

Healthy Kids Colorado Survey

HKCS B

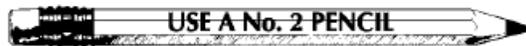
Esta encuesta se trata de comportamientos de salud. Ha sido desarrollada para ayudarnos a aprender que estás haciendo que puede afectar a tu salud. La información que nos proporcionas se usará para mejorar la educación sobre la salud para jóvenes como tú.

NO escribas tu nombre en esta encuesta. Tus respuestas se mantendrán privadas. Nadie sabrá lo que escribes. Contesta las preguntas según lo que realmente haces.

Completar esta encuesta es completamente voluntario. Contestar o no contestar las preguntas no afectará tus calificaciones en esta clase. Si no te sientes cómodo contestando cualquier pregunta, déjala en blanco.

Las preguntas sobre tus orígenes sirven solamente para describir los tipos de estudiantes completando esta encuesta. La información no se usará para averiguar tu nombre. Nunca se reportarán los nombres.

Lee cada pregunta. Llena completamente los círculos de respuesta. Cuando termines, sigue las instrucciones de la persona dándote la encuesta.



Instrucciones

Usa solamente un lápiz #2.

Marca duro.

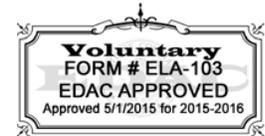
Llena tus respuestas así:

A B C D

Si cambias tu respuesta, borra la vieja completamente.

Por favor marca solamente una respuesta para cada pregunta llenando completamente al círculo o los círculos.

Muchísimas gracias por tu ayuda.



1. ¿Cuántos años tienes?

- 10 años o menos
- 11 años
- 12 años
- 13 años
- 14 años
- 15 años
- 16 años o más

2. ¿Cuál es tu género?

- Femenino
- Masculino

3. ¿En qué año/grado/curso estás?

- 9º
- 10º
- 11º
- 12º
- Sin grado o en otro

4. ¿Eres hispano o latino?

- Sí
- No

5. ¿Cuál es tu raza? (selecciona una o más)

- Indio Americano o Nativo de Alaska
- Asiático
- Negro o Afro-Americano
- Hawaiano Nativo u otro Isleño del Pacífico
- Blanco

6.Cuál de estos grupos te describen mejor?
(Seleccione solo una respuesta.)

- Indio Americano o Nativo de Alaska
- Asiático
- Negro o Afro-Americano
- Hispano o Latino
- Nativo de Hawai u otro Isleño del Pacífico
- Blanco

7. ¿Cuánto mides sin zapatos?

Instrucciones: Escribe tu estatura en las cajitas. Llena el círculo correspondiente debajo.

Estatura					Peso		
Pies	Pulgadas				Libras		
3	0				0	0	0
4	1				1	1	1
5	2				2	2	2
6	3				3	3	3
7	4					4	4
	5					5	5
	6					6	6
	7					7	7
	8					8	8
	9					9	9
	10						
	11						

8. ¿Cuánto pesas sin zapatos?

Instrucciones: Escribe tu peso en las cajitas. Llena el círculo correspondiente debajo.

9. ¿Cuál es el nivel de educación más alto que tu madre ha completado?

- Completó primaria o menos
- Algunos estudios secundarios
- Completó estudios secundarios
- Algunos estudios en la universidad
- Completó estudios en la universidad
- Estudios profesionales
- No estoy seguro

10. ¿Cuál de los siguientes te describe mejor?

- Heterosexual
- Gay o lesbiana
- Bisexual
- No estoy seguro

11. Una persona **transgénero** es alguien para quien el sexo biológico al nacer **no coincide** con la forma en que piensan o se sienten sobre sí mismos. ¿Eres **transgénero**?

- No, no soy transgénero
- Sí, soy transgénero y yo me considero realmente un niño o un hombre
- Sí, soy transgénero y yo me considero realmente una niña o una mujer
- Sí, soy transgénero y yo me considero de alguna otra forma
- No sé si soy transgénero
- No entiendo la pregunta

Las próximas 7 preguntas se tratan de la seguridad.

12. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces **vijaste** en un carro u otro vehículo **manejado por alguien quien había estado tomando alcohol**?

- 0 veces
- 1 vez
- 2 o 3 veces
- 4 o 5 veces
- 6 o más veces

13. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces **manejaste** un carro u otro vehículo **cuando habías estado tomando alcohol**?

