

# Encuesta sobre comportamientos de riesgo entre los jóvenes en escuela intermedia de 2025

Esta encuesta trata de comportamientos de la salud. Se ha creado para que nos cuentes cosas que haces que puedan afectar tu salud. La información que nos proporcionas se usará para mejorar la educación de la salud para jóvenes como tú.

NO escribas tu nombre en esta encuesta. Las respuestas que proporcionas serán privadas. Nadie sabrá lo que contestas. Responde a las preguntas según lo que realmente haces.

La participación en la encuesta es voluntaria. El responder o no a las preguntas no afectará tu nota en esta clase. Si te incomoda responder a alguna pregunta, déjala en blanco.

Las preguntas sobre tus antecedentes se usarán solo para describir los tipos de estudiantes que completan esta encuesta. La información no se usará para descubrir tu nombre. Ningún nombre será reportado.

Asegúrate de leer cada pregunta. Rellena los óvalos completamente. Cuando termines, sigue las instrucciones de la persona que está administrando la encuesta.

*Muchas gracias por tu ayuda.*

### Instrucciones

- Usa solo un lápiz #2
- Haz marcas oscuras.
- Rellena la respuesta siguiendo el ejemplo a continuación: A B ● D.
- Si cambias tu respuesta, borra completamente la respuesta previa.

1. ¿Qué edad tienes?
  - 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 tu identidad de género?
  - Femenino
  - Masculino
  - No binario
  - Un género que no está incluido en esta lista
  - Prefiero no especificar
  
3. ¿En qué grado estás?
  - A. 6.º grado
  - B. 7.º grado
  - C. 8.º grado
  - D. Sin grado u otro grado
  
4. ¿Cuál es tu raza y/u origen étnico? **(Elije una o más respuestas).**
  - A. Nativo estadounidense o de Alaska
  - B. Asiático
  - C. Negro o afroestadounidense
  - D. Hispano o latino
  - E. Del Medio Oriente o Norte de África
  - F. Nativo de Hawái o de las islas del Pacífico
  - G. Blanco

**Las siguientes 4 preguntas son acerca de la seguridad.**

5. ¿Cuán frecuentemente usas un casco **cuando andas en bicicleta?**
  - A. No ando en bicicleta
  - B. Nunca llevo un casco
  - C. Rara vez llevo un casco
  - D. Algunas veces llevo un casco
  - E. La mayor parte del tiempo llevo un casco
  - F. Siempre llevo un casco



6. ¿Cuán frecuentemente usas un casco **cuando patinas o andas en patineta**?
- A. No patino ni ando en patineta
  - B. Nunca llevo un casco
  - C. Rara vez llevo un casco
  - D. Algunas veces llevo un casco
  - E. La mayor parte del tiempo llevo un casco
  - F. Siempre llevo un casco
7. ¿Cuán frecuentemente usas el cinturón de seguridad cuando **viajas** en un auto?
- A. Nunca
  - B. Rara vez
  - C. Algunas veces
  - D. La mayor parte del tiempo
  - E. Siempre
8. ¿Alguna vez has viajado en un auto conducido por alguien que había bebido alcohol?
- A. Sí
  - B. No
  - C. No estoy seguro(a)

**Las siguientes 2 preguntas son acerca de comportamientos y experiencias relacionadas con la violencia.**

9. ¿Alguna vez has **peleado físicamente** con otra persona?
- A. Sí
  - B. No
10. ¿Alguna vez has visto a alguien ser atacado físicamente, golpeado, apuñalado o disparado en tu vecindario?
- A. Sí
  - B. No

**La próxima pregunta es acerca de las ocasiones en que sentiste que fuiste tratado(a) mal o injustamente.**

11. Durante tu vida, ¿cuán frecuentemente has sentido que te trataron mal o injustamente **en la escuela** por tu raza u origen étnico?
- A. Nunca
  - B. Rara vez
  - C. Algunas veces
  - D. La mayor parte del tiempo
  - E. Siempre

**Las siguientes 2 preguntas son acerca del acoso escolar (*bullying*). El acoso escolar es cuando uno o más estudiantes se burlan, amenazan, divulgan rumores, golpean, empujan o hieren a otro estudiante una y otra vez. No se considera acoso cuando dos estudiantes de aproximadamente la misma fuerza o poder discuten, pelean o se burlan entre ellos de manera amistosa.**

12. ¿Alguna vez has sufrido acoso en la escuela?  
A. Sí  
B. No
13. ¿Alguna vez has sufrido acoso por **medios electrónicos**? (Cuenta acoso por medio de mensajes de texto, Instagram, Facebook u otros medios sociales).  
A. Sí  
B. No

**La siguiente pregunta es acerca de lastimarse a sí mismo a propósito.**

14. ¿Alguna vez has hecho algo, como cortarte o quemarte a propósito, para lastimarte intencionalmente sin querer morir?  
A. Sí  
B. No

