cigarros en los últimos 30 días
 - B. Menos de un cigarro al día
 - C. 1 cigarro al día
 - D. 2 a 5 cigarros al día
 - E. 6 a 10 cigarros al día
 - F. 11 a 20 cigarros al día
 - G. Más de 20 cigarros al día

Las siguientes tres preguntas son sobre los productos de vapor electrónico, como JUUL, Vuse, Mark Ten y blu. Los productos de vapor electrónico incluyen cigarrillos electrónicos, pipas de vapor, plumas de vapor, puros electrónicos, plumas hookahs y mods.

38. ¿Alguna vez has usado un producto de vapor electrónico?

- A. Sí
- B. No

39. Durante los últimos treinta días, ¿Cuántos días usaste un producto de vapor electrónico?

- A. 0 días
- B. 1 o 2 días
- C. 3 a 5 días
- D. 6 a 9 días
- E. 10 a 19 días
- F. 20 a 29 días
- G. Todos los 30 días

40. Durante los últimos treinta días, ¿Cómo conseguías normalmente tus productos de vapor electrónico? (Elije solamente **una** respuesta)

- A. No he usado productos de vapor electrónico durante los últimos treinta días.
- B. Los compré en una tienda, como por ejemplo una tienda de la esquina, un supermercado, una tienda de descuento, una gasolinera o **una** tienda de productos de vapor
- C. Los compré en el Internet
- D. Le di dinero a alguien para que me los comprara
- E. Alguien me los prestó
- F. Una persona que puede comprarlos legalmente me los dio
- G. Me los llevé de una tienda o de otra persona
- H. Los conseguí de otra manera

La siguiente pregunta es respecto a todos los productos de tabaco.

41. En los últimos doce meses, ¿Alguna vez intentaste **dejar de** usar **todos** los productos de tabaco, incluyendo los cigarrillos, puros, el tabaco sin humo, el tabaco para shisha o hookah y los productos de vapor electrónico?

- A. No usé productos de tabaco en los últimos doce meses
- B. Sí
- C. No

Las siguientes cuatro preguntas son relacionadas al consumo de alcohol. Esto incluye beber cerveza, vino, vinos dulces y licor como ron, ginebra, vodka o whiskey. En estas preguntas no se considera ingerir alcohol si tomas un sorbo de vino por motivos religiosos.

42. ¿Cuántos años tenías cuando bebiste alcohol por primera vez sin tomar en cuenta unos cuantos sorbos?
- A. Nunca he bebido alcohol
 - B. 8 años o más pequeño
 - C. 9 o 10 años
 - D. 11 o 12 años
 - E. 13 o 14 años
 - F. 15 o 16 años
 - G. 17 años
43. En los últimos treinta días ¿Cuántos días has tomado por lo menos una bebida alcohólica?
- A. 0 días
 - B. 1 a 2 días
 - C. 3 a 5 días
 - D. 6 a 9 días
 - E. 10 a 19 días
 - F. 20 a 29 días
 - G. Todos los treinta días
44. En los últimos treinta días, ¿Cuántos días bebiste **4** o más bebidas alcohólicas seguidas (si eres **mujer**) o **5** o más bebidas alcohólicas seguidas (si eres **hombre**) en un par de horas?
- A. 0 días
 - B. 1 día
 - C. 2 días
 - D. 3 a 5 días
 - E. 6 a 9 días
 - F. 10 a 19 días
 - G. 20 o más días

45. En los últimos treinta días, ¿Cuál es el número mayor de bebidas alcohólicas que has tomado seguidas en un par de horas?
- A. No he tomado alcohol en los últimos 30 días
 - B. 1 o 2 bebidas
 - C. 3 bebidas
 - D. 4 bebidas
 - E. 5 bebidas
 - F. 6 o 7 bebidas
 - G. 8 o 9 bebidas
 - H. 10 o más bebidas

Las siguientes tres preguntas son sobre el uso de marihuana. A la marihuana también se le conoce como hierba o mota.