- No manejé un carro u otro vehículo durante los últimos 30 días
- 0 veces
- 1 vez
- 2 o 3 veces
- 4 o 5 veces
- 6 o más veces

14. **Cuando montaste una bicicleta** durante los últimos 12 meses, ¿con qué frecuencia te pusiste un casco?

- No monté una bicicleta en los últimos 12 meses
- Nunca me puse un casco
- Raramente me puse un casco
- A veces me puse un casco
- La mayoría del tiempo me puse un casco
- Siempre me puse un casco

15. ¿Con qué frecuencia te pones el cinturón de seguridad cuando **vijas** en un carro manejado por otra persona?

- Nunca
- Raramente
- A veces
- La mayoría del tiempo
- Siempre

16. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días enviaste un **texto o un correo electrónico** mientras **manejabas** un carro u otro vehículo?

- No manejé un carro u otro vehículo durante los últimos 30 días
- 0 días
- 1 o 2 días
- 3 a 5 días
- 6 a 9 días
- 10 a 19 días
- 20 a 29 días
- Todo los 30 días

17. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces hiciste algo a propósito para lastimarte sin querer morir, como cortarte o quemarte a propósito?

- 0 veces
- 1 vez
- 2 o 3 veces
- 4 o 5 veces
- 6 o más veces

18. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces te has sentido amenazado o te han lastimado como resultado de actividad pandillera?
- 0 veces
 - 1 vez
 - 2 o 3 veces
 - 4 o 5 veces
 - 6 o más veces

Las próximas 7 preguntas se tratan de comportamientos relacionados con violencia.

19. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días cargaste contigo un arma como una pistola, un cuchillo, o un club?
- 0 días
 - 1 día
 - 2 o 3 días
 - 4 o 5 días
 - 6 o más días
20. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días cargaste contigo un arma como una pistola, un cuchillo, o un club en la propiedad de escuela?
- 0 días
 - 1 día
 - 2 o 3 días
 - 4 o 5 días
 - 6 o más días
21. Durante los últimos 30 días, ¿Cuántos días **no** fuiste a la escuela porque no te sentías seguro ahí o en camino entre tu casa y la escuela?
- 0 días
 - 1 día
 - 2 o 3 días
 - 4 o 5 días
 - 6 o más días
22. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces te han amenazado o herido con un arma como una pistola, un cuchillo, o un club en la propiedad de escuela?
- 0 veces
 - 1 vez
 - 2 o 3 veces
 - 4 o 5 veces
 - 6 o 7 veces
 - 8 o 9 veces
 - 10 o 11 veces
 - 12 o más veces
23. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces estuviste en una pelea física?
- 0 veces
 - 1 vez
 - 2 o 3 veces
 - 4 o 5 veces
 - 6 o 7 veces
 - 8 o 9 veces
 - 10 o 11 veces
 - 12 o más veces

24. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces te lastimó físicamente a propósito un novio/una novia o alguien con quien salías? (Incluye cosas como pegar, empujar hacia algo, o herir con un objeto o un arma.)
- No salí con nadie durante los últimos 12 meses.
 - 0 días
 - 1 día
 - 2 o 3 días
 - 4 o 5 días
 - 6 o más días
25. ¿Alguna vez alguien te ha forzado a tener sexo cuando no quisiste?
- Sí
 - No

Las próximas 4 preguntas se tratan de la intimidación/acoso ("bullying"). La intimidación es cuando uno o más estudiantes se burlan, amenazan, propagan rumores, golpean, empujan, o lastiman a otro estudiante repetidamente. No es cuando 2 estudiantes de más o menos la misma fuerza o poder discuten, pelean, o se burlan entre sí en una manera juguetona.

26. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez te han intimidado en la propiedad de escuela?
- Sí
 - No
27. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez te han intimidado **electrónicamente**? (Incluye la intimidación por correo electrónico, salón de charlas, mensajería instantánea, sitios web, y textos.)
- Sí
 - No
28. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez se han burlado de ti o te han insultado por tu raza o tu grupo étnico?
- Sí
 - No
29. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez se han burlado de ti o te han insultado porque pensaron que eres gay, lesbiana, o bisexual?
- Sí
 - No

Las próximas 8 preguntas se tratan de sentimientos de tristeza e intentos de suicidio. A veces las personas se sienten tan deprimidas sobre el futuro que pueden considerar intentar el suicidio, en otras palabras, hacer algo para terminar sus propias vidas.

30. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez te sentiste tan triste o desesperado durante cada día por **dos semanas seguidas o más** que dejaste de hacer algunas de tus actividades regulares?
- Sí
 - No

Las próximas 13 preguntas se tratan del uso de tabaco.

