

Encuesta sobre Comportamientos de Riesgo en Jóvenes de Nebraska 2025

Esta encuesta trata sobre comportamientos de salud. Se ha desarrollado para identificar actividades o hábitos que tiene que puedan influir a su salud. La información que comparta se usará para mejorar la educación en salud de jóvenes como usted.

NO escriba su nombre en la encuesta. Las respuestas que dé se mantendrán privadas. Nadie sabrá lo que ha contestado. Base sus repuestas en lo que verdaderamente hace en su día a día.

Completar esta encuesta es voluntario. Su decisión de responder o no las preguntas no afectará a su calificación en este curso. Si no se siente cómodo contestando alguna pregunta, solo déjela en blanco.

Las preguntas sobre su contexto serán usadas solo para describir los tipos de estudiantes que completan esta encuesta. La información no se usará para averiguar su nombre. No se reportará ningún nombre.

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

Muchas gracias por su ayuda.

Instrucciones

- Use únicamente una lapicera #2.
- Haga marcas oscuras.
- Rellene las respuestas así: A B ● D.
- Si cambia de opinión, borre por completo la respuesta antigua.

- ¿Cuántos años tiene?
 - 12 años o menos
 - 13 años
 - 14 años
 - 15 años
 - 16 años
 - 17 años
 - 18 años o más
- ¿Cuál es su sexo?
 - Femenino
 - Masculino
- ¿En qué grado está?
 - 9.º grado
 - 10.º grado
 - 11.º grado
 - 12.º grado
 - Sin grado o en otro grado
- ¿Cuál es su raza y/o etnicidad? (seleccione una o más respuestas).
 - Indígena americano o nativo de Alaska
 - Asiático
 - Negro o afroamericano
 - Hispano o latino
 - Medio Oriente o norteafricano
 - Nativo hawaiano o islas del Pacífico
 - Blanco

- ¿Cuál es su estatura sin calzado?
Instrucciones: Indique su altura en los cuadros sombreados. Marque los círculos correspondientes debajo de cada número.

Ejemplo:

Altura	
Pies	Pulgadas
5	7
③	①
④	①
●	②
⑥	③
⑦	④
	⑤
	⑥
	●
	⑧
	⑨
	⑩
	⑪

- ¿Cuál es su peso sin calzado?
Instrucciones: Indique su altura en los cuadros sombreados. Marque los círculos correspondientes debajo de cada número.

Ejemplo:

Peso		
Libras		
1	5	2
①	①	①
●	①	①
②	②	●
③	③	③
	④	④
	●	⑤
	⑥	⑥
	⑦	⑦
	⑧	⑧
	⑨	⑨

Las siguientes 4 preguntas son sobre seguridad.

- ¿Con qué frecuencia usa el cinturón de seguridad cuando **viaja** en un carro manejado por otra persona?
 - Nunca
 - Rara vez
 - A veces
 - La mayoría de las veces
 - Siempre

8. Durante los pasados 30 días, ¿cuántas veces ha **viajado** en un carro u otro vehículo **manejado por una persona que ha consumido alcohol**?
- Ninguna vez
 - 1 vez
 - 2 o 3 veces
 - 4 o 5 veces
 - 6 o más veces
9. Durante los pasados 30 días, ¿cuántas veces ha **manejado** un carro u otro vehículo **cuando usted había bebido alcohol**?
- No manejé ningún carro ni otro vehículo durante los pasados 30 días
 - Manejé un carro u otro vehículo, pero no había bebido alcohol
 - 1 vez
 - 2 o 3 veces
 - 4 o 5 veces
 - 6 o más veces
10. Durante los pasados 30 días, ¿cuántos días **mandó un mensaje o un e-mail** mientras **manejaba** un carro u otro vehículo?
- No manejé ningún carro ni otro vehículo durante los pasados 30 días
 - Manejé un carro u otro vehículo, pero no mandé mensajes ni e-mails.
 - 1 o 2 días
 - De 3 a 5 días
 - De 6 a 9 días
 - De 10 a 19 días
 - De 20 a 29 días
 - Los 30 días

Las siguientes 7 preguntas son sobre experiencias y comportamientos relacionados con la violencia.

