

# **Encuesta sobre Comportamientos de Riesgo entre los Jóvenes 2009 - Middle School**

Esta encuesta trata sobre los tipos de conducta sana. Ha sido creada para que nos puedas contar qué tipos de cosas haces que pueden afectar a tu salud. La información que nos des nos servirá para desarrollar un mejor programa de educación sobre la salud para jóvenes como tú.

NO escribas tu nombre en esta encuesta ni en tu hoja de respuestas. Nadie sabrá lo que has escrito. Responde a las preguntas basándote en tu propia vida.

Tu participación en esta encuesta es voluntaria. El que respondas a las preguntas o dejes de hacerlo no va a afectar tus calificaciones en esta clase. Si no te sientes cómodo respondiendo a una pregunta concreta, la puedes dejar en blanco.

Las preguntas en las que se pide que hables de tu vida personal serán utilizadas únicamente para describir el tipo de estudiante que participa en la encuesta. No se va a utilizar esta información para tratar de averiguar quien eres. Jamás se dará a conocer la identidad del participante.

Lee cada una de las preguntas. Rellena completamente las figuras ovaladas. Cuando termines, sigue las instrucciones de la persona que te ha dado la encuesta.

*Muchas gracias por tu ayuda.*

## INSTRUCCIONES

- Utiliza un lápiz del no. 2.
- Oscurece bien el óvalo.
- Para cambiar tu respuesta, borra la anterior por completo.

- Rellena tu respuesta así:



1. ¿Cuántos años tienes?  
A. 10 años o menor  
B. 11 años  
C. 12 años  
D. 13 años  
E. 14 años  
F. 15 años  
G. 16 años o mayor
2. ¿Cuál es tu sexo?  
A. Femenino  
B. Masculino
3. ¿En qué grado estás?  
A. 6° grado  
B. 7° grado  
C. 8° grado  
D. Sin grado o en otro grado
4. ¿Eres Hispano/Latino?  
A. Sí  
B. No
5. ¿Cuál es tu raza? (Selecciona una o más de las respuestas.)  
A. Americano Indio o Nativo de Alaska  
B. Asiático  
C. Negro o Americano Africano  
D. Nativo de Hawai o de Otra Isla del Pacífico  
E. Blanco

### Las 4 preguntas siguientes tratan de la seguridad personal.

6. Cuando montas en bicicleta, ¿con qué frecuencia llevas puesto el casco de seguridad?  
A. Yo no ando en bicicleta  
B. Nunca uso un casco  
C. Casi nunca uso un casco  
D. Algunas veces uso un casco  
E. Casi siempre uso un casco  
F. Siempre uso un casco

7. Cuando usas patines en línea o manejas una patineta, ¿con qué frecuencia utilizas un casco de seguridad?
- A. Yo no uso patines en línea ni manejo una patineta
  - B. Nunca uso un casco
  - C. Casi nunca uso un casco
  - D. Algunas veces uso un casco
  - E. Casi siempre uso un casco
  - F. Siempre uso un casco
8. ¿Con qué frecuencia usas el cinturón de seguridad cuando vas en un auto con alguien?
- A. Nunca
  - B. Rara vez
  - C. Algunas veces
  - D. Casi siempre
  - E. Siempre
9. ¿Alguna vez te has montado en un automóvil o en otro tipo de vehículo que fuera manejado por alguien que había estado bebiendo alcohol?
- A. Sí
  - B. No
  - C. No estoy seguro

**Las 3 preguntas siguientes se refieren a comportamientos de tipo violento.**

10. ¿Alguna vez en tu vida has llevado un arma (pistola, navaja o porra)?
- A. Sí
  - B. No
11. ¿Alguna vez te has peleado físicamente con alguien?
- A. Sí
  - B. No
12. ¿Alguna vez has estado implicado en una pelea física por la que has tenido que ser tratado por un doctor o por una enfermera?
- A. Sí
  - B. No

**La siguiente pregunta se relaciona con el acoso escolar. El acoso escolar (bullying) se da cuando uno o más estudiantes se burlan con crueldad, amenazan, hacen correr rumores, golpean, dan empujones o lastiman a otro estudiante una y otra vez. No se da bullying cuando dos estudiantes, de aproximadamente la misma fuerza o poder, discuten o pelean en una manera amigable.**

13. ¿Alguna vez has sido acosado en la escuela?
- A. Sí
  - B. No

**Las 3 preguntas siguientes tratan del intento de suicidio. Algunas veces las personas se sienten tan deprimidas sobre el futuro que pueden llegar a pensar en suicidarse, es decir, hacer algo para acabar con su vida.**