46. A lo largo de tu vida, ¿Cuántas veces has usado marihuana?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 o 2 veces
 - C. 3 a 9 veces
 - D. 10 a 19 veces
 - E. 20 a 39 veces
 - F. 40 a 99 veces
 - G. 100 o más veces
47. ¿Cuántos años tenías cuando fumaste marihuana por primera vez?
- A. Nunca he probado la marihuana
 - B. 8 años o más pequeño
 - C. 9 o 10 años
 - D. 11 o 12 años
 - E. 13 o 14 años
 - F. 15 o 16 años
 - G. 17 años o más
48. En los últimos treinta días, ¿Cuántas veces usaste marihuana?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 o 2 veces
 - C. 3 a 9 veces
 - D. 10 a 19 veces
 - E. 20 a 39 veces
 - F. 40 o más veces

La siguiente pregunta está relacionada con el uso de marihuana sintética.

La marihuana sintética también se conoce como Spice, mota falsa, K2, King Kong, Yucatan Fire o Skunk.

49. A lo largo de tu vida, ¿Cuántas veces has usado marihuana sintética?

- A. Ninguna vez
- B. 1 o 2 veces
- C. 3 a 9 veces
- D. 10 a 19 veces
- E. 20 a 39 veces
- F. 40 o más veces

La siguiente pregunta está relacionada con el uso de medicamento recetado para el dolor sin la receta de un médico o un uso diferente al indicado por el médico. En esta pregunta se incluyen medicamentos tales como la codeína, la hidrocodona, Vicodin, OxyContin y Percocet.

50. A lo largo de tu vida, ¿Cuántas veces has tomado un medicamento recetado para el dolor sin la receta de un médico o de manera diferente a la que indicó el médico?

- A. Ninguna vez
- B. 1 o 2 veces
- C. 3 a 9 veces
- D. 10 a 19 veces
- E. 20 a 39 veces
- F. 40 o más veces

Las siguientes ocho preguntas son relacionadas al uso de otras drogas.

51. ¿Cuántas veces has consumido o usado cocaína en **cualquier** forma, incluyendo polvo, “crack” o “freebase”?

- A. Ninguna vez
- B. 1 o 2 veces
- C. 3 a 9 veces
- D. 10 a 19 veces
- E. 20 a 39 veces
- F. 40 o más veces

52. Durante tu vida, ¿Cuántas veces has inhalado pegamento, el contenido de latas de aerosol o cualquier pintura o aerosol con el propósito de drogarte?

- A. Ninguna vez
- B. 1 o 2 veces
- C. 3 a 9 veces
- D. 10 a 19 veces
- E. 20 a 39 veces
- F. 40 o más veces

53. ¿Cuántas veces has usado **heroína** (también conocida como “smack”, “junk” o “China White”)?

- A. Ninguna vez
- B. 1 o 2 veces
- C. 3 a 9 veces
- D. 10 a 19 veces
- E. 20 a 39 veces
- F. 40 o más veces

54. Durante tu vida ¿Cuántas veces has usado **metanfetaminas** (también conocidas como “speed”, “cristal meth”, “crank”, “ice”, “meth”)?

- A. Ninguna vez
- B. 1 o 2 veces
- C. 3 a 9 veces
- D. 10 a 19 veces
- E. 20 a 39 veces
- F. 40 o más veces

55. ¿Cuántas veces has utilizado **éxtasis** (También conocido como MDMA)?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 o 2 veces
 - C. 3 a 9 veces
 - D. 10 a 19 veces
 - E. 20 a 39 veces
 - F. 40 o más veces
56. Durante tu vida, ¿Cuántas veces has tomado **pastillas esteroides** o te has **inyectado esteroides** sin receta médica?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 o 2 veces
 - C. 3 a 9 veces
 - D. 10 a 19 veces
 - E. 20 a 39 veces
 - F. 40 o más veces
57. Durante tu vida, ¿cuántas veces te has inyectado una droga **ilegal**?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 vez
 - C. 2 o más veces
58. En los últimos doce meses, ¿Alguien te ha ofrecido, vendido o regalado una sustancia ilegal **dentro de la propiedad escolar**?
- A. Sí
 - B. No

Las siguientes once preguntas están relacionadas al comportamiento sexual.