**Las siguientes 3 preguntas son acerca del intento de suicidio. A veces la gente se siente tan deprimida sobre el futuro que podrían considerar intentar suicidarse, es decir, tomar cierta medida para terminar con su propia vida.**

15. ¿Alguna vez has considerado **seriamente** intentar suicidarte?  
A. Sí  
B. No
16. ¿Alguna vez has hecho un **plan** de cómo intentarías suicidarte?  
A. Sí  
B. No
17. ¿Alguna vez has **intentado** suicidarte?  
A. Sí  
B. No

**Las siguientes 4 preguntas son acerca de fumar cigarrillos.**

18. ¿Alguna vez has fumado un cigarrillo, incluso una o dos bocanadas?  
A. Sí  
B. No

19. ¿Cuántos años tenías cuando fumaste por primera vez un cigarrillo, 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 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. Los 30 días
21. Durante los últimos 30 días, en los días que fumaste, ¿cuántos cigarrillos fumaste **por día**?
- A. No fumé cigarrillos durante los últimos 30 días
  - B. Menos de un cigarrillo por día
  - C. 1 cigarrillo por 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 son acerca de dispositivos electrónicos de vapor aromatizado, como JUUL, Vuse, NJOY, Elf Bar, o Esco Bars. Los dispositivos electrónicos de vapor aromatizado incluyen cigarrillos electrónicos, vaporizadores, *mods*, cigarros (puros) electrónicos, narguiles electrónicos (*e-hookahs*) o bolígrafos de vapor.**

22. ¿Alguna vez has usado un dispositivo electrónico de vapor?
- A. Sí
  - B. No
23. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días usaste un dispositivo 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 son acerca de otros productos de tabaco.**

24. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días consumiste **productos de tabaco de mascar, tabaco molido (rapé), tabaco sin humo, pasta de tabaco húmeda, productos de tabaco solubles o bolsas de nicotina** tales como Copenhagen, Grizzly, Skoal, Camel Snus, on!, ZYN o Velo? (**No** cuentes ningún 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. Los 30 días
25. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días fumaste cigarros **puros, puritos o puros pequeños**, tales como Swisher Sweets, Middleton's (incluyendo 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 son acerca del consumo de alcohol. Esto incluye beber cerveza, vino, bebidas alcohólicas saborizadas y licor como ron, ginebra, vodka o whisky. Para estas preguntas, el consumo de alcohol no incluye beber unos cuantos sorbos de vino durante ceremonias religiosas.**

26. ¿Alguna vez has bebido alcohol, aparte de unos cuantos sorbos?
- A. Sí
  - B. No
27. ¿Cuántos años tenías cuando tomaste tu primer trago de alcohol, aparte de unos cuantos sorbos?
- A. Nunca he bebido más que unos cuantos sorbos de alcohol
  - B. 8 años o menos
  - C. 9 años
  - D. 10 años
  - E. 11 años
  - F. 12 años
  - G. 13 años o más

**Las siguientes 3 preguntas son acerca del consumo de marihuana. A la marihuana se le conoce también como hierba o porro. Para estas preguntas, no cuentes productos de 100% CBD o de cáñamo, que provienen de la misma planta que la marihuana pero que no producen un periodo de euforia (*high*, la sensación de estar drogado) cuando se usan solos.**

28. ¿Alguna vez has consumido marihuana?
- A. Sí
  - B. No
29. ¿Cuántos años tenías cuando probaste 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 próxima pregunta es acerca del uso de analgésicos (medicamentos recetados para aliviar el dolor) sin receta médica o de manera diferente a la que te indicó el médico. Para esta pregunta, cuenta fármacos tales como codeína, Vicodín, oxicodona (OxyContin), hidrocodona y Percocet.**

30. ¿Alguna vez has tomado **analgésicos recetados** sin la receta de un médico o de manera diferente a la que te indicó el médico?
- A. Sí
  - B. No

**Las siguientes 2 preguntas son acerca de otras drogas.**

31. ¿Alguna vez has consumido **alguna** forma de cocaína, incluyendo polvo, piedra (*crack*), o base libre (*freebase*)?
- A. Sí
  - B. No
32. ¿Alguna vez has inhalado pegamento, respirado el contenido de latas de aerosol o inhalado pinturas o aerosoles para drogarte?
- A. Sí
  - B. No

**Las siguientes 4 preguntas son acerca del comportamiento sexual.**

33. ¿Alguna vez has tenido relaciones sexuales?
- A. Sí
  - B. No

34. ¿Cuántos años 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
35. ¿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 personas o más
36. La **última vez** que tuviste relaciones sexuales, ¿tú o tu pareja usaron un condón?
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
  - B. Sí
  - C. No

