

San Diego 2017

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, obedece las instrucciones de la persona que te 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. Indio norteamericano o nativo de Alaska
B. Asiático
C. Afroamericano
D. Filipino
E. Indochino
F. Nativo de Hawái u otra isla del Pacífico
G. Blanco

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?
- Heterosexual (straight)
 - Gay o lesbiana
 - Bisexual
 - 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?
- No, no soy transexual
 - Sí, soy transexual y me considero un niño o hombre
 - Sí, soy transexual y me considero niña o mujer
 - Sí, soy transexual y me considero de otra manera
 - No sé si soy transexual
 - No se lo qué me están preguntado
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?
- Muy femenino/a
 - Bastante femenino/a
 - Algo femenino/a
 - Igualmente femenino/a que masculino/a
 - Algo masculino/a
 - Bastante masculino/a
 - Muy masculino/a

Las siguientes 4 preguntas son sobre la seguridad.

11. ¿Con qué frecuencia te pones el cinturón de seguridad cuando eres **pasajero** en un auto?
- Nunca
 - Rara vez
 - Ocasionalmente
 - La mayoría del tiempo
 - Siempre
12. En los últimos 30 días, ¿cuántas veces te **subiste** a un auto u otro vehículo **conducido por alguien que había bebido alcohol**?
- 0 veces
 - 1 vez
 - 2 o 3 veces
 - 4 o 5 veces
 - 6 veces o más
13. En los últimos 30 días, ¿cuántas veces **condujiste** un auto u otro vehículo **después de haber tomado bebidas alcohólicas**?
- 0 veces
 - 1 vez
 - 2 o 3 veces
 - 4 o 5 veces
 - 6 veces o más
14. En los últimos 30 días, ¿cuántos de esos días **enviaste un mensaje de texto o un email** mientras **conducías** un auto u otro vehículo?
- No conduje un auto ni ningún otro vehículo durante los últimos 30 días.
 - 0 días
 - 1 o 2 días
 - 3 o 5 días
 - 6 o 9 días
 - 10 o 19 días
 - 20 o 29 días
 - Todos los 30 días

Las siguientes 10 preguntas son sobre comportamientos relacionados a la violencia.

15. En los últimos 30 días, ¿cuántas veces portaste **un arma**, como una pistola, un cuchillo, o un garrote **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 12 meses, ¿cuántas veces portaste **una pistola**? (**No** cuentas 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 30 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 12 meses, ¿cuántas veces te ha amenazado o lesionado alguien con un arma, como una pistola, un cuchillo, o garrote **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 12 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 12 meses ¿cuántas veces alguien **con quien estabas saliendo** te forzó a hacer cosas sexuales que no querías? (Cuenta cosas como besos, toques, o ser forzado/a a tener relaciones sexuales).
- 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

22. Durante los últimos 12 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 12 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.).
- G. No he estado saliendo con nadie durante los últimos 12 meses.
 - H. 0 veces
 - I. 1 vez
 - J. 2 o 3 veces
 - K. 4 o 5 veces
 - L. 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 3 preguntas son sobre hostigamiento o acoso. Hostigamiento es cuando 1 o más alumnos se burlan, amenazan, causan rumores, pegan, empujan, o lastiman a otros alumnos repetidamente. No es hostigamiento cuando 2 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 12 meses ¿te han hostigado en **propiedad escolar**?
- A. Sí
 - B. No
26. Durante los últimos 12 meses, ¿te han hostigado **electrónicamente**? (Incluyendo hostigado por email, chat rooms, mensajes instantáneos, sitios de Internet o textos)
- A. Sí
 - B. No
27. Durante los últimos 12 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
- Las siguientes 2 preguntas son sobre sexting.**
28. Durante los últimos 30 días, ¿has textado, enviado un email o electrónicamente publicado una foto tuya reveladora o sexual?
- A. Sí
 - B. No
29. Durante los últimos 30 días, ¿han textado, enviado un email, o electrónicamente publicado 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.

30. Durante los últimos 12 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 4 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.