11. Durante los pasados 30 días, ¿cuántas veces llevó **un arma** (como una pistola, cuchillo o bate) **a las instalaciones de la escuela**?
- Ningún día
 - 1 día
 - 2 o 3 días
 - 4 o 5 días
 - 6 o más días
12. **Durante los pasados 12 meses**, ¿cuántas veces llevó **un arma**? (**No** cuente los días que llevó un arma solo para cazar o practicar un deporte, como el tiro al blanco).
- Ningún día
 - 1 día
 - 2 o 3 días
 - 4 o 5 días
 - 6 o más días

13. Durante los pasados 30 días, ¿cuántos días **no** fue a la escuela porque sintió que era peligroso estar en la escuela o el viaje a y desde la escuela?
- Ningún día
 - 1 día
 - 2 o 3 días
 - 4 o 5 días
 - 6 o más días
14. Durante los pasados 12 meses, ¿cuántas veces estuvo involucrado en **una pelea física**?
- Ninguna vez
 - 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
15. Durante los pasados 12 meses, ¿cuántas veces estuvo involucrado en **una pelea en las instalaciones de la escuela**?
- Ninguna vez
 - 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
16. ¿Alguna vez ha visto a alguien que haya sido atacado físicamente, golpeado, apuñalado o baleado en su vecindario?
- Sí
 - No
17. Durante los pasados 12 meses, ¿cuántas veces **alguien con quien salía o tenía relaciones** le hizo daño físico a propósito? (Considere cosas como golpes, empujones contra objetos o lesiones causadas con algún objeto o arma).
- No salí ni tuve relaciones con nadie durante los pasados 12 meses
 - Ninguna vez
 - 1 vez
 - 2 o 3 veces
 - 4 o 5 veces
 - 6 o más veces

Las siguientes 5 preguntas son sobre experiencias con padres u otros adultos en su casa.

18. Durante su vida, ¿cuántas veces sus padres u otro adulto en su casa le han insultado o han hecho sentir inferior?
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. A veces
 - D. La mayoría de las veces
 - E. Siempre
19. Durante los pasados 12 meses, ¿cuántas veces sus padres u otro adulto en su casa le han insultado o han hecho sentir inferior?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 vez
 - C. 2 o 3 veces
 - D. 4 o 5 veces
 - E. 6 o más veces
20. Durante su vida, ¿cuántas veces sus padres u otro adulto en su casa le han golpeado, pateado o causado algún daño físico de alguna forma?
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. A veces
 - D. La mayoría de las veces
 - E. Siempre
21. Durante los pasados 12 meses, ¿cuántas veces sus padres u otro adulto en su casa le han golpeado, pateado o causado algún daño físico de alguna forma?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 vez
 - C. 2 o 3 veces
 - D. 4 o 5 veces
 - E. 6 o más veces
22. Durante su vida, ¿cuántas veces sus padres u otro adulto en su casa se han abofeteado, pateado, dado puñetazos o agredido físicamente entre sí?
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. A veces
 - D. La mayoría de las veces
 - E. Siempre

Las siguientes 3 preguntas son sobre el bullying. El bullying es cuando uno o más estudiantes molestan, amenazan, difunden rumores, golpean, empujan o lastiman a otro estudiante repetidamente. No es bullying cuando 2 estudiantes con el mismo poder discuten, pelean o se molestan de forma amistosa.

23. Durante los pasados 12 meses, ¿ha sufrido bullying **en las instalaciones de la escuela**?
- A. Sí
 - B. No
24. Durante los pasados 12 meses, ¿ha sufrido bullying **fuera de la escuela** (de camino a o desde la escuela o dónde pase su tiempo libre)?
- A. Sí
 - B. No
25. Durante los pasados 12 meses, ¿ha sufrido bullying **electrónico**? (Considere el bullying a través de mensajes, Instagram, Facebook, o cualquier otra red social).
- A. Sí
 - B. No

Las siguientes 5 preguntas son sobre sentimientos tristes e intentos de suicidio. Hay personas que están tan deprimidas sobre el futuro que pueden considerar suicidarse, es decir, tomar acción para terminar con sus vidas.

