

Encuesta sobre conductas de riesgo en jóvenes de Virginia Middle School de 2025

Esta encuesta es sobre conductas relacionadas con la salud. Ha sido desarrollada para que usted pueda decirnos qué hace que puede afectar su salud. La información que proporcione se utilizará para mejorar la educación sobre la salud para jóvenes como usted.

NO escriba su nombre en esta encuesta. Las respuestas que dé se mantendrán en privado. Nadie sabrá lo que escribe. Responda las preguntas según lo que realmente hace.

Completar la encuesta es voluntario. Si responde o no las preguntas no afectará su calificación en esta clase. Si no se siente cómodo respondiendo una pregunta, déjela en blanco.

Las preguntas sobre sus antecedentes se utilizarán solo para describir los tipos de estudiantes que completan esta encuesta. La información no se utilizará para averiguar su nombre. Nunca se informarán nombres.

Asegúrese de leer todas las preguntas. Rellene los óvalos por completo. Cuando haya terminado, siga las instrucciones de la persona que le dio la encuesta.

Muchas gracias por su ayuda.

Instrucciones

- Use solo un lápiz n.º 2.
- Haga marcas oscuras.
- Rellene una respuesta así: A B ● D.
- Si cambia su respuesta, borre su respuesta anterior por completo.

1. ¿Cuántos años tiene?
 - A. 10 años o menos
 - B. 11 años
 - C. 12 años
 - D. 13 años
 - E. 14 años
 - F. 15 años
 - G. 16 años o más
2. ¿Cuál es su sexo?
 - A. Femenino
 - B. Masculino
3. ¿En qué grado está?
 - A. 6.º grado
 - B. 7.º grado
 - C. 8.º grado
 - D. Sin clasificar u otro grado
4. ¿Cuál es su raza o etnia? (Seleccione una o más respuestas).
 - A. Indio americano o nativo de Alaska
 - B. Asiático
 - C. Negro o afroamericano
 - D. Hispano o latino
 - E. Oriente Medio o África del Norte
 - F. Nativo de Hawái o de las islas del Pacífico
 - G. Blanco

Las siguientes 4 preguntas tratan sobre seguridad.

5. **Cuando anda en bicicleta, ¿con qué frecuencia usa casco?**
 - A. No ando en bicicleta
 - B. Nunca uso casco
 - C. Rara vez uso casco
 - D. A veces uso casco
 - E. La mayoría de las veces uso casco
 - F. Siempre uso casco
6. **Cuando anda en patines o patineta, ¿con qué frecuencia usa casco?**
 - A. No ando en patines ni patineta
 - B. Nunca uso casco
 - C. Rara vez uso casco
 - D. A veces uso casco
 - E. La mayoría de las veces uso casco
 - F. Siempre uso casco
7. **¿Con qué frecuencia usa el cinturón de seguridad cuando viaja en automóvil?**
 - A. Nunca
 - B. En raras ocasiones
 - C. A veces
 - D. La mayoría de las veces
 - E. Siempre
8. **¿Alguna vez ha viajado en un automóvil conducido por alguien que había estado bebiendo alcohol?**
 - A. Sí
 - B. No
 - C. No estoy seguro

Las siguientes 2 preguntas tratan sobre comportamientos y experiencias relacionados con la violencia.

9. **¿Alguna vez ha estado en una pelea física?**
 - A. Sí
 - B. No

10. ¿Alguna vez ha visto a alguien ser atacado físicamente, golpeado, apuñalado o baleado en su vecindario?
- A. Sí
B. No

La siguiente pregunta trata sobre a los momentos en que sintió que lo trataron mal o injustamente.

11. A lo largo de su vida, ¿con qué frecuencia ha sentido que lo trataron mal o injustamente **en la escuela** debido a su raza o etnia?
- A. Nunca
B. En raras ocasiones
C. A veces
D. La mayoría de las veces
E. Siempre

Las siguientes 2 preguntas tratan sobre el hostigamiento. El hostigamiento es cuando 1 o más estudiantes se burlan, amenazan, difunden rumores, golpean, empujan o lastiman a otro estudiante una y otra vez. No es hostigamiento cuando 2 estudiantes con la misma fuerza o poder discuten, se pelean o burlan entre sí de manera amistosa.