59. ¿Has tenido relaciones sexuales?
- A. Sí
 - B. No
60. ¿Cuántos años tenías cuando tuviste tu primera relación sexual?
- A. Nunca he tenido relaciones
 - B. 11 años o menos
 - C. 12 años
 - D. 13 años
 - E. 14 años
 - F. 15 años
 - G. 16 años
 - H. 17 años o más
61. Cuando tuviste relaciones sexuales **por primera vez** ¿Cuántos años más grande o más joven era tu pareja?
- A. Nunca he tenido relaciones
 - B. 5 años o más joven que yo
 - C. 3 o 4 años más joven que yo
 - D. Alrededor de mi misma edad
 - E. 3 a 4 años mayor que yo
 - F. 5 años o más mayor que yo
 - G. No estoy seguro/a
62. Durante tu vida, ¿Con cuántas personas has tenido relaciones sexuales?
- A. Nunca he tenido relaciones
 - B. 1 persona
 - C. 2 personas
 - D. 3 personas
 - E. 4 personas
 - F. 5 personas
 - G. 6 o más personas

63. En los últimos tres meses, ¿Con cuántas personas tuviste relaciones sexuales?
- A. Nunca he tenido relaciones
 - B. He tenido relaciones sexuales pero no en los últimos tres meses
 - C. 1 persona
 - D. 2 personas
 - E. 3 personas
 - F. 4 personas
 - G. 5 personas
 - H. 6 o más personas
64. La **última vez** que tuviste relaciones sexuales ¿Ingeriste alcohol o drogas antes de tener relaciones sexuales?
- A. Nunca he tenido relaciones
 - B. Sí
 - C. No
65. La **última vez** que tu pareja y tú tuvieron relaciones, ¿Usaron un condón?
- A. Nunca he tenido relaciones
 - B. Sí
 - C. No
66. La **última vez** que tuviste relaciones sexuales ¿**Qué** método utilizaron tú y tu pareja **para prevenir el embarazo**? (Escoge **una** sola respuesta)
- A. Nunca he tenido relaciones
 - B. No utilizamos ningún método de prevención de embarazo
 - C. Pastillas anticonceptivas
 - D. Condones
 - E. Un dispositivo intrauterino o IUD (ParaGard o Mirena) o un implante (como Implanon o Nexplanon)
 - F. Una inyección (Depo- Provera) un parche (Ortho Evra), o un anillo anticonceptivo, (como Nuva Ring)
 - G. Retiro (eyaculación fuera de la vagina) o algún otro método
 - H. No estoy seguro/a
67. ¿Cuántas veces has estado embarazada o has embarazado a alguien?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 vez
 - C. 2 o más veces
 - D. No estoy seguro/a
68. ¿Has practicado el sexo oral?
- A. Sí
 - B. No
69. Durante tu vida, ¿Con quién has tenido contacto sexual?
- A. Nunca he tenido contacto sexual
 - B. Con mujeres
 - C. Con hombres
 - D. Con mujeres y hombres

Las siguientes dos preguntas son sobre tu peso.

70. ¿Cómo describirías **tú** tu peso?
- A. Muy bajo
 - B. Ligeramente bajo
 - C. Cerca del peso correcto
 - D. Ligeramente sobrepeso
 - E. Notable sobrepeso
71. De la siguiente lista, ¿Qué es lo que estás tratando de hacer acerca de tu peso?
- A. **Perder** peso
 - B. **Subir** de peso
 - C. **Mantener** el mismo peso
 - D. **No estoy tratando** de hacer **nada** acerca de mi peso

Las siguientes nueve preguntas son sobre lo que comiste o bebiste durante los últimos siete días. Piensa en los alimentos y bocadillos que comiste desde que te levantaste hasta que te fuiste a dormir. Asegúrate de incluir los alimentos que comiste en casa, en la escuela, en restaurantes o en cualquier otro lugar.

72. En los últimos siete días, ¿Cuántas veces tomaste **jugos de fruta 100% naturales** como jugo de naranja, de manzana o de uva? (**NO** incluyas ponche, Kool-Aid, bebidas deportivas y otras bebidas con sabores artificiales).
- A. No bebí jugos de fruta 100% naturales durante los últimos 7 días
 - B. 1 a 3 veces durante los últimos 7 días
 - C. 4 a 6 veces durante los últimos 7 días
 - D. 1 vez al día
 - E. 2 veces al día
 - F. 3 veces al día
 - G. 4 o más veces al día