26. Durante los pasados 12 meses, ¿se ha sentido tan triste o sin esperanza todos los días **durante 2 semanas o más seguidas** que ha dejado de hacer algunas actividades cotidianas?
- A. Sí
 - B. No
27. Durante los pasados 12 meses, ¿ha considerado **seriamente** cometer un suicidio?
- A. Sí
 - B. No
28. Durante los pasados 12 meses, ¿ha planeado cómo iba a suicidarse?
- A. Sí
 - B. No
29. Durante los pasados 12 meses, ¿cuántas veces ha intentado suicidarse?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 vez
 - C. 2 o 3 veces
 - D. 4 o 5 veces
 - E. 6 o más veces

30. **Si ha intentado suicidarse** durante los pasados 12 meses, ¿alguno de los intentos resultó en heridas, envenenamiento o sobredosis que tuvieron que ser tratados por un doctor o enfermero?
- A. **No he intentado suicidarme** en los pasados 12 meses
 - B. Sí
 - C. No

Las siguientes 2 preguntas son sobre el consumo de cigarrillos de tabaco.

31. ¿Ha fumado alguna vez un cigarrillo, aunque sea solo una o dos bocanadas?
- A. Sí
 - B. No
32. Durante los pasados 30 días, ¿cuántos días ha fumado cigarrillos?
- A. Ningún día
 - B. 1 o 2 días
 - C. De 3 a 5 días
 - D. De 6 a 9 días
 - E. De 10 a 19 días
 - F. De 20 a 29 días
 - G. Los 30 días

Las siguientes 3 preguntas son sobre productos de vaporización electrónica como JUUL, Vuse, NJOY, Elf Bar o Esco Bars. Los productos electrónicos de vapor incluyen cigarrillos electrónicos, vapes, mods, e-cigs, e-hookahs o vape pens.

33. ¿Alguna vez ha usado productos de vaporización electrónica?
- A. Sí
 - B. No
34. Durante los pasados 30 días, ¿cuántos días ha usado un producto de vaporización electrónica?
- A. Ningún día
 - B. 1 o 2 días
 - C. De 3 a 5 días
 - D. De 6 a 9 días
 - E. De 10 a 19 días
 - F. De 20 a 29 días
 - G. Los 30 días

35. Durante los pasados 30 días, ¿cuál ha sido la manera **más común** de conseguir productos de vaporización electrónica (seleccione solo **una** opción)?
- A. No usé ningún producto de vaporización electrónica en los pasados 30 días.
 - B. Lo conseguí de o se lo compré a un amigo, familiar o alguien más.
 - C. Lo compre yo mismo de una tienda de vapes o una tienda de tabaco.
 - D. Lo compré yo mismo de una tienda de conveniencia, supermercado, tienda de descuentos, o gasolinera
 - E. Los compré yo mismo en un quiosco o puesto en el centro comercial (mall)
 - F. Los compre yo mismo en Internet, como en la página web del producto, de una tienda de vape u otras páginas como Ebay, Amazon, Facebook Marketplace o Craigslist
 - G. Lo tomé de una tienda u otra persona
 - H. Lo conseguí de alguna otra forma.

Las siguientes 2 preguntas son sobre paquetes de nicotina como ZYN, on!, Velo o Rogue. Estos pequeños paquetes con sabores están llenos de un polvo que contiene nicotina. Los usuarios colocan los paquetes de nicotina en la boca y no escupen. Estos paquetes de nicotina sin diferentes de otros productos de tabaco sin humo como el *snus*, el tabaco para mascar o el tabaco en polvo, porque no contienen hojas de tabaco. No cuente otras formas de tabaco sin humo como el tabaco de mascar, el tabaco en polvo, el rapé, *snus*, o el tabaco disoluble para contestar estas preguntas.

36. ¿Ha usado paquetes de nicotina, aunque solo sea una o dos veces?
- A. Sí
 - B. No
37. Durante los pasados 30 días, ¿cuántos días ha usado un paquete de nicotina?
- A. Ningún día
 - B. 1 o 2 días
 - C. De 3 a 5 días
 - D. De 6 a 9 días
 - E. De 10 a 19 días
 - F. De 20 a 29 días
 - G. Los 30 días

Las siguientes 4 preguntas son sobre productos de tabaco.