31. Durante los últimos 12 meses, ¿Alguna vez consideraste **seriamente** intentar el suicidio?

- Sí
- No

32. Durante los últimos 12 meses, ¿Hiciste algún plan sobre cómo intentarías el suicidio?

- Sí
- No

33. Durante los últimos 12 meses, ¿Cuántas veces intentaste el suicidio?

- 0 veces
- 1 vez
- 2 o 3 veces
- 4 o 5 veces
- 6 o más veces

34. **Si intentaste el suicidio** durante los últimos 12 meses, ¿alguno de esos intentos resultó en una herida, un envenenamiento, o una sobredosis que requirió tratamiento médico?

- No intenté el suicidio durante los últimos 12 meses
- Sí
- No

35. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días no estuviste bien de tu salud mental? (Salud mental incluye ansiedad, estrés, depresión, y problemas emocionales).

- 0 días
- 1 día
- 2 días
- 3 días
- 4 a 5 días
- 6 a 7 días
- 8 a 13 días
- 14 o más días

36. ¿Si tuvieras un problema grave, conoces a algún adulto dentro o afuera de tu escuela a quien podrías acercarse para hablar o pedir ayuda?

- Sí
- No
- No estoy seguro

37. ¿Cuándo te sientes triste, vacío, desesperado, enojado, o ansioso con cual persona sería mas probable que hablaras de ello?

- No me siento triste, vacío, desesperado, enojado, o ansioso
- Padre u otro pariente adulto
- Maestro u otro adulto en esta escuela
- Otro adulto
- Amigo
- Hermano
- No estoy seguro

38. ¿Cuántos años tenías cuando fumaste un cigarrillo entero por primera vez?

- Nunca he fumado un cigarrillo entero
- 8 años o menor
- 9 o 10 años
- 11 o 12 años
- 13 o 14 años
- 15 o 16 años
- 17 años o mayor

39. Durante los últimos 30 días, ¿Cuántos días fumaste cigarrillos?

- 0 días
- 1 o 2 días
- 3 a 5 días
- 6 a 9 días
- 10 a 19 días
- 20 a 29 días
- Todo los 30 días

40. Durante los últimos 30 días, ¿**usualmente** cómo conseguiste tus propios cigarrillos? (Seleccione sólo **una** respuesta.)

- No fumé cigarrillos dentro los últimos 30 días.
- Los compré en una tienda, por ejemplo una tienda de conveniencia, un supermercado, un almacén de descuentos o una estación de gasolina
- Los conseguí en el Internet
- Le di dinero a alguien para comprarlos por mi
- Los tomé o los recibí de otra persona
- Una persona de 18 años o mayor me los dio
- Los robé de una tienda o miembro de mi familia
- Los conseguí de alguna otra manera

41. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez intentaste dejar de fumar cigarrillos?

- No fumé durante los últimos 12 meses
- Sí
- No

42. ¿Quieres dejar de fumar?

- No fumo
- No
- Sí, eventualmente pero no ahora
- Sí, pronto
- Ya dejé de fumar
- No estoy seguro

43. Si uno de tus mejores amigos te ofrece un cigarrillo, ¿lo fumarías?

- Definitivamente
- Probablemente
- Probablemente no
- Definitivamente no

44. En cualquier momento en el próximo año, ¿piensas que vas a fumar un cigarrillo?

- Definitivamente
- Probablemente
- Probablemente no
- Definitivamente no

45. Durante los últimos 30 días, ¿Cuántos días fumaste cigarros, puros, o cigarros chiquitos?

- 0 días
- 1 o 2 días
- 3 a 5 días
- 6 a 9 días
- 10 a 19 días
- 20 a 29 días
- Todo los 30 días

46. Durante los últimos 30 días, ¿Cuántos días usaste **tabaco mascado, "snuff" o "dip"** como Redman, Levi Garrett, Beechnut, Skoal, Skoal Bandits, o Copenhagen?

- 0 días
- 1 o 2 días
- 3 a 5 días
- 6 a 9 días
- 10 a 19 días
- 20 a 29 días
- Todo los 30 días

Las próximas 2 preguntas son sobre productos de vapor electrónico, como blu, NJOY, o Starbuzz. Productos de vapor electrónico incluyen e-cigarrillos, e-cigarros, e-pipas, pipas de vapor, lápices de vapor, e-hookahs, y lápices de hookah.