14. ¿Has considerado seriamente el suicidarte?
  - A. Sí
  - B. No
15. ¿Has elaborado un plan sobre la manera de suicidarte?
  - A. Sí
  - B. No
16. ¿Alguna vez has intentado suicidarte?
  - A. Sí
  - B. No

**Las 8 preguntas siguientes tratan del uso del tabaco.**

17. ¿Has probado el tabaco alguna vez, aunque sólo haya sido darle una o dos chupadas al cigarrillo?
  - A. Sí
  - B. No
18. ¿Qué edad tenías cuando te fumaste un cigarrillo entero por primera vez?
  - A. No he fumado nunca un cigarrillo
  - B. 8 años o menos
  - C. 9 años
  - D. 10 años
  - E. 11 años
  - F. 12 años
  - G. 13 años ó más
19. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días has fumado cigarrillos?
  - A. 0 días
  - B. 1 ó 2 días
  - C. 3 a 5 días
  - D. 6 a 9 días
  - E. 10 a 19 días
  - F. 20 a 29 días
  - G. Los 30 días
20. Durante los últimos 30 días, en los días que fumaste, ¿cuántos cigarrillos fumaste diarios?
  - A. No he fumado cigarrillos durante los últimos 30 días
  - B. Menos de un cigarrillo diario
  - C. Un cigarrillo diario
  - D. 2 a 5 cigarrillos diarios
  - E. 6 a 10 cigarrillos diarios
  - F. 11 a 20 cigarrillos diarios
  - G. Más de 20 cigarrillos diarios

21. Durante los últimos 30 días, ¿cómo solías obtener tus propios cigarrillos? (Elige sólo una respuesta.)
- A. No he fumado cigarrillos durante los últimos 30 días
  - B. Los he comprado en una tienda como las de las gasolineras, supermercado, tienda de descuento
  - C. Los he comprado en una máquina
  - D. Le dí a una persona dinero para que me los compre
  - E. Se los pedí prestados a alguien o me los dieron
  - F. Una persona mayor de 18 años me los dio
  - G. Se los quité a un familiar o me los robé de una tienda
  - H. Los conseguí de otra manera
22. ¿Has fumado cigarrillos a diario alguna vez, es decir, un cigarrillo diario durante 30 días?
- A. Sí
  - B. No
23. Durante los últimos 30 días, ¿en cuántos de ellos has usado tabaco de mascar, rapé o “dip” como Redman, Levi Garrett, Beechnut, Skoal, Skoal Bandits o Copenhagen?
- A. 0 días
  - B. 1 ó 2 días
  - C. 3 a 5 días
  - D. 6 a 9 días
  - E. 10 a 19 días
  - F. 20 a 29 días
  - G. Los 30 días
24. Durante los últimos 30 días, ¿en cuántos de ellos has fumado puros, cigarrillos o puritos?
- A. 0 días
  - B. 1 ó 2 días
  - C. 3 a 5 días
  - D. 6 a 9 días
  - E. 10 a 19 días
  - F. 20 a 29 días
  - G. Los 30 días

**Las próximas 2 preguntas tratan de la ingestión de bebidas alcohólicas. Esto incluye cerveza, vino, wine coolers y bebidas alcohólicas como el ron, la ginebra, el vodka o el whiskey. En estas preguntas, tomar unos cuantos sorbitos de vino por razones religiosas no está considerado como beber alcohol.**

25. ¿Alguna vez has tomado una copa (no tan sólo unos sorbitos) de alcohol?
- A. Sí
  - B. No
26. ¿Qué edad tenías cuando tomaste una copa de alcohol por primera vez (no tan sólo unos sorbitos)?
- A. A parte de unos cuantos sorbitos, nunca he bebido una copa entera de alcohol
  - B. 8 años o menos
  - C. 9 años
  - D. 10 años
  - E. 11 años

- F. 12 años
- G. 13 años ó más

**Las 2 preguntas siguientes tratan del uso de la marihuana. A la marihuana también se la conoce como hierba, mota o chocolate.**

- 27. ¿Alguna vez has usado marihuana?
  - A. Sí
  - B. No
  
- 28. ¿Qué edad tenías la primera vez que probaste la marihuana?
  - A. Nunca he probado la marihuana
  - B. 8 años o menos
  - C. 9 años
  - D. 10 años
  - E. 11 años
  - F. 12 años
  - G. 13 años ó más

**Las 3 preguntas siguientes están relacionadas con el uso de otras drogas.**

- 29. ¿Alguna vez durante el curso de tu vida has usado cocaína en alguna de sus formas, incluyendo polvo, yeyo, crack o freebase?
  - A. Sí
  - B. No
  
- 30. ¿Alguna vez en tu vida has esnifado pegamento o respirado el contenido de las latas atomizadoras de spray o inhalado pintura o algún otro tipo de spray para “colocarte”?
  - A. Sí
  - B. No
  