31. Durante los últimos 12 meses, ¿te has sentido tan triste y sin esperanza casi diario por **dos semanas consecutivas o más** que dejaste de hacer ciertas actividades habituales?
- A. Sí
 - B. No
32. Durante los últimos 12 meses, ¿consideraste **seriamente** intentar suicidarte?
- A. Sí
 - B. No
33. Durante los últimos 12 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

34. **Si intentaste suicidarte** en los últimos 12 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 12 meses
 - B. Sí
 - C. No

Las siguientes 2 preguntas son sobre el uso del tabaco.

35. En los últimos 30 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
36. En los últimos 30 días, en los 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 3 preguntas son sobre los productos de vapor electrónico, como blu, NJOY Vuse, Mark Ten, Logic, Vapin Plus, eGo y Halo. Los productos de vapor electrónico incluyen cigarrillos-e, cigarros-e, pipas-e, pipas de vapor, plumas de vapor, hookahs-e y plumas de hookah.

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

- A. Sí
- B. No

38. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días usaste un producto de vapor electrónico?

- A. 0 días
- B. 1 o 2 días
- C. 3 a 9 días
- D. 10 a 19 días
- E. 20 a 39 días
- F. 40 a 99 días
- G. 100 o más días

39. Durante los últimos 30 días, ¿cómo conseguías normalmente tus productos de vapor electrónico?

- A. No he usado productos de vapor electrónico durante los últimos 30 días.
- B. Los compré en una tienda como una tienda comunitaria, un supermercado, una tienda de descuentos, una gasolinera o una tienda de vape
- C. Los compré en el Internet
- D. Le di dinero a alguien para que me los comprara
- E. Alguien me los prestó
- F. Me los dio una persona de 18 años o más
- G. Me los llevé de una tienda o de otra persona
- H. Los conseguí de otra manera

Las siguientes 3 preguntas son sobre otros productos de tabaco.

40. En los últimos 30 días, ¿cuántos días **masticaste tabaco, snuff, dip, snus o productos de tabaco soluble** como Redman, Levi Garrett, Beechnut, Skoal,

Skoal Bandits, Copenhagen, Camel Snus, Marlboro Snus, General Snus, Ariva, Stonewall o Camel Orbs? (No cuentes cualquier 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

41. En los últimos 30 días, ¿cuántos días fumaste **cigarros, cigarrillos o pequeños cigarros**?

- H. 0 días
- I. 1 o 2 días
- J. 3 a 5 días
- K. 6 a 9 días
- L. 10 a 19 días
- M. 20 a 29 días
- N. Todos los 30 días

42. En los últimos 12 meses, ¿alguna vez trataste de **dejar de** usar **todos** los productos de tabaco, incluyendo los cigarrillos, cigarros, el tabaco sin humo, el tabaco para shisha o hookah y los productos de vapor electrónico?

- A. No use productos de tabaco
- B. Sí
- C. No

Las siguientes 3 preguntas son sobre el consumo de alcohol. Esto incluye beber cerveza, vino, “wine coolers”, y licor como ron, ginebra, vodka o whiskey. En estas preguntas no se considera ingerir alcohol si tomas un traguito de vino por motivos religiosos.

43. En toda tu vida, ¿Cuántos días has tomado por lo menos una bebida alcohólica?

- A. 0 días1 o 2 días
- B. 3 a 9 días
- C. 10 a 19 días
- D. 20 a 39 días
- E. 40 a 99 días
- F. 100 o más días

44. ¿Cuántos años tenías cuando tomaste tu primera bebida alcohólica, sin tomar en cuenta los pequeños traguitos?

- A. Nunca he tomado una bebida alcohólica, aparte de unos sorbos
- B. 8 años o menos
- 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

45. En los últimos 30 días, ¿Cuántos días tomaste por lo menos una bebida alcohólica?

- O. 0 días
- P. 1 o 2 días
- Q. 3 a 5 días
- R. 6 a 9 días
- S. 10 a 19 días
- T. 20 a 29 días
- U. Todos los 30 días

Las siguientes 2 preguntas son sobre cuántas bebidas alcohólicas te has tomado seguidas, es decir, dentro de un par de horas. Para la primera pregunta, el número de bebidas que debes considerar es distinto para las alumnas que para los alumnos.