47. Haz usado alguna vez algún producto electrónico de vapor de nicotina?

- Sí
- No

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

- 0 días
- 1 o 2 días
- 3 a 5 días
- 6 a 9 días
- 10 a 19 días
- 20 a 29 días
- Todo los 30 días

Las próximas 2 preguntas son sobre otros tipos de productos de tabaco.

49. ¿Alguna vez has fumado una hookah o "sheesha" (tabaco en una pipa de agua)?

- Sí
- No
- No sé que es.

50. ¿Alguna vez has usado snus (tabaco en polvo en una bolsa pequeña) u otro tipo de tabaco no escupible, como Tabjoka, Revel, o Skoal Dry?

- Sí
- No
- No sé que es.

Las próximas 3 preguntas se refieren a humo de segunda mano.

51. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días estuviste dentro de tu casa mientras alguien estaba fumando un cigarrillo, un cigarro, o una pipa?

- 0 días
- 1 o 2 días
- 3 o 4 días
- 5 o 6 días
- 7 días

52. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días estuviste en un carro con un padre o tutor quien estaba fumando un cigarrillo, un cigarro o una pipa?

- 0 días
- 1 o 2 días
- 3 o 4 días
- 5 o 6 días
- 7 días

53. ¿Cuánto crees que se arriesgan a hacerse daño (físico o de otro tipo) las personas si respiran el humo de tabaco de un cigarrillo, cigarro, o pipa de otra persona?

- Sin riesgo
- Riesgo ligero
- Riesgo moderado
- Mucho riesgo

Las próximas 5 preguntas se tratan del alcohol. Esto incluye cerveza, vino, coolers de vino, y licor (como ron, ginebra, vodka o whisky.) Para estas preguntas, no incluyas los tragos de vino consumidos durante servicios religiosos.

54. Durante tu vida entera, ¿Cuántos días has tomado por lo menos una bebida alcohólica?

- 0 días
- 1 o 2 días
- 3 a 9 días
- 10 a 19 días
- 20 a 39 días
- 40 a 99 días
- 100 o más días

55. ¿Qué edad tenías la primera vez que tomaste más de uno o dos tragos de alcohol?

- Nunca he tomado más que uno o dos tragos de alcohol
- 8 años o menor
- 9 o 10 años
- 11 o 12 años
- 13 o 14 años
- 15 o 16 años
- 17 años o mayor

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

- 0 días
- 1 o 2 días
- 3 a 5 días
- 6 a 9 días
- 10 a 19 días
- 20 a 29 días
- Todos 6 de los 30 días

57. Durante los últimos 30 días, ¿Cuántos días tomaste 5 o más bebidas alcohólicas seguidas, durante más o menos 2 horas?

- 0 días
- 1 día
- 2 días
- 3 a 5 días
- 6 a 9 días
- 10 a 19 días
- 20 o más días

58. Durante los últimos 30 días, ¿**normalmente** cómo conseguiste tu alcohol? (selecciona solamente **una** respuesta)

- No he tomado alcohol durante los últimos 30 días
- Lo compré en una tienda, por ejemplo una tienda de conveniencia, supermercado, tienda de descuento, o gasolinera.
- Lo compré en un restaurante, bar, o club
- Lo compré en un evento público como un concierto o partido
- Le di dinero a alguien para que me lo comprara
- Alguien me lo regaló
- Me lo robé de una tienda o un miembro familiar.
- Lo conseguí de otra manera

Las próximas 3 preguntas se tratan del uso de marihuana. Marihuana también se llama mota o hierba (en inglés "grass" o "pot.")

59. Durante tu vida entera, ¿cuántas veces has usado marihuana?

- 0 veces
- 1 o 2 veces
- 3 a 9 veces
- 10 a 19 veces
- 20 a 39 veces
- 40 a 99 veces
- 100 o más veces

60. ¿Qué edad tenías la primera vez que probaste la marihuana?

- Nunca he probado marihuana
- 8 años o menos
- 9 o 10 años
- 11 o 12 años
- 13 o 14 años
- 15 o 16 años
- 17 años o mayor

61. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces usaste marihuana?

- 0 veces
- 1 o 2 veces
- 3 a 9 veces
- 10 a 19 veces
- 20 a 39 veces
- 40 a 99 veces

Las próximas 6 preguntas se tratan de otros tipos de drogas.

62. Durante tu vida entera, ¿cuántas veces has usado **cualquier** forma de cocaína, incluyendo polvo, "crack" o cocaína inhalada ("freebase")?