73. En los últimos siete días, ¿Cuántas veces comiste **fruta**? (**No** incluyas jugos de fruta).
- A. No comí fruta los últimos 7 días
 - B. 1 a 3 durante los últimos 7 días
 - C. 4 a 6 durante los últimos 7 días
 - D. 1 vez al día
 - E. 2 veces al día
 - F. 3 veces al día
 - G. 4 o más veces al día
74. En los últimos siete días, ¿Cuántas veces comiste **ensalada verde**?
- A. No comí ensalada verde en los últimos 7 días
 - B. 1 a 3 veces en los últimos 7 días
 - C. 4 a 6 en los últimos 7 días
 - D. 1 vez por día
 - E. 2 veces por día
 - F. 3 veces por día
 - G. 4 o más veces por día
75. En los últimos siete días, ¿Cuántas veces comiste **papas**? (**No** incluyas papas fritas a la francesa, papas fritas u hojuelas fritas).
- A. No comí papas en los últimos 7 días
 - B. 1 a 3 veces en los últimos 7 días
 - C. 4 a 6 veces en los últimos 7 días
 - D. 1 vez al día
 - E. 2 veces al día
 - F. 3 veces al día
 - G. 4 o más veces al día

76. En los últimos siete días,
¿Cuántas veces comiste **zanahorias**?

- A. No comí zanahorias en los últimos 7 días
- B. 1 a 3 veces en 7 días
- C. 4 a 6 veces en 7 días
- D. 1 vez al día
- E. 2 veces al día
- F. 3 veces al día
- G. 4 o más veces al día

77. En los últimos siete días,
¿Cuántas veces comiste **otras verduras**? (**No** tomes en cuenta la ensalada verde, las papas ni las zanahorias).

- A. No comí otras verduras en los últimos 7 días
- B. 1 a 3 veces en los últimos 7 días
- C. 4 a 6 veces en los últimos 7 días
- D. 1 vez al día
- E. 2 veces al día
- F. 3 veces al día
- G. 4 o más veces al día

78. En los últimos siete días, ¿Cuántas veces bebiste una **lata, botella o vaso con una bebida gaseosa** como Coca, Pepsi o Sprite? (**No** incluyas bebidas de dieta).

- A. No bebí bebidas gaseosas en los últimos 7 días
- B. 1 a 3 veces en los últimos 7 días
- C. 4 a 6 veces en los últimos 7 días
- D. 1 vez al día
- E. 2 veces al día
- F. 3 veces al día
- G. 4 o más veces al día

79. En los últimos siete días, ¿Cuántos **vasos de leche** tomaste? (Cuenta la leche que tomaste en un vaso o taza, del cartón o con cereal. Cuenta la ½ pinta de leche que te sirven en la escuela como si fuera un vaso).

- A. No tomé leche en los últimos 7 días
- B. 1 a 3 vasos en los últimos 7 días
- C. 4 a 6 vasos en los últimos 7 días
- D. 1 vaso por día
- E. 2 vasos por día
- F. 3 vasos por día
- G. 4 o más vasos por día

80. En los últimos 7 días,
¿Cuántos días **desayunaste**?

- A. Ningún día
- B. 1 día
- C. 2 días
- D. 3 días
- E. 4 días
- F. 5 días
- G. 6 días
- H. 7 días

Las siguientes cinco preguntas son sobre tu actividad física.

81. En los últimos siete días, ¿Cuántos días hiciste ejercicio **por lo menos durante 60 minutos**? (Suma el tiempo que pasaste en cualquier actividad que incremente tu ritmo cardiaco y te haga respirar agitadamente)

- A. Ningún día
- B. 1 día
- C. 2 días
- D. 3 días
- E. 4 días
- F. 5 días
- G. 6 días
- H. 7 días

82. En un día común de clases,
¿Cuántas horas ves televisión?
- A. No veo televisión durante los días que voy a la escuela
 - B. Menos de 1 hora al día
 - A. 1 hora al día
 - B. 2 horas al día
 - C. 3 horas al día
 - D. 4 horas al día
 - E. 5 o más horas al día
83. En un día promedio,
¿Cuántas horas juegas juegos de video o de computadora o usas la computadora para actividades no escolares? (Incluye el tiempo jugando juegos, viendo videos, enviando mensajes de texto o usando las redes sociales en el teléfono smartphone, computadora, Xbox, PlayStation, iPad y tablet).
- A. No juego video juegos o de computadora ni uso la computadora para actividades no relacionadas con la escuela.
 - B. Menos de 1 hora al día
 - C. 1 hora al día
 - D. 2 horas al día
 - E. 3 horas al día
 - F. 4 horas al día
 - G. 5 o más horas al día
84. En una semana promedio de clases,
¿Cuántas veces tienes educación física (PE)?
- A. Ningún día
 - B. 1 días
 - C. 2 días
 - D. 3 días
 - E. 4 días
 - F. 5 días

85. En los últimos doce meses,
¿En cuántos equipos deportivos jugaste? (Incluye cualquier equipo organizado por tu escuela o grupo comunitario).
- A. Ningún equipo
 - B. 1 equipo
 - C. 2 equipos
 - D. 3 o más equipos

La siguiente pregunta es sobre las contusiones cerebrales. Una contusión cerebral es cuando un golpe o un impacto a la cabeza causan problemas como dolores de cabeza, mareo, estado aturdido o mareado, dificultades de memoria o de enfoque, vómitos, vista borrosa o pérdida del conocimiento.