12. ¿Alguna vez ha sido hostigado **en la propiedad escolar**?
- A. Sí
B. No
13. ¿Alguna vez ha sido hostigado **electrónicamente**? (Cuente el hostigamiento a través de mensajes de texto, Instagram, Facebook u otras redes sociales).
- A. Sí
B. No

La siguiente pregunta trata sobre lastimarse a sí mismo a propósito.

14. ¿Alguna vez ha hecho algo para lastimarse a propósito sin querer morir, como cortarse o quemarse a propósito?
- A. Sí
B. No

Las siguientes 3 preguntas tratan sobre intentos de suicidio. A veces, las personas se sienten tan deprimidas por el futuro que pueden considerar intentar suicidarse o matarse.

15. ¿Alguna vez ha pensado **seriamente** en suicidarse?
- A. Sí
B. No
16. ¿Alguna vez ha hecho un **plan** sobre cómo se suicidaría?
- A. Sí
B. No
17. ¿Alguna vez ha **intentado** suicidarse?
- A. Sí
B. No

Las siguientes 4 preguntas tratan sobre el tabaquismo.

18. ¿Alguna vez ha fumado un cigarrillo, incluso una o dos bocanadas?
- A. Sí
B. No
19. ¿Qué edad tenía cuando fumó un cigarrillo por primera vez, incluso una o dos bocanadas?
- A. Nunca he fumado un cigarrillo, ni siquiera una o dos bocanadas
B. 8 años o menos
C. 9 años
D. 10 años
E. 11 años
F. 12 años
G. 13 años o más
20. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días fumó 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. Los 30 días

21. Durante los últimos 30 días, en los días que fumó, ¿cuántos cigarrillos fumó **por día**?
- A. No fumé cigarrillos durante los últimos 30 días
 - B. Menos de 1 cigarrillo por día
 - C. 1 cigarrillo al día
 - D. 2 a 5 cigarrillos por día
 - E. 6 a 10 cigarrillos por día
 - F. 11 a 20 cigarrillos por día
 - G. Más de 20 cigarrillos por día

Las siguientes 2 preguntas tratan sobre productos electrónicos de vapor, como JUUL, Vuse, NJOY, Elf Bar o Esco Bars. Los productos electrónicos de vapor incluyen cigarrillos electrónicos, vaporizadores, mods, cigarrillos electrónicos, narguiles electrónicos o bolígrafos para vapear.

22. ¿Alguna vez ha usado un producto electrónico de vapor?
- A. Sí
 - B. No
23. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días usó 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. Los 30 días

Las siguientes 2 preguntas tratan sobre otros productos de tabaco.

24. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días consumió **tabaco para mascar, rapé, rapé húmedo, snus, productos de tabaco solubles o bolsas de nicotina**, como Copenhagen, Grizzly, Skoal, Camel Snus, on!, ZYN o Velo? (**No** cuente 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. Los 30 días

25. Durante los últimos 30 días, ¿en cuántos días fumó **cigarros, cigarritos o cigarros pequeños**, como Swisher Sweets, Middleton's (incluido Black & Mild) o Backwoods?
- 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. Los 30 días

Las siguientes 2 preguntas tratan sobre el consumo de alcohol. Esto incluye beber cerveza, vino, bebidas alcohólicas saborizadas y licores como ron, ginebra, vodka o whisky. Para estas preguntas, beber alcohol no incluye beber unos sorbos de vino con fines religiosos.

26. ¿Alguna vez ha tomado un trago de alcohol, aparte de unos pocos sorbos?
- A. Sí
 - B. No
27. ¿Qué edad tenía cuando tomó su primer trago de alcohol aparte de unos pocos sorbos?
- A. Nunca he tomado un trago de alcohol más que unos pocos sorbos
 - B. 8 años o menos
 - C. 9 años
 - D. 10 años
 - E. 11 años
 - F. 12 años
 - G. 13 años o más

Las siguientes 2 preguntas tratan sobre el consumo de marihuana. A la marihuana también se la llama porro o hierba. Para estas preguntas, no cuente los productos de cáñamo o solo CBD, que provienen de la misma planta que la marihuana, pero no causan un subidón cuando se usan solos.