**Las siguientes 2 preguntas son acerca del peso corporal.**

37. ¿Cómo describes **tu** peso?
- A. Muy bajo peso
  - B. Un poco bajo peso
  - C. Más o menos en el peso correcto
  - D. Un poco de sobrepeso
  - E. Mucho sobrepeso
38. ¿Cuál de las siguientes opciones estás intentando en relación con tu peso?
- A. **Bajar** de peso
  - B. **Aumentar** peso
  - C. **Mantener** el mismo peso
  - D. **No estoy intentando hacer nada** sobre mi peso

**La próxima pregunta es acerca del desayuno.**

39. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días **desayunaste**?
- 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 3 preguntas son acerca de la actividad física.**

40. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días realizaste una actividad física por un total de **al menos 60 minutos al día**? (Suma todo el tiempo que dedicaste a cualquier tipo de actividad física que aumentó tu ritmo cardiaco y te hizo respirar fuertemente 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
41. En una semana normal en la que estás en la escuela, ¿cuántos días vas a clases de educación física?
- A. 0 días
  - B. 1 día
  - C. 2 días
  - D. 3 días
  - E. 4 días
  - F. 5 días
42. Durante los últimos 12 meses, ¿en cuántos equipos deportivos jugaste? (Cuenta cualquier equipo dirigido por tu escuela o grupos de la comunidad).
- A. 0 equipos
  - B. 1 equipo
  - C. 2 equipos
  - D. 3 equipos o más

**La siguiente pregunta es acerca de las conmociones cerebrales. Una conmoción cerebral es cuando un golpe o una sacudida en la cabeza ocasiona problemas como dolores de cabeza, mareos, aturdimiento o confusión, dificultad con la memoria o concentración, vómitos, visión borrosa o pérdida del conocimiento.**

43. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces tuviste una conmoción cerebral **a raíz de jugar un deporte o realizar una actividad física?**
- A. 0 veces
  - B. 1 vez
  - C. 2 veces
  - D. 3 veces
  - E. 4 veces o más

**La siguiente pregunta es acerca de las redes sociales, como Instagram, TikTok, Snapchat y X (anteriormente conocido como Twitter).**

44. ¿Cuán frecuentemente usas las redes sociales?
- A. No uso las redes sociales
  - B. Algunas veces al mes
  - C. Aproximadamente una vez a la semana
  - D. Algunas 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 6 preguntas son acerca de otros temas de salud.**

45. Durante los últimos 30 días, ¿cuán frecuentemente tuviste una mala salud mental? (La mala salud mental incluye estrés, ansiedad y depresión).
- A. Nunca
  - B. Rara vez
  - C. Algunas veces
  - D. La mayor parte del tiempo
  - E. Siempre
46. Durante los últimos 12 meses, cuando te has sentido triste, vacío(a), desesperado(a), enojado(a), o ansioso(a), ¿cuán frecuentemente obtuviste el tipo de ayuda que necesitabas?
- A. No necesité ayuda con estas emociones durante los últimos 12 meses
  - B. Nunca
  - C. Rara vez
  - D. Algunas veces
  - E. La mayor parte del tiempo
  - F. Siempre

47. En días de semana, ¿cuántas horas duermes en promedio?
- A. 4 horas o menos
  - B. 5 horas
  - C. 6 horas
  - D. 7 horas
  - E. 8 horas
  - F. 9 horas
  - G. 10 horas o más
48. Durante los últimos 12 meses, ¿dónde dormiste por lo general?
- A. En la casa de mis padres o tutor
  - B. En la casa de un(a) amigo(a), de algún familiar u otra persona porque tuve que abandonar mi hogar o porque mi padre, madre o tutor no puede pagar una vivienda
  - C. En un refugio o alojamiento de emergencia
  - D. En un motel u hotel
  - E. En un vehículo, parque, campamento u otro lugar público
  - F. No tengo un lugar usual para dormir
  - G. En otro lugar
49. Durante los últimos 12 meses, ¿cuán frecuentemente tu familia estuvo preocupada de que la comida se te acabara antes de que tuvieras dinero para comprar más?
- A. Nunca
  - B. Rara vez
  - C. Algunas veces
  - D. La mayor parte del tiempo
  - E. Siempre
50. Durante los últimos 12 meses, ¿cuán frecuentemente la comida que tu familia compró se acabó y no tenían dinero para comprar más?
- A. Nunca
  - B. Rara vez
  - C. Algunas veces
  - D. La mayor parte del tiempo
  - E. Siempre
51. ¿A qué escuela asistes? Si asistes a más de una escuela, selecciona la que más frecuentas.
- Arlington Community High School
  - Arlington Tech
  - Dorothy Hamm Middle School
  - Gunston Middle School
  - H-B Woodlawn
  - Kenmore Middle School
  - Langston High School
  - Swanson Middle School
  - Thomas Jefferson Middle School
  - Wakefield High School
  - Washington-Liberty High School
  - Williamsburg Middle School
  - Yorktown High School

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