- 0 veces
- 1 o 2 veces
- 3 a 9 veces
- 10 a 19 veces
- 20 a 39 veces
- 40 o más veces

63. Durante tu vida entera, ¿cuántas veces has inhalado pegamento, el contenido de un aerosol, o inhalado otros gases o sprays para drogarte?

- 0 veces
- 1 o 2 veces
- 3 a 9 veces
- 10 a 19 veces
- 20 a 39 veces
- 40 o más veces

64. Durante tu vida entera, ¿cuántas veces has usado **heroína** (también llamado "smack," "junk" o "China White")?

- 0 veces
- 1 o 2 veces
- 3 a 9 veces
- 10 a 19 veces
- 20 a 39 veces
- 40 o más veces

65. Durante tu vida entera, ¿cuántas veces has usado **metanfetaminas** ("meth", "speed", "crank", arranque, vidrio, hielo)?

- 0 veces
- 1 o 2 veces
- 3 a 9 veces
- 10 a 19 veces
- 20 a 39 veces
- 40 o más veces

66. Durante tu vida entera, ¿cuántas veces has usado **éxtasis** (también llamado MDMA)?

- 0 veces
- 1 o 2 veces
- 3 a 9 veces
- 10 a 19 veces
- 20 a 39 veces
- 40 o más veces

67. Durante tu vida entera, ¿cuántas veces has usado **drogas prescritas** (como OxyContin, Percocet, Vicodin, codeína, Adderall, Ritalin, o Xanax) sin la prescripción de un médico?
- 0 veces
 - 1 o 2 veces
 - 3 a 9 veces
 - 10 a 19 veces
 - 20 a 39 veces
 - 40 o más veces

68. Durante tu vida entera, ¿cuántas veces has usado **píldoras o inyecciones de esteroides** sin la prescripción de un médico?
- 0 veces
 - 1 o 2 veces
 - 3 a 9 veces
 - 10 a 19 veces
 - 20 a 39 veces
 - 40 veces o más

69. Durante los últimos 12 meses, ¿alguien te ha ofrecido, vendido, o te ha dado una droga ilegal **en la propiedad de escuela**?
- Sí
 - No

Las próximas 7 preguntas se tratan de comportamientos sexuales.

70. ¿Alguna vez has tenido sexo?
- Sí
 - No
71. ¿Qué edad tenías cuando tuviste sexo por primera vez?
- Nunca he tenido sexo
 - 11 años o menor
 - 12 años
 - 13 años
 - 14 años
 - 15 años
 - 16 años
 - 17 años o mayor
72. Durante tu vida, ¿con cuántas personas has tenido sexo?
- Nunca he tenido sexo
 - 1 persona
 - 2 personas
 - 3 personas
 - 4 personas
 - 5 personas
 - 6 o más personas
73. Durante los últimos 3 meses, ¿con cuántas personas has tenido sexo?
- Nunca he tenido sexo
 - 1 persona
 - 2 personas
 - 3 personas
 - 4 personas
 - 5 personas
 - 6 o más personas

74. ¿Tomaste alcohol o usaste drogas antes de tener sexo la última vez?
- Nunca he tenido sexo
 - Sí
 - No
75. La **última vez** que tuviste sexo, ¿usaste o usó tu pareja un condón?
- Nunca he tenido sexo
 - Sí
 - No
76. La **última vez** que tuviste sexo, ¿cuál método usaron tú y tu pareja para prevenir el **embarazo**? (selecciona solamente **una** respuesta)
- Nunca he tenido sexo
 - No había método de prevenir el embarazo
 - Píldoras anticonceptivas
 - Un condón
 - Un DIU (dispositivo intrauterino como Mirena o ParaGard) o implante (como Implanon o Nexplanon)
 - Una inyección (como Depo-Provera), un parche (como OrthoEvra), o un aro anticonceptivo (como Nuvaring)
 - Retiro u otro método
 - No estoy seguro

Las próximas 2 preguntas se tratan de tu peso.

77. ¿Cómo describirías **tu** peso?
- Muy bajo de peso
 - Un poco bajo de peso
 - Más o menos es el peso correcto
 - Un poco de sobrepeso
 - Mucho sobrepeso
78. ¿Cuál de las siguientes actividades estás tratando de hacer en cuanto a tu peso?
- Perder** peso
 - Subir de** peso
 - Mantener** el mismo peso
 - No estoy **tratando de hacer nada** sobre mi peso

Las próximas 13 preguntas se tratan de los alimentos que comiste y tomaste durante los últimos 7 días. Piensa en todas las comidas y bocadillos que comiste desde cuando te despertaste hasta cuando te dormiste. Incluye todo lo que comiste en casa, en la escuela, en restaurantes, o en cualquier otro lugar.

79. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces comiste **fruta**? (No incluyas jugos)
- No comí fruta durante los últimos 7 días.
 - 1 a 3 veces durante los últimos 7 días
 - 4 a 6 veces durante los últimos 7 días
 - 1 vez al día
 - 2 veces al día
 - 3 veces al día
 - 4 o más veces al día

80. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces comiste **verduras**?

- No comí verduras durante los últimos 7 días.
- 1 a 3 veces durante los últimos 7 días
- 4 a 6 veces durante los últimos 7 días
- 1 vez al día
- 2 veces al día 3 veces al día
- 4 o más veces al día

81. Durante los últimos 7 días, ¿Cuántos días **desayunaste**?

- 0 días
- 1 día
- 2 días
- 3 días
- 4 días
- 5 días
- 6 días
- 7 días

82. En un día típico escolar, ¿dónde consigues normalmente tu **desayuno**?

- Normalmente no desayuno en los días escolares
- En mi casa
- En la cafetería de la escuela o de un programa escolar de desayuno
- En las maquinas o en la tienda escolar
- En restaurantes de comida rápida (como McDonald's, Taco Bell, o Burger King)
- En una tienda de conveniencia, tienda de esquina, o gasolinera.
- En otro lugar

83. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días almorzaste?

- 0 días
- 1 día
- 2 días
- 3 días
- 4 días
- 5 días
- 6 días
- 7 días

84. En un día típico escolar, ¿dónde consigues **normalmente** tu **almuerzo**?

- Normalmente no almuerzo en los días escolares
- Traigo un almuerzo hecho en casa
- Del menú regular en la cafetería escolar
- En las maquinas o En la tienda escolar
- Compro platillos distintos en la cafetería escolar
- Comida rápida (como Taco Bell, Pizza Hut, Burger King)
- En una tienda de conveniencia, tienda de esquina, o gasolinera.
- En otro lugar

85. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces tomaste refrescos de **una lata, botella, o vaso de refresco**, como Coke, Pepsi, o Sprite? (No incluyas refrescos dietéticos)

- No tomé refrescos durante los últimos 7 días
- 1 a 3 veces durante los últimos 7 días
- 4 a 6 veces durante los últimos 7 días
- 1 vez al día
- 2 veces al día
- 3 veces al día
- 4 o más veces al día

86. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces tomaste una **lata, botella, o vaso de refresco dietético**, como Diet Coke, Diet Pepsi, o Sprite Zero?

- No tomé refrescos durante los últimos 7 días
- 1 a 3 veces durante los últimos 7 días
- 4 a 6 veces durante los últimos 7 días
- 1 vez al día
- 2 veces al día
- 3 veces al día
- 4 o más veces al día

87. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces tomaste una **lata, botella, o vaso de bebidas deportivas** como Gatorade o Powerade (no incluyes bebidas deportivas dietéticas como Propel o G2)

- No tomé refrescos durante los últimos 7 días
- 1 a 3 veces durante los últimos 7 días
- 4 a 6 veces durante los últimos 7 días
- 1 vez al día
- 2 veces al día
- 3 veces al día
- 4 o más veces al día

88. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces tomaste una **lata, botella, o vaso de bebidas de energía**, como Red Bull o Jolt? (No incluyes bebidas de energía dietéticas o bebidas deportivas como Gatorade o Powerade.)

- No tomé refrescos durante los últimos 7 días
- 1 a 3 veces durante los últimos 7 días
- 4 a 6 veces durante los últimos 7 días
- 1 vez al día
- 2 veces al día
- 3 veces al día
- 4 o más veces al día

89. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces tomaste una **lata, botella, o vaso de una bebida endulzadas** como limonada, té endulzado o café, leches de distintos sabores, Snapple, o Sunny Delight? (No incluyes refrescos, bebidas deportivas, bebidas de energía, o jugos hechos de 100% de frutas.)