46. En los últimos 30 días, ¿cuántos días bebiste **4** o más bebidas alcohólicas seguidas (se 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

47. En los últimos 30 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 a 5 bebidas
- F. 6 o 7 bebidas
- G. 8 o 9 bebidas
- H. 10 o más bebidas

Las siguientes 3 preguntas son sobre el uso de marihuana. A la marihuana también se le conoce como hierba o mota.

48. A lo largo de tu vida, ¿cuántas veces has usado mariguana?

- 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

49. ¿Cuántos años tenías cuando fumaste marihuana por primera vez?
- A. Nunca he probado la marihuana
 - B. 8 años o menos
 - 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
50. En los últimos 30 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

Las siguientes 11 preguntas están relacionadas con otras drogas.

51. A lo largo de tu vida, ¿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. Durante tu vida ¿cuántas veces has usado **heroína** (también llamadas “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 llamadas “speed”, cristal, “crank” o “ice”)?
- 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 usado **marihuana sintética** (también llamadas “K2”, “Spice”, “fake weed”, “King Kong”, “Yucatan Fire”, “Skunk” o “Moon Rocks”)?
- 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 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
58. Durante tu vida, ¿cuántas veces has tomado una **medicina que requiere receta** médica (como Oxycontin, Percocet, Vicodin, codeína, Adderall, Ritalin, o Xanax) sin la 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
59. Durante tu vida, ¿cuántas veces te has inyectado una droga **ilegal**?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 vez
 - C. 2 o más veces
60. En los últimos 12 meses, ¿alguien te ha ofrecido, vendido o regalado una sustancia ilegal **dentro de la propiedad escolar**?
- A. Sí
 - B. No
61. ¿Cuánto más seguro te sentirías al tener un perro detector de drogas en tu plantel?
- A. Mucho más seguro
 - B. Más seguro
 - C. Un poco más seguro
 - D. No me sentiría más seguro

Las siguientes 11 preguntas son sobre el comportamiento sexual.

62. ¿Has tenido relaciones sexuales?
- A. Sí
 - B. No
63. ¿Cuántos años tenías cuando tuviste tu primera relación sexual?
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
 - 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
64. Cuando tuviste relaciones sexuales **por primera vez** ¿cuántos años más o menos que tú tenía tu pareja?
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
 - B. 5 o más años 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 o más años mayor que yo
 - G. No estoy seguro/a
65. Durante tu vida, ¿con cuántas personas has tenido relaciones sexuales?
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
 - B. 1 persona
 - C. 2 personas
 - D. 3 personas
 - E. 4 personas
 - F. 5 personas
 - G. 6 o más personas

66. En los últimos 3 meses, ¿Con cuántas personas tuviste relaciones sexuales?
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
 - 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
67. La **última vez** que tuviste relaciones sexuales ¿ingeriste alcohol o utilizaste drogas antes de tener relaciones sexuales?
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
 - B. Sí
 - C. No
68. ¿Usaron tú o tu pareja un condón la **última vez** que tuvieron relaciones sexuales?
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
 - B. Sí
 - C. No
69. La **última vez** que tuviste relaciones sexuales **qué** método utilizaron tú o tu compañero/a **para prevenir el embarazo**? (Escoge **una** sola respuesta)
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
 - B. No utilizamos ningún método
 - C. Pastillas anticonceptivas
 - D. Condones
 - E. Un dispositivo intrauterino o IUD como ParaGard o Mirena) o un implante (como Implanon o Nexplanon)
 - F. Una inyección (como Depo-Provera) un parche (como 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
70. ¿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
71. ¿Has practicado el sexo oral?
- A. Sí
 - B. No
72. 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 2 preguntas son sobre tu peso.

73. ¿Cómo describirías **tú** tu peso?
- A. Muy bajo
 - B. Ligeramente bajo
 - C. Cerca del peso correcto
 - D. Ligeramente sobrepeso
 - E. Notable sobrepeso
74. 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 9 preguntas son sobre lo que comiste o bebiste durante los últimos 7 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.