28. ¿Alguna vez ha consumido marihuana?
- A. Sí
 - B. No

29. ¿Qué edad tenía cuando probó la marihuana por primera vez?
- 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 o más

La siguiente pregunta trata sobre el uso de analgésicos recetados sin receta médica o de manera diferente a como un médico le dijo que los usara. Para esta pregunta, cuente medicamentos como codeína, Vicodin, OxyContin, hidrocodona y Percocet.

30. ¿Alguna vez ha tomado **analgésicos recetados** sin receta médica o de manera diferente a como un médico le dijo que los usara?
- A. Sí
 - B. No

La siguiente pregunta trata sobre el uso de medicamentos recetados sin receta médica.

31. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces tomó un **medicamento recetado** (como OxyContin, Percocet, Vicodin, codeína, Adderall, Ritalin o Xanax) sin receta médica?
- 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 o más veces

Las siguientes 2 preguntas tratan sobre otras drogas.

32. ¿Alguna vez ha consumido **alguna** forma de cocaína, incluido polvo, crack o pasta base?
- A. Sí
 - B. No
33. ¿Alguna vez ha oido pegamento, respirado el contenido de latas de aerosol o inhalado pinturas o aerosoles para drogarse?
- A. Sí
 - B. No

Las siguientes 2 preguntas tratan sobre el peso corporal.

34. ¿**Cómo** describiría su peso?
- A. Muy por debajo del peso ideal
 - B. Ligeramente por debajo del peso ideal
 - C. Más o menos en el peso ideal
 - D. Ligeramente por encima del peso ideal
 - E. Muy por encima del peso ideal
35. ¿Cuál de las siguientes cosas está tratando de hacer con respecto a su 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

La siguiente pregunta trata sobre desayunar.

36. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días **desayunó**?
- 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 siguientes 4 preguntas tratan sobre la actividad física.

37. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días estuvo físicamente activo durante un total de **al menos 60 minutos por día**? (Sume todo el tiempo que pasó en cualquier tipo de actividad física que aumentó su ritmo cardíaco y lo hizo respirar con dificultad algunas veces).
- A. 0 días
 - B. 1 día
 - C. 2 días
 - D. 3 días
 - E. 4 días
 - F. 5 días
 - G. 6 días
 - H. 7 días
38. En una semana promedio cuando está en la escuela, ¿cuántos días va a clases de Educación Física (PE)?
- A. 0 días
 - B. 1 día
 - C. 2 días
 - D. 3 días
 - E. 4 días
 - F. 5 días
39. Durante los últimos 12 meses, ¿en cuántos equipos deportivos jugó? (Considere cualquier equipo dirigido por su escuela o grupos comunitarios).
- A. 0 equipos
 - B. 1 equipo
 - C. 2 equipos
 - D. 3 o más equipos

40. En un día escolar promedio, ¿cuántas horas pasa frente a un televisor, computadora, teléfono inteligente u otro dispositivo electrónico viendo programas o videos, jugando, accediendo a Internet o usando las redes sociales (también llamado "tiempo frente a la pantalla")? (**No cuente el tiempo dedicado a hacer las tareas escolares**).
- A. Menos de 1 hora por día
 - B. 1 hora al día
 - C. 2 horas por día
 - D. 3 horas por día
 - E. 4 horas al día
 - F. 5 o más horas por día

La siguiente pregunta trata sobre las conmociones cerebrales. Una conmoción cerebral es cuando un golpe o sacudida en la cabeza causa problemas como dolores de cabeza, mareos, aturdimiento o confusión, dificultad para recordar o concentrarse, vómitos, visión borrosa o quedar inconsciente.