- No tomé refrescos durante los últimos 7 días
- 1 a 3 veces durante los últimos 7 días
- 4 a 6 veces durante los últimos 7 días
- 1 vez al día
- 2 veces al día
- 3 veces al día
- 4 o más veces al día

90. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces tomaste una botella o vaso de agua? Incluye agua de la llave, embotellada, o con gas pero sin sabor.)
- No tomé refrescos durante los últimos 7 días
 - 1 a 3 veces durante los últimos 7 días
 - 4 a 6 veces durante los últimos 7 días
 - 1 vez al día
 - 2 veces al día
 - 3 veces al día
 - 4 o más veces al día
91. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces no comiste porque no había suficiente comida en tu casa?
- Nunca
 - Raramente
 - A veces
 - La mayoría del tiempo
 - Siempre

Las próximas 7 preguntas se tratan de tu actividad física.

92. Durante los últimos 7 días, ¿Cuántos días estuviste físicamente activo por un total de **por lo menos 60 minutos**? (incluye todo el tiempo que pasaste en cualquier actividad física que te subió el ritmo cardiaco y te hizo respirar agitadamente a veces)
- 0 días
 - 1 día
 - 2 días
 - 3 días
 - 4 días
 - 5 días
 - 6 días
 - 7 días
93. En un día escolar típico, ¿Cuántas horas de televisión ves?
- No veo la televisión en días escolares
 - Menos de 1 hora al día
 - 1 hora al día
 - 2 horas al día
 - 3 horas al día
 - 4 horas al día
 - 5 o más horas al día
94. En un día típico escolar, ¿cuántas horas juegas o usas la computadora para algo que no sea tarea? (Incluye tiempo pasado en aparatos como Xbox, Playstation, un iPod, un iPad u otra tableta, un teléfono inteligente, YouTube, Facebook u otros sitios de red social, y la Internet.)
- Menos de 1 hora al día
 - 1 hora al día
 - 2 horas al día
 - 3 horas al día
 - 4 horas al día
 - 5 o más horas al día

95. Durante los últimos 12 meses, ¿en cuántos equipos deportivos jugaste? (Incluye cualquier equipo organizado por tu escuela o grupos comunitarios)
- 0 equipos
 - 1 equipo
 - 2 equipos
 - 3 o más equipos
96. Si quisieras, ¿podrías caminar o montar en bicicleta, patineta o patín (scooter) a la escuela?
- No, es demasiado lejos
 - No, no es seguro
 - No, es demasiado lejos y no es seguro
 - No, mi escuela no lo permite
 - Sí
97. En una semana regular cuando estás en la escuela, ¿cuántos días caminas o montas en bicicleta a la escuela si no hay mal clima?
- 0 días
 - 1 día
 - 2 días
 - 3 días
 - 4 días
 - 5 días
98. En una semana regular cuando estás en la escuela, ¿cuántos días vas a clases de educación física (PE)?
- 0 días
 - 1 día
 - 2 días
 - 3 días
 - 4 días
 - 5 días

La próxima pregunta se trata de otros temas relacionados a la salud.

99. Durante los últimos 12 meses, ¿cómo describirías tus notas en la escuela?
- Principalmente A's
 - Principalmente B's
 - Principalmente C's
 - Principalmente D's
 - Principalmente F's
 - Ninguna de estas gradaciones
 - No estoy seguro
100. ¿Estás de acuerdo o en desacuerdo?: Mis maestros realmente se preocupan por mí y me dan mucho ánimo.
- Totalmente de acuerdo
 - De acuerdo
 - No estoy seguro
 - En desacuerdo
 - Totalmente en desacuerdo

101. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces hiciste servicios comunitarios organizados como un servicio voluntario no pagado, sirviendo comida a los ancianos, recogiendo basura, ayudando en un hospital, o construyendo casas para los pobres?

- 0 veces
- 1 vez
- 2 a 3 veces
- 4 a 5 veces
- 6 o más veces

Las próximas 7 preguntas se tratan de la escuela.

102. ¿Alguna vez te han enseñado sobre el SIDA o el VIH en la escuela?

- Sí
- No
- No estoy seguro

103. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces usaste un aparato de bronceo artificial, como una lámpara solar, cama solar, o cabina solar? (No incluyas spray de bronceador)

- 0 veces
- 1 o 2 veces
- 3 a 9 veces
- 10 a 19 veces
- 20 a 39 veces 40 o más veces

104. ¿Alguna vez te ha dicho un doctor o una enfermera que tienes asma?

- Sí
- No
- No estoy seguro

105. ¿Cuándo fue la última vez que viste una dentista o asistente dental para un chequeo, examen, limpieza, u otro trabajo dental?