38. Cuando intentó comprar cualquier producto de tabaco en una tienda durante los pasados 30 días, ¿le pidieron mostrar una prueba de edad?
- A. No intenté comprar ningún producto de tabaco en tienda en los pasados 30 días
 - B. Sí, tuve que mostrar una prueba de edad
 - C. No, no tuve que mostrar nada
39. ¿Cuál de estos **productos de tabaco** ha usado **más recientemente**? (Elija solo **una** opción)
- A. No he usado ningún producto de tabaco
 - B. Cigarrillos
 - C. Vapes or cigarros electrónicos, como JUUL, Vuse o NJOY
 - D. Tabaco para mascar, en polvo o soluble, rapé o *snus*, como Copenhagen, Grizzly, Skoal, Camel Snus o Velo
 - E. Cigarros, cigarrillos o cubanos como Swisher Sweets, Middleton's (incluyendo Black & Mild) o Backwoods
 - F. Shisha fumada en una hookah, *narghile* u otra forma de pipa de agua
 - G. Paquetes de nicotina
 - H. Algún otro tipo de producto de tabaco
40. Durante los pasados 30 días, ¿cuántos días ha usado **tabaco de mascar, rapé, en polvo, *snus*, tabaco soluble, o paquetes de nicotina** como Copenhagen, Grizzly, Skoal, Camel Snus, on!, ZYN o Velo? (**No** cuente ningún producto de vaporización electrónica)
- A. Ningún día
 - B. 1 o 2 días
 - C. De 3 a 5 días
 - D. De 6 a 9 días
 - E. De 10 a 19 días
 - F. De 20 a 29 días
 - G. Los 30 días
41. Durante los pasados 30 días, ¿cuántos días ha usado **productos de tabaco en las instalaciones de la escuela**?
- A. Ningún día
 - B. 1 o 2 días
 - C. De 3 a 5 días
 - D. De 6 a 9 días
 - E. De 10 a 19 días
 - F. De 20 a 29 días
 - G. Los 30 días

La siguiente pregunta es sobre todos los productos de tabaco. Por favor, para contestar considere los cigarrillos, productos de vaporización electrónica, tabaco sin humo (tabaco de mascar, en polvo y soluble, el rapé y *snus*), cigarros (incluyendo puros), tabaco en shisha o hookah, tabaco en pipa, productos de tabaco caliente y paquetes de nicotina.

42. Durante los pasados 12 meses, ¿ha tratado de **dejar** de usar **todos** los productos de tabaco?
- A. No usé cigarrillos, productos de vaporización electrónica, tabaco sin humo, cigarros, tabaco en shisha o hookah, tabaco en pipa, productos de tabaco caliente ni paquetes de nicotina en los pasados 12 meses.
 - B. Sí
 - C. No

Las siguientes 4 preguntas son 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 por motivos religiosos.

43. ¿Cuántos años tenía cuando tomó alcohol por primera vez a parte de unos pequeños sorbos?
- A. Nunca tomé una bebida alcohólica a parte de unos pequeños sorbos
 - B. 8 años o menos
 - C. 9 o 10 años
 - D. 11 o 12 años
 - E. 13 o 14 años
 - F. 15 o 16 años
 - G. 17 años o más
44. Durante los pasados 30 días, ¿cuántos días tomó al menos una bebida alcohólica?
- A. Ningún día
 - B. 1 o 2 días
 - C. De 3 a 5 días
 - D. De 6 a 9 días
 - E. De 10 a 19 días
 - F. De 20 a 29 días
 - G. Los 30 días

45. Durante los pasados 30 días, ¿cuál es el mayor número de bebidas alcohólicas que ha consumido en una sola ocasión dentro de un periodo de pocas horas
- A. No tomé alcohol durante los pasados 30 días
 - B. 1 o 2 bebidas
 - C. 3 bebidas
 - D. 4 bebidas
 - E. 5 bebidas
 - F. 6 o 7 bebidas
 - G. 8 o 9 bebidas
 - H. 10 o más bebidas
46. Durante los pasados 30 días, ¿de qué manera obtuvo **usualmente** el alcohol que tomó?
- A. No tomé alcohol durante los pasados 30 días.
 - B. Lo compré en una tienda, como una licorería, supermercado, tienda de descuento o gasolinera
 - C. Lo compré en un restaurante, bar o club
 - D. Lo compré en un evento público como un concierto o evento deportivo
 - E. Le di a alguien dinero para que lo comprara por mí
 - F. Me lo dio alguien
 - G. Lo tomé de una tienda o miembro de la familia
 - H. Lo conseguí de otra forma

Las siguientes 4 preguntas son sobre el uso de marihuana. La marihuana también es conocida como mota o hierba. Para esta pregunta, no cuente los productos de CBD o cáñamo, que vienen de la misma planta, pero no provocan efecto psicodélico.