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

La siguiente pregunta trata sobre a las redes sociales, como Instagram, TikTok, Snapchat y X (anteriormente conocido como Twitter).

42. ¿Con qué frecuencia usa las redes sociales?
- A. No uso las redes sociales
 - B. Unas cuantas veces al mes
 - C. Aproximadamente una vez a la semana
 - D. Unas cuantas veces a la semana
 - E. Aproximadamente una vez al día
 - F. Varias veces al día
 - G. Aproximadamente una vez por hora
 - H. Más de una vez por hora

Las siguientes 9 preguntas tratan sobre otros temas relacionados con la salud.

43. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia su salud mental no fue buena? (Mala salud mental, incluye estrés, ansiedad y depresión).
- A. Nunca
 - B. En raras ocasiones
 - C. A veces
 - D. La mayoría de las veces
 - E. Siempre
44. Durante los últimos 12 meses, cuando se ha sentido triste, vacío, desesperanzado, enojado o ansioso, ¿con qué frecuencia recibió el tipo de ayuda que necesitaba?
- A. No necesité ayuda con ninguna de estas emociones durante los últimos 12 meses
 - B. Nunca
 - C. En raras ocasiones
 - D. A veces
 - E. La mayoría de las veces
 - F. Siempre
45. Debido a un problema físico, mental o emocional, ¿tiene serias dificultades para concentrarse, recordar o tomar decisiones?
- A. Sí
 - B. No
46. En una noche escolar promedio, ¿cuántas horas duerme?
- 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

47. Durante los últimos 12 meses, ¿dónde solía dormir?
- A. En la casa de mis padres o tutores
 - B. En la casa de un amigo, familiar u otra persona porque tuve que dejar mi casa o mi padre o tutor no puede pagar una vivienda
 - C. En un refugio o vivienda de emergencia
 - D. En un motel u hotel
 - E. En un automóvil, parque, campamento u otro lugar público
 - F. No tengo un lugar habitual para dormir
 - G. En otro lugar
48. Durante los últimos 30 días, ¿alguna vez durmió lejos de sus padres o tutores porque lo echaron, se escapó o lo abandonaron?
- A. Sí
 - B. No
49. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez ha apostado por un equipo deportivo, ha apostado al jugar a las cartas o a los dados, ha jugado a uno de los juegos de lotería de su estado, ha apostado en Internet o ha apostado en un juego de habilidad personal como el billar o un videojuego?
- A. Sí
 - B. No
50. Durante los últimos 12 meses, ¿con qué frecuencia le preocupaba a su familia que se le acabara la comida antes de que tuviera dinero para comprar más?
- A. Nunca
 - B. En raras ocasiones
 - C. A veces
 - D. La mayoría de las veces
 - E. Siempre

51. Durante los últimos 12 meses, ¿con qué frecuencia se agotó la comida que compró su familia y no tenían dinero para comprar más?
- A. Nunca
 - B. En raras ocasiones
 - C. A veces
 - D. La mayoría de las veces
 - E. Siempre

Las siguientes 4 preguntas tratan sobre otras experiencias que puede haber tenido durante su vida.

52. ¿Alguna vez ha sido separado de un parent o tutor porque fue a la cárcel, prisión o centro de detención?
- A. Sí
 - B. No
53. A lo largo de su vida, ¿con qué frecuencia ha sentido que pudo hablar con un adulto de su familia u otro adulto cercano sobre sus sentimientos?
- A. Nunca
 - B. En raras ocasiones
 - C. A veces
 - D. La mayoría de las veces
 - E. Siempre
54. A lo largo de su vida, ¿con qué frecuencia ha sentido que pudo hablar con un amigo sobre sus sentimientos?
- A. Nunca
 - B. En raras ocasiones
 - C. A veces
 - D. La mayoría de las veces
 - E. Siempre
55. ¿Está de acuerdo o en desacuerdo con que se siente cerca de las personas de su escuela?
- A. Totalmente de acuerdo
 - B. De acuerdo
 - C. No estoy seguro
 - D. En desacuerdo
 - E. Totalmente en desacuerdo

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