

Encuesta de Jóvenes de Escuela Intermedia de Virginia 2017

Esta encuesta trata sobre la conducta relacionada con la salud. Ha sido desarrollada para que nos puedas decir lo que haces que pueda afectar tu salud. La información que nos des será usada para mejorar la educación de la salud para jóvenes como tú.

NO escribas tu nombre en esta encuesta. Las respuestas que nos des serán privadas. Nadie sabrá lo que escribes. Responde las preguntas basándote en lo que realmente haces.

Completar la encuesta es voluntario. Si respondes o no respondes a las preguntas no afectará tu calificación en esta clase. Si no estás cómodo respondiendo a una pregunta, déjala en blanco.

Las preguntas acerca de tus antecedentes serán usadas solamente para describir los tipos de estudiantes que completan esta encuesta. La información no se usará para averiguar tu nombre. Ningún nombre será reportado.

Asegúrate de leer todas las preguntas. Llena los óvalos completamente. Cuando hayas terminado, sigue las instrucciones de la persona que te dio la encuesta.

Muchas gracias por tu ayuda.

Instrucciones

- Usa un lápiz #2 solamente.
- Haz marcas oscuras.
- Rellena la respuesta así: A B ● D.
- Si cambias tu respuesta, borra completamente tu respuesta anterior.

1. ¿Qué edad 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 o latino?
 - A. Sí
 - B. No
5. ¿Cuál es tu raza? (**Selecciona una o más respuestas**)
 - A. Indio americano o nativo de Alaska
 - B. Asiático
 - C. Negro o afroamericano
 - D. Nativo de Hawái u otra isla del Pacífico
 - E. Blanco

Las siguientes 5 preguntas se refieren a la seguridad.

6. **Cuando andas en bicicleta**, ¿con qué frecuencia usas un casco?
 - A. No ando en bicicleta
 - B. Nunca uso un casco
 - C. Rara vez uso un casco
 - D. A veces uso un casco
 - E. La mayoría de las veces uso un casco
 - F. Siempre uso un casco

7. **Cuando andas en patines o patineta**, ¿con qué frecuencia usas un casco?
 - A. No ando en patines ni patineta
 - B. Nunca uso un casco
 - C. Rara vez uso un casco
 - D. A veces uso un casco
 - E. La mayoría de las veces uso un casco
 - F. Siempre uso un casco
8. ¿Con qué frecuencia usas el cinturón de seguridad cuando **andas** en un automóvil?
 - A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. A veces
 - D. La mayor parte del tiempo
 - E. Siempre
9. ¿Alguna vez anduviste en un automóvil conducido por alguien que había estado bebiendo alcohol?
 - A. Sí
 - B. No
 - C. No estoy seguro
10. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días viajaste con alguien que enviaba mensajes de texto, llamaba o usaba Internet o aplicaciones (YouTube, Instagram, Facebook, etc.), sosteniendo en la mano un teléfono celular mientras conducía un automóvil u otro vehículo?
 - 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

Las siguientes 2 preguntas se refieren a conductas relacionadas con la violencia.

11. ¿Alguna vez has portado **un arma** como pistola, cuchillo o palo? (**No** cuentas los días que portaste un arma solo para cazar o practicar un deporte, como tiro al blanco).
- A. Sí
B. No
12. ¿Alguna vez estuviste en una pelea física?
- A. Sí
B. No

Las siguientes 3 preguntas se refieren a la intimidación (bullying). La intimidación es cuando 1 o más estudiantes se burlan, amenazan, difunden rumores, golpean, empujan o dañan a otro estudiante una y otra vez. No es intimidación cuando 2 estudiantes de casi la misma fuerza o poder discuten o pelean o se burlan mutuamente de manera amistosa.

13. ¿Alguna vez te han intimidado en la **propiedad de la escuela**?
- A. Sí
B. No
14. ¿Alguna vez has sido víctima de intimidación **electrónica**? (Cuenta ser intimidado a través de mensajes de texto, Instagram, Facebook u otros medios sociales).
- A. Sí
B. No
15. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez has intimidado **electrónicamente** a otra persona? (cuenta intimidar a través de mensajes de texto, Instagram, Facebook u otros medios sociales).
- A. Sí
B. No

Las siguientes 4 preguntas se refieren a intentos de suicidio. A veces las personas se sienten tan deprimidas por el futuro que pueden considerar intentar suicidarse o matarse.

