

Healthy Kids Colorado Survey  
Middle School

Form MS

Esta encuesta se trata de comportamientos de salud. Ha sido desarrollada para ayudarnos a aprender como lo que haces puede afectar a tu salud. La información que nos Proporcionas se usará para mejorar la educación sanitaria 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 voluntaria. Contestar o no contestar las preguntas no afectará tus calificaciones en esta clase. Si no te sientes cómodo contestando cualquier pregunta, déjala en blanco.

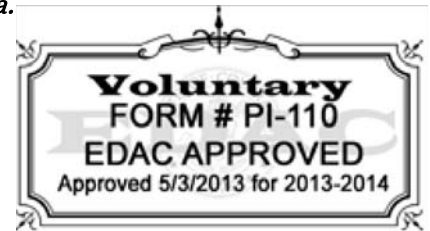
Las preguntas sobre tus orígenes sirven solamente para describir los tipos de estudiantes completando esta encuesta. La información no se usará para averiguar tu nombre. Nunca se reportarán nombres.

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

*Muchísimas gracias por tu ayuda.*

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. USA SOLAMENTE UN LAPIZ #2.

1. ¿Cuántos años tienes?

- 12 años o menos
- 13 años
- 14 años
- 15 años
- 16 años
- 17 años
- 18 años o mas

2. ¿Cuál es tu sexo?

- Hembra
- Varón

3. ¿En qué año/grado/curso estás?

- 6º
- 7º
- 8º
- 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

**Las próximas 3 preguntas se tratan de la seguridad. violencia.**

6. Cuando montas una bicicleta, ¿con qué frecuencia te pones un casco?

- No monto bicicleta
- Nunca me pongo un casco
- Rara vez me pongo un casco
- A veces me pongo un casco
- La mayoría de tiempo me pongo un casco
- Siempre me pongo un casco



7. ¿Con qué frecuencia te pones un cinturón de seguridad cuando viajas en un carro?

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

8. ¿Alguna vez has viajado en un carro manejado por alguien quien estaba tomando alcohol?

- Sí
- No
- No estoy seguro

**Las próximas 2 preguntas se tratan de comportamientos relacionados a la violencia.**

9. ¿Alguna vez has cargado un arma como una pistola, un cuchillo, o un garrote?

- Sí
- No

10. ¿Alguna vez has peleado físicamente?

- Sí
- No

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

11. ¿Alguna vez te han intimidado en el campus de la escuela?

- Sí
- No

12. ¿Alguna vez te han intimidado electrónicamente? Incluye la intimidación por correo electrónico, salón de charlas, mensajería instantánea, sitios web, o textos.)

- Sí
- No

**Las próximas 4 preguntas se tratan de sentimientos tristes e intentos de suicidios. A veces las personas se sienten tan deprimidos sobre el futuro que pueden intentar el suicidio, o sea hacer algo para terminar sus propias vidas**

13. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez sentiste tan triste o sin esperanza casi cada día por dos semanas seguidas o más que dejaste de hacer tus actividades regulares?

- Sí
- No

14. ¿Alguna vez consideraste seriamente el suicidio?

- Sí
- No

15. ¿Alguna vez planeaste cómo intentarías el suicidio?

- Sí
- No

16. ¿Alguna vez trataste de suicidarte?

- Sí
- No

**Las próximas 12 preguntas se tratan del uso de tabaco.**

17. ¿Alguna vez has probado un cigarrillo, incluso uno o dos soplidos?

- Sí
- No

18. ¿Que edad tenias cuando fumaste un cigarrillo entero por primera vez?

- Nunca he fumado un cigarrillo entero.
- 8 años o menor
- 9 años
- 10 años
- 11 años
- 12 años
- 13 años o mayor



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

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

20. Durante los últimos 30 días, en los días que fumaste, ¿Cuántos cigarrillos fumaste **cada día**?

- No fumé durante los últimos 30 días
- Menos de 1 cigarrillo al día
- 1 cigarrillo al día
- 2 a 5 cigarrillos al día
- 6 a 10 cigarrillos al día
- 11 a 20 cigarrillos al día
- Más de 20 cigarrillos al día

21. Durante los últimos 30 días, ¿cómo conseguiste tus propios cigarrillos **usualmente**? (Selecciona solamente **una** respuesta)

- No fumé durante los últimos 30 días
- Los compré en una tienda como un abarrote, un supermercado, una tienda de descuento, o gasolinera
- Los compré de una máquina
- Le di dinero a alguien para que me los comprara
- Los preste (o los pedí) de alguien
- Alguien mayor de 18 años me las dio
- Los robé de una tienda o un miembro de familiar.
- Los conseguí de otra manera.

22. ¿Alguna vez has fumado diariamente, o sea, por lo menos un cigarrillo cada día por 30 días?

- Sí
- No

23. Si quisieras conseguir unos cigarrillos, ¿qué tan fácil sería conseguirlos?

- Muy difícil
- Un poco difícil
- Un poco fácil
- Muy fácil

24. 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 ó 2 días
- 3 a 5 días
- 6 a 9 días
- 10 a 19 días
- 20 a 29 días
- Cada de los 30 días

25. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días fumaste cigarros, puros, o cigarros chiquitos?