- 31. ¿Alguna vez en tu vida has usado pastillas o inyecciones de esteroides sin receta médica?
  - A. Sí
  - B. No

**Las 4 preguntas siguientes están relacionadas con el comportamiento sexual.**

- 32. ¿Has tenido relaciones sexuales alguna vez?
  - A. Sí
  - B. No
  
- 33. ¿Qué edad tenías cuando tuviste relaciones sexuales por primera vez?
  - A. Nunca he tenido relaciones sexuales
  - B. 8 años o menos
  - C. 9 años
  - D. 10 años
  - E. 11 años
  - F. 12 años
  - G. 13 años o más

34. ¿Con cuántas personas has tenido relaciones sexuales en tu vida?
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
  - B. Con 1 persona
  - C. Con 2 personas
  - D. Con 3 personas
  - E. Con 4 personas
  - F. Con 5 personas
  - G. Con 6 o más personas
35. ¿Usaste tú o tu compañero un condón la última vez que tuvieron relaciones sexuales?
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
  - B. Sí
  - C. No

**Las 7 preguntas siguientes están relacionadas con el peso.**

36. ¿Cómo describes tu peso?
- A. Demasiado delgado
  - B. Algo delgado
  - C. peso adecuado
  - D. un poco sobre-peso
  - E. muy sobre-peso
37. ¿Qué estás intentando hacer sobre tu peso?
- A. Perder peso
  - B. Ganar peso
  - C. Mantener mi peso actual
  - D. No estoy haciendo nada para cambiar mi peso
38. ¿Alguna vez has hecho ejercicio para perder o para evitar ganar peso?
- A. Sí
  - B. No
39. ¿Alguna vez has comido menos cantidad de comida, o con menos calorías, o comidas bajas en grasa para perder peso o para evitar ganarlo?
- A. Sí
  - B. No
40. ¿Alguna vez has dejado de comer durante 24 horas o más (también llamado ayuno) para perder peso o para evitar ganarlo?
- A. Sí
  - B. No
41. ¿Alguna vez has tomado píldoras, polvos o líquidos sin el permiso del doctor para poder perder peso o para evitar ganarlo? (No incluyas productos sustitutos de la comida como Slim Fast.)
- A. Sí
  - B. No

42. ¿Alguna vez has vomitado o tomado laxantes para poder perder peso o para evitar ganarlo?  
A. Sí  
B. No

**Las 5 preguntas siguientes tienen que ver con la actividad física.**

43. Durante los pasados 7 días, ¿durante cuántos días participaste en actividad física por lo menos 60 minutos al día? (Suma todo el tiempo que pasas en cualquier actividad física que aumente tu ritmo del corazón y que te haga respirar con dificultad parte del tiempo.)  
A. 0 días  
B. 1 día  
C. 2 días  
D. 3 días  
E. 4 días  
F. 5 días  
G. 6 días  
H. 7 días
44. En un día normal de escuela, ¿cuántas horas ves la televisión?  
A. No veo televisión durante los días de escuela  
B. Menos de 1 hora diaria  
C. 1 hora diaria  
D. 2 horas diarias  
E. 3 horas diarias  
F. 4 horas diarias  
G. 5 o más horas diarias
45. En un día regular de escuela, ¿cuántas horas pasas jugando un juego de video o de computadora o usas una computadora para algo que no está relacionado al trabajo escolar? (Incluye actividades como Nintendo, Game Boy, Play- Station, Xbox, juegos en computadora o en la Internet.)  
A. No juego juegos de video o de computadora ni tampoco uso la computadora para algo no relacionado a 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
46. En una semana normal de la escuela, ¿cuántos días asististe a clases de educación física (PE)?  
A. 0 días  
B. 1 día  
C. 2 días  
D. 3 días  
E. 4 días  
F. 5 días

47. En los últimos 12 meses, ¿con cuántos equipos deportivos has jugado? (Incluye cualquier equipo dirigido por la escuela o por grupos de la comunidad.)
- A. 0 equipos
  - B. 1 equipo
  - C. 2 equipos
  - D. 3 o más equipos

**Las 3 preguntas siguientes tratan de temas relacionados con la salud.**

48. ¿Te ha hablado algún maestro en la escuela sobre SIDA (AIDS) o sobre la infección del VIH (HIV)?
- A. Sí
  - B. No
  - C. No estoy seguro
49. ¿Alguna vez un médico o enfermera te ha dicho que tienes asma?
- A. Sí
  - B. No
  - C. No estoy seguro
50. ¿Aún tienes asma?
- A. Nunca he tenido asma
  - B. Sí
  - C. No
  - D. No estoy seguro
51. ¿Cuál es tu código postal?

**Aquí concluye la encuesta.  
Muchas gracias por tu ayuda.**