47. Durante su vida, ¿cuántas veces ha consumido marihuana?
- A. 0 veces
 - B. 1 o 2 veces
 - C. De 3 a 9 veces
 - D. De 10 a 19 veces
 - E. De 20 a 39 veces
 - F. De 40 a 99 veces
 - G. 100 o más veces
48. ¿Cuántos años tenía cuando probó la marihuana por primera vez?
- A. Nunca he probado marihuana
 - B. 8 años o menos
 - C. 9 o 10 años
 - D. 11 o 12 años
 - E. 13 o 14 años
 - F. 15 o 16 años
 - G. 17 años o más

49. Durante los pasados 30 días, ¿cuántas veces consumió marihuana?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 o 2 veces
 - C. De 3 a 9 veces
 - D. De 10 a 19 veces
 - E. De 20 a 39 veces
 - F. 40 o más veces
50. Durante los pasados 30 días, ¿cómo ha conseguido la marihuana que consumió? (seleccione solo una respuesta)
- A. No consumí marihuana durante los pasados 30 días
 - B. Los conseguí de un amigo, familiar o alguien más gratuitamente
 - C. Se lo compré a un amigo, un familiar o alguien más, pero no de una tienda o dispensario.
 - D. Lo compré en una tienda o dispensario en Nebraska (p. ej. Tienda de vape, tienda de tabaco, tienda de CBD, conveniencia o gasolinera)
 - E. Lo compré en Internet, en una tienda de producto, tienda vape online, u otras tiendas online como eBay, Amazon, Facebook Marketplace o Craigslist
 - F. Lo compré en un dispensario fuera de Nebraska
 - G. Lo conseguí de alguna otra forma

La siguiente pregunta es sobre delta-8. Delta-8 es una forma de cáñamo intoxicante que suele venderse en gasolineras o tiendas de conveniencia.

51. Durante los pasados 12 meses, ¿ha usado Delta-8?
- A. Sí
 - B. No
 - C. No estoy seguro

La siguiente pregunta se refiere al uso de analgésicos recetados conseguidos sin una receta médica o de forma distinta a la indicada por su doctor. Para esta pregunta, cuente medicinas como codeína, Vicodin, OxyContin, hydrocodona y Percocet.

52. Durante su vida, ¿cuántas veces ha tomado **analgésicos** de receta sin la prescripción de un doctor o de forma distinta a la indicada por su doctor?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 o 2 veces
 - C. De 3 a 9 veces
 - D. De 10 a 19 veces
 - E. De 20 a 39 veces
 - F. De 40 o más veces

Las siguientes 6 preguntas son sobre otras drogas.

53. Durante su vida, ¿cuántas veces ha consumido **alguna** forma de cocaína, incluyendo en polvo, crack o freebase?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 o 2 veces
 - C. De 3 a 9 veces
 - D. De 10 a 19 veces
 - E. De 20 a 39 veces
 - F. 40 o más veces
54. Durante su vida, ¿cuántas veces ha esnifado pegamento, aspirado contenido de latas de aerosol o inhalado pinturas o vapores con la intención de drogarse o sentir algún efecto estupefaciente (high)?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 o 2 veces
 - C. De 3 a 9 veces
 - D. De 10 a 19 veces
 - E. De 20 a 39 veces
 - F. 40 o más veces
55. Durante su vida, ¿cuántas veces a usado **heroína** (también llamada smack, junk o China White)?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 o 2 veces
 - C. De 3 a 9 veces
 - D. De 10 a 19 veces
 - E. De 20 a 39 veces
 - F. 40 o más veces
56. Durante su vida, ¿cuántas veces ha usado **metanfetaminas** (también conocidas como speed, crystal meth, crank, hielo o meth)?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 o 2 veces
 - C. De 3 a 9 veces
 - D. De 10 a 19 veces
 - E. De 20 a 39 veces
 - F. 40 o más veces
57. Durante su vida, ¿cuántas veces ha usado **éxtasis** (también llamado MDMA o Molly)?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 o 2 veces
 - C. De 3 a 9 veces
 - D. De 10 a 19 veces
 - E. De 20 a 39 veces
 - F. 40 o más veces