75. En los últimos 7 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 u 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

76. En los últimos 7 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
77. En los últimos 7 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
78. En los últimos 7 días, ¿cuántas veces comiste **papas**? (**No** incluyas papas fritas a la francesa, papas fritas u hojuelas fritas.)
- A. No comí papas 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

79. En los últimos 7 días, ¿cuántas veces comiste **zanahorias**?
- A. No comí zanahorias 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
80. En los últimos 7 días, ¿cuántas veces comiste **otros vegetales**? (**No** tomes en cuenta la ensalada verde, las papas ni las zanahorias.)
- A. No comí otras verduras 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
81. En los últimos 7 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 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

82. En los últimos 7 días ¿cuántos **vasos de leche** tomaste? (Cuenta la leche que tomaste en un vaso o taza, o 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 durante los últimos 7 días
 - B. 1 a 3 vasos durante los últimos 7 días
 - C. 4 a 6 vasos durante los últimos 7 días
 - D. 1 vasos por día
 - E. 2 vasos por día
 - F. 3 vasos por día
 - G. 4 o más vasos por día
83. En los últimos 7 días ¿cuántos días tomaste **desayuno**?
- 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 5 preguntas son sobre tu actividad física.

84. En los últimos 7 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

85. 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
86. En un día promedio, ¿cuántas horas juegas juegos de video o de computadora o usas la computadora para actividades no escolares? (incluye actividades como Xbox, Nintendo, iPod, iPad u otra tableta o smartphome, YouTube, Facebook u otras herramientas de las redes sociales, y el Internet)
- A. No juego juegos de video 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
87. 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

88. En los últimos 12 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, estar aturdido o mareado, dificultades de memoria o para enfocarse, vómitos, vista borrosa o perder el conocimiento.

89. En los últimos 12 meses, ¿cuántas 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 4 preguntas son sobre la educación sexual en tu escuela.

90. ¿Alguna vez te han enseñado en la escuela sobre cómo usar un condón para prevenir embarazos o enfermedades transmitidas sexualmente (STDs), incluyendo el VIH?
- A. Sí
 - B. No
 - C. No estoy seguro

91. ¿Alguna vez te han enseñado en la escuela dónde puedes recibir servicios para la salud reproductiva, como anticonceptivos, condones o pruebas o tratamiento para el VIH u otras enfermedades transmitidas sexualmente (STDs)?
- A. Sí
 - B. No
 - C. No estoy seguro
92. Durante los últimos 12 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 u otras STDs durante los últimos 12 meses
 - B. Sí
 - C. No
93. Durante los últimos 12 meses, ¿algún maestro u otro adulto de tu escuela te ha ayudado a encontrar un lugar donde puedas encontrar anticonceptivos?
- D. No necesité encontrar un lugar para conseguir anticonceptivos durante los últimos 12 meses
 - E. Sí
 - F. No

Las siguientes 6 preguntas son sobre otros temas de salud.

94. Te han hecho la prueba para el VIH, el virus que causa el SIDA? (**No** cuentes las pruebas que te hacen cuando donas sangre)
- A. Sí
 - B. No
 - C. No estoy seguro
95. ¿Cuándo fue la última vez que visitaste un dentista para un chequeo, examen, limpieza u otro trabajo dental?
- A. Durante los últimos 12 meses
 - B. Hace 12 o 24 meses atrás
 - C. Más de 24 meses atrás
 - D. Nunca
 - E. No estoy seguro
96. ¿Te ha dicho un médico o enfermera que padeces de asma?
- A. Sí
 - B. No
 - C. No estoy seguro
 - G. No estoy seguro
97. ¿Por lo general 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
98. ¿Estás de acuerdo o en desacuerdo que tu escuela tiene consecuencias claras para los estudiantes que hostigan o acosan a otros estudiantes?
- A. Muy de acuerdo
 - B. De acuerdo
 - C. No estoy seguro
 - D. En desacuerdo
 - E. Muy en desacuerdo

99. Durante los últimos 12 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 fin de la encuesta.

Muchas gracias por tu cooperación.