86. En los últimos doce meses,
¿Cuántos veces tuviste una contusión cerebral **al jugar un deporte o al hacer actividades físicas**?
- A. Ningún vez
 - B. 1 vez
 - C. 2 veces
 - D. 3 veces
 - E. 4 o más veces

Las siguientes cinco preguntas son sobre la educación sexual en tu escuela.

87. ¿Alguna vez te han enseñado en la escuela sobre el SIDA y las infecciones de VIH?
- A. Sí
 - B. No
 - C. No estoy seguro

88. ¿Alguna vez te han enseñado en la escuela el uso del condón para prevenir el embarazo y enfermedades transmitidas sexualmente (STDs), incluyendo el virus de VIH?
- A. Sí
B. No
C. No estoy seguro
89. ¿Alguna vez te han enseñado en la escuela dónde puedes recibir servicios para la salud reproductiva, tales como anticonceptivos, condones o pruebas o tratamiento para el VIH u otras enfermedades transmitidas sexualmente (STDs)?
- A. Sí
B. No
C. No estoy seguro
90. Durante los últimos doce meses, ¿Algún maestro u otro adulto de tu escuela te ha ayudado a encontrar un lugar donde te puedan hacer pruebas para el VIH u otras enfermedades transmitidas sexualmente (STDs)?
- A. No necesité encontrar un lugar para la prueba de VIH y otras enfermedades venéreas STDs durante los últimos doce meses
B. Sí
C. No
91. Durante los últimos doce meses, ¿Algún maestro u otro adulto de tu escuela te ha ayudado a encontrar un lugar donde puedas encontrar anticonceptivos?
- A. No necesité encontrar un lugar para conseguir anticonceptivos durante los últimos doce meses
B. Sí
C. No

Las siguientes ocho preguntas están relacionadas a otros temas de salud

92. ¿Te han hecho la prueba de VIH, el virus del SIDA? (No cuentes las pruebas realizadas si has sido donador de sangre).
- A. Sí
B. No
C. No estoy seguro
93. ¿Durante los últimos doce meses, has realizado pruebas para enfermedades de transmisión sexual (STDs) además de VIH, tales como clamidia o gonorrea?
- A. Sí
B. No
C. No estoy seguro
94. ¿Cuándo fue la última vez que visitaste un dentista para una revisión, examen, limpieza u otro trabajo dental?
- A. Durante los últimos 12 meses
B. Hace 12 o 24 meses atrás
C. Hace más de 24 meses
D. Nunca
E. No estoy seguro
95. ¿Te ha dicho un médico o enfermera que padeces de asma?
- A. Sí
B. No
C. No estoy seguro
96. En promedio en una noche escolar, ¿Cuántas horas duermes?
- A. 4 horas o menos
B. 5 horas
C. 6 horas
D. 7 horas
E. 8 horas
F. 9 horas
G. 10 o más horas

97. ¿Estás de acuerdo o en desacuerdo en que la escuela tiene claras consecuencias para los alumnos que hostigan o acosan a otros alumnos?
- A. Muy de acuerdo
 - B. De acuerdo
 - C. No estoy seguro
 - D. En desacuerdo
 - E. Muy en desacuerdo
98. ¿Estás de acuerdo o en desacuerdo en que te sientes cerca de la gente en la escuela?
- A. Muy de acuerdo
 - B. De acuerdo
 - C. No estoy seguro
 - D. En desacuerdo
 - E. Muy en desacuerdo
99. Durante los últimos doce meses, ¿Cómo describirías tus calificaciones en la escuela?
- F. Casi todas As
 - G. Casi todas Bs
 - H. Casi todas Cs
 - I. Casi todas Ds
 - J. Casi todas Fs
 - K. Ninguna de estas calificaciones
 - L. No estoy seguro

**Este es el final de la encuesta.
Muchas gracias por tu cooperación.**