58. Durante su vida, ¿cuántas veces ha usado una aguja para inyectarse cualquier droga **ilegal** en su cuerpo?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 vez
 - C. 2 o más veces

Las siguientes 2 preguntas son sobre el peso corporal.

59. ¿Cómo describiría **su** peso corporal?
- A. Muy bajo peso
 - B. Ligeramente por debajo de lo normal
 - C. Más o menos en su peso
 - D. Ligeramente pasado de peso
 - E. Mucho sobrepeso
60. ¿Cuál de estas opciones describe lo que está tratando hacer sobre su peso?
- A. **Perder** peso
 - B. **Ganar** peso
 - C. **Mantener** el mismo peso
 - D. **No estoy intentando hacer nada** sobre mi peso

Las siguientes 6 preguntas son sobre el control del peso.

61. Durante los pasados 30 días, ¿ha hecho **ejercicio** para o no ganar peso?
- A. Sí
 - B. No
62. Durante los pasados 30 días, ¿**ha comido menos comida, menos calorías o comidas bajas en grasa** para perder o no ganar peso?
- A. Sí
 - B. No
63. Durante los pasados 30 días, ¿ha pasado **24 o más horas sin comer** (también llamado ayuno) para perder o no ganar peso?
- A. Sí
 - B. No
64. Durante los pasados 30 días, ¿ha **tomado pastillas, polvos o líquidos dietéticos** sin consejo médico para perder o no ganar peso? (no cuente los productos de sustitución de comida como Slim Fast).
- A. Sí
 - B. No
65. Durante los pasados 30 días, ¿ha **vomitado o tomado laxantes** para perder o no ganar peso?
- A. Sí
 - B. No

66. Durante los pasados 30 días, ¿cuántas veces trató de controlar su forma o peso haciendo ayuno o saltándose una comida; tomando pastillas dietéticas o algún suplemento no recetado por el doctor; o vomitando o tomando laxantes?
- A. Ningún día
 - B. 1 o 2 días
 - C. De 3 a 5 días
 - D. De 6 a 9 días
 - E. De 10 a 19 días
 - F. De 20 a 29 días
 - G. Los 30 días

Las siguientes 4 preguntas son sobre la comida que tomó o bebió durante los pasados 7 días. Piense en todas las comidas y refrigerios (snacks) que consumió desde que se levantó hasta que se acostó. Asegúrese de incluir la comida que consumió en casa, en la escuela, en restaurantes y otros lugares.

67. Durante los pasados 7 días, ¿cuántas veces tomó **una lata, botella o vaso de bebida energética** como Red Bull, Monster, Celsius o Rock Star? (**No** cuente las bebidas energéticas sin azúcar o bebidas deportivas como Gatorade o Powerade.)
- A. No tomé bebidas energéticas durante los pasados 7 días
 - B. De 1 a 3 veces durante los pasados 7 días
 - C. De 4 a 6 veces durante los pasados 7 días
 - D. 1 vez por día
 - E. 2 veces por día
 - F. 3 veces por día
 - G. 4 o más veces por día
68. Durante los pasados 7 días, ¿cuántas veces ha tomado **una botella o vaso de agua**? (Cuenta agua de la llave, embotellada o agua con gas sin sabor).
- A. No tomé agua durante los pasados 7 días
 - B. De 1 a 3 veces durante los pasados 7 días
 - C. De 4 a 6 veces durante los pasados 7 días
 - D. 1 vez por día
 - E. 2 veces por día
 - F. 3 veces por día
 - G. 4 o más veces por día

69. Durante los pasados 7 días, ¿cuántas veces compró comida o bebidas de una máquina expendedora en la escuela?
- A. No compré comida o bebida de una máquina expendedora en mi escuela en los pasados 7 días
 - B. De 1 a 3 veces durante los pasados 7 días
 - C. De 4 a 6 veces durante los pasados 7 días
 - D. 1 vez por día
 - E. 2 veces por día
 - F. 3 veces por día
 - G. 4 o más veces por día
70. Durante los pasados 7 días, ¿cuántas veces tomó **desayuno**?
- A. Ningún día
 - 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 son sobre actividad física.