16. ¿Alguna vez consideraste **seriamente** matarte?
- A. Sí
B. No
17. ¿Alguna vez has hecho un **plan** sobre cómo te matarías?
- A. Sí
B. No
18. ¿Alguna vez has **tratado** de matarte?
- A. Sí
B. No
19. Si trataste de matarte durante los últimos 12 meses, ¿pediste ayuda a alguien como un médico, consejero o línea telefónica de ayuda antes de intentarlo?
- A. No intenté suicidarme durante los últimos 12 meses
B. Sí
C. No

Las siguientes 2 preguntas se refieren a fumar cigarrillos.

20. ¿Cuántos años tenías cuando fumaste cigarrillos por primera vez, incluso 1-2 inhaladas?
- A. Nunca he probado fumar cigarrillos, ni siquiera una o dos inhaladas
B. 8 años o menor
C. 9 años
D. 10 años
E. 11 años
F. 12 años
G. 13 años o mayor

21. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días fumaste cigarrillos?
- 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

Las siguientes 4 preguntas se refieren a los productos electrónicos de vapor, como blu, NJOY, Vuse, MarkTen, Logic, Vapin Plus, eGo y Halo. Los productos electrónicos de vapor incluyen e-cigarrillos, e-cigarros, e-pipas, pipas de vapor, plumas de vapor, e-hookahs y plumas de hookah.

22. ¿Alguna vez has utilizado un producto electrónico de vapor?
- A. Sí
 - B. No
23. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días utilizaste un producto electrónico de vapor?
- 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

24. Durante los últimos 30 días, ¿cómo **usualmente** obtuviste tus propios productos electrónicos de vapor? (Selecciona solo **una** respuesta).
- A. No utilicé ningún producto electrónico de vapor durante los últimos 30 días
 - B. Los compré en una tienda como una tienda de conveniencia, supermercado, tienda de descuentos, gasolinera o tienda de vapor
 - C. Los conseguí en Internet
 - D. Le di a alguien dinero para que me los comprara
 - E. Los tomé prestados de otra persona
 - F. Una persona de 18 años o más me los dio
 - G. Los tomé de una tienda u otra persona
 - H. Los obtuve de otra manera
25. ¿Cuál es la principal razón por la que has utilizado productos electrónicos de vapor? (Selecciona solo **una** respuesta).
- A. Nunca he probado un producto de electrónico de vapor
 - B. Un amigo o miembro de la familia los usó
 - C. Para intentar dejar de usar otros productos de tabaco
 - D. Cuestan menos que otros productos de tabaco
 - E. Son más fáciles de obtener que otros productos de tabaco
 - F. Son menos dañinos que otras formas de tabaco
 - G. Están disponibles en sabores, como menta, dulces, frutas o chocolate.
 - H. Los usé por alguna otra razón

Las 3 preguntas siguientes se refieren a otros productos de tabaco.

26. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días utilizaste **tabaco de mascar, snuff, dip, snus o productos disolubles de tabaco** como Redman, Levi Garrett, Beechnut, Skoal, Skoal Bandits, Copenhagen, Camel Snus, Marlboro Snus, General Snus, Ariva, Stonewall o Camel Orbs? (No cuentes ningún producto electrónico de vapor).
- 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
27. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días fumaste **cigarros, cigarrillos o cigarritos**?
- 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
28. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días usaste una **pipa de agua** (también llamada hookah, shisha o narguile) para fumar tabaco?
- 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

Las siguientes 2 preguntas se refieren a beber alcohol. Esto incluye beber cerveza, vino, *wine coolers* y licores como el ron, ginebra, vodka o whisky. Para estas preguntas, beber alcohol no incluye beber unos cuantos sorbos de vino con fines religiosos.

29. ¿Qué edad tenías cuando tomaste tu primer trago de alcohol, salvo algunos sorbos?
- A. Nunca he tomado un trago de alcohol, salvo algunos sorbos
 - B. 8 años o menor
 - C. 9 años
 - D. 10 años
 - E. 11 años
 - F. 12 años
 - G. 13 años o mayor
30. Durante tu vida, ¿cuántos días has bebido al menos un trago de alcohol?
- 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

Las siguientes 2 preguntas se refieren al uso de marihuana. La marihuana también se llama monte, mota o hierba.

31. Durante tu vida, ¿cuántas veces has usado **marihuana**?
- A. 0 veces
 - 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

32. ¿Cuántos años tenías cuando probaste marihuana por primera vez?
- A. Nunca he probado marihuana
 - B. 8 años o menor
 - C. 9 años
 - D. 10 años
 - E. 11 años
 - F. 12 años
 - G. 13 años o mayor

Las siguientes 5 preguntas se refieren a otras drogas.