- Durante los últimos 12 meses
- Entre 12 y 24 meses pasados
- Más de 24 meses pasados
- Nunca
- No estoy seguro

106. ¿Cuándo fue la última vez que viste a un doctor o enfermera para un chequeo o examen físico cuando no estuviste enfermo o lastimado?

- Durante los últimos 12 meses
- Entre 12 y 24 meses pasados
- Más de 24 meses pasados
- Nunca
- No estoy seguro

107. Durante tu último chequeo, ¿te habló el doctor o una enfermera sobre cómo mantener un peso saludable?

- Nunca he tenido un chequeo
- Sí
- No
- No estoy seguro

108. Durante tu último chequeo médico, ¿hablaste con un doctor o enfermera sobre maneras de cómo manejar sentimientos de tristeza o desesperación?

- Nunca he tenido un chequeo
- Sí
- No
- No estoy seguro

Preguntas Adicionales Empieza con 201

	a	b	c	d	e	f	g	h	i
201	<input type="radio"/>								
202	<input type="radio"/>								
203	<input type="radio"/>								
204	<input type="radio"/>								
205	<input type="radio"/>								
206	<input type="radio"/>								
207	<input type="radio"/>								
208	<input type="radio"/>								
209	<input type="radio"/>								
210	<input type="radio"/>								
211	<input type="radio"/>								
212	<input type="radio"/>								
213	<input type="radio"/>								
214	<input type="radio"/>								
215	<input type="radio"/>								

**Esto es fin de la encuestas.
Muchas gracias port u ayuda.**

DFC Grantees Additional Questions

Su comunidad está recopilando información adicional a través de la siguiente pregunta. Los recopilados datos son muy importantes para el distrito y para su escuela. Por favor grabe su respuesta para la pregunta de cada área de "preguntas adicionales" (preguntas 201-220) proporcionado al final del forma de la encuesta que ha estado usando. Como la preguntas que se acaba pedirá en el los Niños Sanos Colorado Encuesta forma, está invitado a omitir alguna de las preguntas que no se sienten cómodo en responder. Muchas gracias por su tiempo.

201. Durante los últimos 30 días, ¿ha usado drogas prescritas que no han sido prescritas para usted?
- A. Sí
 - B. No
202. ¿Qué tanto cree que la gente se pone en riesgo de hacerse daño físicamente o de otras maneras cuando toman cinco o más tragos de una bebida alcohólica una o dos veces por fin de semana?
- A. No hay riesgo
 - B. Poco riesgo
 - C. Riesgo moderado
 - D. Mucho riesgo
203. ¿Qué tanto cree que la gente se pone en riesgo de hacerse daño físicamente o de otras maneras si fuman marihuana una o dos veces por semana?
- A. No hay riesgo
 - B. Poco riesgo
 - C. Riesgo moderado
 - D. Mucho riesgo
204. ¿Qué tanto cree que la gente se pone en riesgo de hacerse daño físicamente o de otras maneras si usan drogas prescritas que no han sido prescritas para ellos?
- A. No hay riesgo
 - B. Poco riesgo
 - C. Riesgo moderado
 - D. Mucho riesgo
205. ¿Qué opinarían sus padres sobre lo malo que sería que usted tomara uno o dos tragos de una bebida alcohólica casi todos los días?
- A. No es malo
 - B. Relativamente malo
 - C. Malo
 - D. Muy Malo
206. Que tan mal se sentirían tus padres si tu usaras medicamentos que no hayan sido recetados para tu propio consumo?
- A. Nada mal
 - B. Un poco mal
 - C. Mal
 - D. Muy mal
207. Que tan mal se sentirían tus amigos si tu tomaras uno o dos tragos de bebidas alcohólicas casi todos los días?
- A. Nada mal
 - B. Un poco mal
 - C. Mal
 - D. Muy mal
208. Que tan mal se sentirían tus amigos si tu fumaras tabaco?
- A. Nada mal
 - B. Un poco mal
 - C. Mal
 - D. Muy mal
209. Que tan mal se sentirían tus amigos si tu fumaras marihuana?
- A. Nada mal
 - B. Un poco mal
 - C. Mal
 - D. Muy mal
210. Que tan mal se sentirían tus amigos si tu usaras medicamentos que no hayan sido recetados para ti?
- A. Nada mal
 - B. Un poco mal
 - C. Mal
 - D. Muy mal
211. Que tan mal sentirías sobre alguien de tu edad tomando uno o dos tragos de bebidas alcohólicas casi todos los días?
- A. Nada mal
 - B. Un poco mal
 - C. Mal
 - D. Muy mal