71. Durante los pasados 7 días, ¿cuántos días fue físicamente activo por un total de **al menos 60 minutos al día**? (Sume todo el tiempo que pasó haciendo cualquier actividad física que aumentara su ritmo cardíaco y le hiciera respirar con dificultad en algún momento)
- A. Ningún día
 - B. 1 día
 - C. 2 días
 - D. 3 días
 - E. 4 días
 - F. 5 días
 - G. 6 días
 - H. 7 días
72. En una semana escolar normal, ¿cuántas días va a la clase de educación física (PE)?
- A. Ningún día
 - B. 1 día
 - C. 2 días
 - D. 3 días
 - E. 4 días
 - F. 5 días

73. Durante los pasados 12 meses, ¿en cuántos equipos deportivos ha jugado? (Cuenta todos los equipos organizados por su escuela o grupos comunitarios).
- A. 0 equipos
 - B. 1 equipo
 - C. 2 equipos
 - D. 3 o más equipos
74. En un día de escuela normal, ¿cuántas horas pasa delante de la televisión, computadora, celular u otro dispositivo electrónico mirando series o videos, jugando juegos, conectándose a Internet o usando redes sociales (también llamado “tiempo de pantalla”)? (No cuente el tiempo haciendo tarea).
- A. menos de 1 hora por día
 - B. 1 hora por día
 - C. 2 horas por día
 - D. 3 horas por día
 - E. 4 horas por día
 - F. 5 o más horas por día

La siguiente pregunta es sobre conmociones cerebrales. Una conmoción cerebral ocurre cuando un golpe o sacudida en la cabeza provoca problemas como dolor de cabeza, mareo, aturdimiento, confusión, dificultad para recordar o concentrarse, vómitos, visión borrosa o pérdida de conocimiento.

75. Durante los pasados 12 meses, ¿cuántas veces ha sufrido una conmoción cerebral **por practicar algún deporte o hacer actividad física**?
- A. Ninguna vez
 - B. 1 vez
 - C. 2 veces
 - D. 3 veces
 - E. 4 o más veces

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

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

Las siguientes 7 preguntas son sobre otros temas relacionados con la salud.

77. Durante los pasados 30 días, ¿cuántas veces su salud mental no fue buena? (Esto incluye estrés, ansiedad y depresión)
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. A veces
 - D. Casi todo el tiempo
 - E. Siempre
78. Durante los pasados 12 meses, cuando se ha sentido triste, vacío, sin esperanza, enfadado o ansioso, ¿cuántas veces recibió la ayuda que necesitaba?
- A. No necesité ayuda con ninguna de estas emociones durante los pasados 12 meses
 - B. Nunca
 - C. Rara vez
 - D. A veces
 - E. Casi todo el tiempo
 - F. Siempre
79. Cuando se siente triste, vacío, sin esperanza, enfadado o ansioso, ¿con quién es más probable que hable al respecto?
- A. No me siento triste, vacío, sin esperanza, enfadado ni ansioso
 - B. Padres u otros adultos en la familia
 - C. Profesor u otros adultos en la escuela
 - D. Otro adulto
 - E. Amigos
 - F. Hermanos/as
 - G. No estoy seguro
80. ¿Alguna vez un doctor, enfermero o consejero le ha dicho que tiene trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TADH), también conocido como trastorno por déficit de atención (TDA)?
- A. Sí
 - B. No
 - C. No estoy seguro
81. En una noche de semana escolar normal, ¿cuántas horas duerme?
- 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