33. ¿Alguna vez has usado **alguna** forma de cocaína, incluyendo polvo, crack o base libre?
- A. Sí
 - B. No
34. ¿Alguna vez has usado **heroína** (también llamada smack, junk o China White)?
- A. Sí
 - B. No
35. ¿Alguna vez has usado **medicamentos de venta libre** para ponerte en onda?
- A. Sí
 - B. No
36. ¿Alguna vez has tomado **medicamentos prescritos para el dolor** sin tener una receta médica o de manera diferente a como un médico te dijo que lo usaras? (Cuenta los medicamentos como codeína, Vicodin, OxyContin, Hydrocodone y Percocet).
- A. Sí
 - B. No
37. Durante los últimos 12 meses, ¿alguien te ha ofrecido, vendido o dado una droga ilegal en la **propiedad de la escuela**?
- A. Sí
 - B. No

Las 2 preguntas siguientes se refieren al peso corporal.

38. ¿Cómo describes **tu** peso?
- A. Muy bajo peso
 - B. Un poco bajo de peso
 - C. Peso adecuado
 - D. Un poco de sobrepeso
 - E. Con mucho sobrepeso
39. ¿Cuál de los siguientes estás intentando con respecto a tu peso?
- A. **Perder** peso
 - B. **Aumentar** de peso
 - C. **Mantener** el mismo peso
 - D. **No estoy tratando de hacer nada** con respecto a mi peso

Las siguientes 8 preguntas se refieren a los alimentos que comiste o bebiste en los últimos 7 días. Piensa en todas las comidas y bocadillos que comiste desde que te levantaste hasta que te acostaste. Asegúrate de incluir los alimentos que comiste en casa, en la escuela, en restaurantes o en cualquier otro lugar.

40. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces bebiste **jugo 100% de frutas**, como jugo de naranja, manzana o uva? (**No** cuentes ponche, Kool-Aid, bebidas deportivas u otras bebidas con sabor a fruta).
- A. No bebí jugo 100% de fruta 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

41. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces comiste **frutas**? (**No** cuentes el jugo de fruta).
- A. No comí fruta 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
42. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces comiste **vegetales**?
- A. No comí vegetales 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
43. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces bebiste una **lata, botella o vaso de refresco de soda**, como Coca-Cola, Pepsi o Sprite? (**No** cuentes refrescos de soda de dieta).
- A. No bebí refresco de soda 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
44. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces bebiste una **lata, botella o vaso de una bebida azucarada** como bebidas deportivas (por ejemplo, Gatorade o PowerAde), bebidas energéticas (por ejemplo, Red Bull o Jolt), limonada, bebidas azucaradas de té o café, leche con otros sabores, Snapple o Sunny Delight? (**No** cuentes refresco de soda o jugo 100% de frutas).
- A. No bebí estas bebidas azucaradas 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
45. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces bebiste una **botella o vaso de agua**? (Contar del grifo, embotellada y agua mineral sin sabor).
- A. No bebí agua 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
46. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días comiste **desayuno**?
- A. 0 días
 - B. 1 día
 - C. 2 días
 - D. 3 días
 - E. 4 días
 - F. 5 días
 - G. 6 días
 - H. 7 días

47. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días comiste por lo menos una comida o bocadillo en un restaurante de comida rápida como McDonald's, Taco Bell o KFC?
- A. 0 días
 - B. 1 día
 - C. 2 días
 - D. 3 días
 - E. 4 días
 - F. 5 días
 - G. 6 días
 - H. 7 días

Las 4 preguntas siguientes se refieren a la actividad física.

48. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días estuviste físicamente activo durante un total de **al menos 60 minutos al día**? (Suma todo el tiempo que pasaste en cualquier tipo de actividad física que aumentó tu ritmo cardíaco y te hizo respirar agitado 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
49. En un día escolar promedio, ¿cuántas horas ves TV?
- A. No veo televisión en un día escolar promedio
 - 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

50. En un día escolar promedio, ¿cuántas horas juegas videos o juegos de computadora o usas una computadora para algo que no sea trabajo escolar? (Cuenta el tiempo dedicado a cosas como Xbox, PlayStation, iPad u otra tableta, smartphone, mensajes de texto, YouTube, Instagram, Facebook u otras redes sociales).
- A. No juego videojuegos ni juegos de computadora ni uso una computadora para algo que no sea trabajo escolar
 - 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
51. Durante los últimos 12 meses, ¿en cuántos equipos deportivos jugaste? (Cuenta equipos escolares o comunitarios).
- A. 0 equipos
 - B. 1 equipo
 - C. 2 equipos
 - D. 3 o más equipos

La siguiente pregunta se refiere a las conmociones cerebrales. Una conmoción es cuando un golpe o sacudida a la cabeza causa problemas tales como dolor de cabeza, mareo, aturdimiento o confusión, dificultad para concentrarse o recordar, vómito, visión borrosa o desmayo.

52. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces tuviste una conmoción por **jugar un deporte o estar físicamente activo**?
- A. 0 veces
 - B. 1 vez
 - C. 2 veces
 - D. 3 veces
 - E. 4 o más veces

Las siguientes 15 preguntas se refieren a otros temas relacionados con la salud.

53. ¿Alguna vez te ha dicho un doctor o enfermera que tienes asma?
- A. Sí
 - B. No
 - C. No estoy seguro
54. En una noche escolar promedio, ¿cuántas horas duermes?
- A. 4 o menos horas
 - B. 5 horas
 - C. 6 horas
 - D. 7 horas
 - E. 8 horas
 - F. 9 horas
 - G. 10 o más horas
55. Durante los últimos 12 meses, ¿cómo describirías tus calificaciones escolares?
- A. Casi todas son A
 - B. Casi todas son B
 - C. Casi todas son C
 - D. Casi todas son D
 - E. Casi todas son F
 - F. Ninguna de estas calificaciones
 - G. No estoy seguro
56. Durante el último año escolar, ¿cuántas veces te has salido de la escuela sin permiso?
- A. 0 veces
 - B. 1 vez
 - C. 2 o 3 veces
 - D. 4 o 5 veces
 - E. 6 o más veces
57. ¿Alguno de los maestros de tu salón de clases ofrece pausas cortas de actividad física durante el horario regular de clase? (No cuentes a tu maestro de educación física).
- A. Sí
 - B. No
58. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días cenaste **en casa con al menos uno de tus padres o tutores**?
- A. 0 días
 - B. 1 día
 - C. 2 días
 - D. 3 días
 - E. 4 días
 - F. 5 días
 - G. 6 días
 - H. 7 días
59. Durante una semana promedio cuando estás en la escuela, ¿cuántas horas totales participas en actividades después de la escuela tales como deportes, bandas, drama o clubes?
- A. 0 horas
 - B. 1 a 4 horas
 - C. 5 a 9 horas
 - D. 10 a 19 horas
 - E. 20 o más horas
60. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia pasaste hambre porque no había suficiente comida en tu casa?
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. A veces
 - D. La mayor parte del tiempo
 - E. Siempre
61. Durante los últimos 30 días, ¿dónde dormiste habitualmente?
- A. En la casa de mis padres o tutores
 - B. En la casa de un amigo, pariente u otra persona porque tuve que dejar mi casa, o mis padres o tutor no pueden pagar la casa
 - C. En un refugio o vivienda de emergencia
 - D. En un motel o hotel
 - E. En un automóvil, parque, campamento u otro lugar público
 - F. No tengo un lugar habitual para dormir
 - G. En otro lugar

62. ¿Estás de acuerdo o en desacuerdo de que te sienta bien contigo mismo?
- A. Totalmente de acuerdo
 - B. De acuerdo
 - C. No estoy seguro
 - D. En desacuerdo
 - E. Totalmente en desacuerdo
63. Cuando te sientes triste, vacío, sin esperanza, enojado o ansioso, ¿con qué frecuencia obtienes el tipo de ayuda que necesitas?
- A. No me siento triste, vacío, sin esperanza, enojado o ansioso
 - B. Nunca
 - C. Rara vez
 - D. A veces
 - E. La mayor parte del tiempo
 - F. Siempre
64. ¿Hay al menos un adulto con quien puedes hablar si tienes un problema?
- A. Sí
 - B. No
 - C. No estoy seguro
65. Durante los últimos 12 meses, ¿has hablado de alcohol, tabaco u otras drogas con tus padres u otros adultos de tu familia?
- A. Sí
 - B. No
 - C. No estoy seguro
66. ¿Con qué frecuencia te sientes seguro en la escuela?
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. A veces
 - D. La mayor parte del tiempo
 - E. Siempre
67. ¿Con qué frecuencia te sientes seguro en tu vecindario?
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. A veces
 - D. La mayor parte del tiempo
 - E. Siempre

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