82. Durante los pasados 12 meses, ¿dónde durmió usualmente?
- A. En la casa de mis padres o tutores
 - B. En la casa de un amigo, miembro de la familia u otra persona porque tuve que dejar mi casa o mis padres o tutores no podían permitirse una.
 - C. En un refugio o vivienda de emergencia
 - D. En un motel u hotel
 - E. En un carro, parque, camping u otro espacio público
 - F. No tengo un lugar usual para dormir
 - G. En algún otro lugar
83. Durante su vida, ¿con qué frecuencia ha habido una persona adulta en su hogar que se esforzara por asegurarse de que sus necesidades básicas fueran cubiertas, como cuidar su seguridad, proporcionarle ropa limpia y suficiente comida?
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. A veces
 - D. Casi todo el tiempo
 - E. Siempre

Las siguientes 14 preguntas son sobre otro tipo de experiencias que ha podido tener durante su vida.

84. ¿Alguna vez ha vivido con padres o tutores que tuvieran problemas con el consumo de alcohol o drogas?
- A. Sí
 - B. No
85. ¿Alguna vez ha vivido con padres o tutores que tuvieran depresión, ansiedad u otra enfermedad mental severa o tendencias suicidas?
- A. Sí
 - B. No
86. ¿Alguna vez ha estado separado de padres o tutores porque ellos fueron a la cárcel, prisión o centro de detención?
- A. Sí
 - B. No
87. Durante su vida, ¿con qué frecuencia sintió que pudo hablar sobre sus sentimientos con un adulto en su familia que se preocupara por usted?
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. A veces
 - D. Casi todo el tiempo
 - E. Siempre

88. Durante su vida, ¿con qué frecuencia sintió que podía hablar con amigos sobre sus sentimientos?
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. A veces
 - D. Casi todo el tiempo
 - E. Siempre
89. ¿Está de acuerdo o en desacuerdo con que se siente cercano a las personas de su escuela?
- A. Completamente de acuerdo
 - B. De acuerdo
 - C. No estoy seguro
 - D. En desacuerdo
 - E. Completamente en desacuerdo
90. ¿Con qué frecuencia se siente seguro y a salvo en la escuela?
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. A veces
 - D. Casi todo el tiempo
 - E. Siempre
91. ¿Hay al menos un maestro u otra persona adulta con la que siente que puede hablar si tiene un problema?
- A. Sí
 - B. No
 - C. No estoy seguro
92. Durante los pasados 12 meses, ¿con qué frecuencia su familia se preocupaba de quedarse sin comida antes de tener dinero para poder comprar más?
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. A veces
 - D. Casi todo el tiempo
 - E. Siempre

93. Durante los pasados 12 meses, ¿con qué frecuencia la comida que compró su familia se terminó y no tuvieron dinero para comprar más?
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. A veces
 - D. Casi todo el tiempo
 - E. Siempre
94. Durante una semana escolar normal, ¿cuántas horas totales participó en actividades escolares como deportes, banda, drama o clubes?
- A. 0 horas
 - B. De 1 a 4 horas
 - C. De 5 a 9 horas
 - D. De 10 a 19 horas
 - E. De 20 o más horas
95. En una semana escolar normal, ¿cuántos días participa en actividades organizadas después de clase, por la tarde o durante el fin de semana (que no sean equipos deportivos)? Estas incluyen clubes escolares, grupos de centros comunitarios, actividades culturales, clases de música, arte o danza, grupos de la Iglesia u otras actividades supervisadas.
- A. Ningún día
 - B. 1 día
 - C. 2 días
 - D. 3 días
 - E. 4 días
 - F. 5 días
 - G. 6 días
 - H. 7 días

96. Durante los pasados 12 meses, ¿cómo describiría sus calificaciones en la escuela?
- A. Mayormente A (sobresaliente)
 - B. Mayormente B (notables)
 - C. Mayormente C (aprobatorias)
 - D. Mayormente D (bajas)
 - E. Mayormente F (reprobadas)
 - F. Ninguna de estas calificaciones
 - G. No estoy seguro
97. ¿Cuál de las siguientes opciones es más probable que elija después de terminar la escuela secundaria? (Seleccione solo **una** opción)
- A. Asistir a una universidad de 4 años
 - B. Asistir a un colegio comunitario
 - C. Asistir a una escuela técnica
 - D. Ingresar en las fuerzas armadas
 - E. Trabajar en un empleo a tiempo completo
 - F. Otra cosa
 - G. No estoy seguro

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