- 0 días
- 1 ó 2 días
- 3 a 5 días
- 6 a 9 días
- 10 a 19 días
- 20 a 29 días
- Cada uno de los 30 días

26. ¿Cuánto crees que se arriesgan a hacerse daño (físico o de otro tipo) las personas si fuman uno o más paquetes de cigarrillos al día?

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

27. ¿Qué tan mal sería para tus padres o tutores legales si tu fumaras cigarrillos?

- Muy mal
- Mal
- Un poco mal
- Para nada mal

**Las 14 próximas 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 el alcohol consumido durante servicios religiosos.**

28. ¿Alguna vez has tomado alcohol, incluso unos pocos tragos?

- Sí
- No



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

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

30. ¿Qué edad tenías la primera vez que empezaste a tomar bebidas alcohólicas regularmente, o sea por lo menos una o dos veces al mes?

- Nunca he tomado más que unos tragos de alcohol
- Nunca he tomado alcohol regularmente
- 8 años o menos
- 9 años
- 10 años
- 11 años
- 12 años
- 13 años o mayor

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

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

32. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días tomaste 5 o más bebidas alcohólicas seguidas, entre 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

33. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días piensas que **un estudiante típico de tu escuela** tomo alcohol?

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

34. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días tomó 5 o más bebidas alcohólicas seguidas **un estudiante típico de tu escuela**?

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

35. Si quisieras conseguir cerveza o licor, ¿qué tan fácil sería conseguirlo?

- Muy difícil
- Un poco difícil
- Un poco fácil
- Muy fácil

36. Durante los últimos 30 días, ¿cómo conseguiste tu alcohol **normalmente**? (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 eventos público como un concierto o partido deportivo
- Le di dinero a alguien para que me lo comprara
- Alguien me la regaló
- Me la robé de una tienda o un familiar.
- La conseguí de otra manera



37. Durante los últimos 12 meses, ¿en dónde **normalmente** tomaste alcohol? (Selecciona solamente **una** respuesta)

- No tomé alcohol durante los últimos 12 meses
- En mi casa
- En la casa de otra persona
- Mientras viajabas o manejaba un carro u otro vehículo
- En un restaurante, bar o club
- En un lugar como un parque, una playa, o estacionamiento
- En un evento público como un concierto o partido deportivo
- En la escuela

38. ¿Cuánto crees que se arriesgan a hacerse daño (físico o de otro tipo) las personas si toman uno o dos bebidas alcohólicas casi **cada día**?

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

39. ¿Cuánto crees que se arriesgan a hacerse daño (físico o de otro tipo) las personas si toman 5 o más bebidas alcohólicas una o dos veces **cada fin de semana**?

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

40. ¿Qué tan mal lo verías **tú** si **alguien de tu edad** empezara a tomar alcohol regularmente (por lo menos una o dos veces al mes)?

- Muy mal
- Mal
- Un poco mal
- Para nada mal

41. ¿Qué tan mal sería para tus padres o tutores legales si tu empezaras a tomar alcohol regularmente (por lo menos una o dos veces al mes)?

- Muy mal
- Mal
- Un poco mal
- Para nada mal

**Las próximas 8 preguntas se trata del uso de marihuana. Marihuana también se llama mota o hierba (en inglés "grass" o "pot.")**

42. ¿Alguna vez has usado marihuana?

- Sí
- No

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

- Nunca he probado marihuana
- 8 años o menos
- 9 años
- 10 años
- 11 años
- 12 años
- 13 años o mayor

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

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

45. Si quisieras conseguir marihuana, ¿qué tan fácil sería conseguirla?

- Muy difícil
- Un poco difícil
- Un poco fácil
- Muy fácil

46. ¿Cuánto crees que se arriesgan a hacerse daño (físico o de otro tipo) las personas si usen marihuana **una o dos veces**?

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



47. ¿Cuánto crees que se arriesgan a hacerse daño (físico o de otro tipo) las personas si usen marihuana **regularmente**?

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

48. ¿Qué tan mal lo verías **tú** si **alguien de tu edad** usara marihuana?

- Muy mal
- Mal
- Un poco mal
- Para nada mal

49. ¿Qué tan mal lo **verían tus padres o tutores legales** si **tu** usaras marihuana?

- Muy mal
- Mal
- Un poco mal
- Para nada mal

Las próximas 3 preguntas se tratan de otros tipos de drogas.

50. ¿Alguna vez has inhalado pegamento, el contenido de un aerosol o inhalado otros gases o sprays para drogarte?

- Sí
- No

51. ¿Alguna vez has usado medicinas recetadas (como OxyContin, Percocet, Vicodin, codeína, Adderall, Ritalin, o Xanax) sin prescripción de un doctor?

- Sí
- No

52. Durante los últimos 12 meses, ¿has hablado con por lo menos una de tus padres sobre los peligros del uso de tabaco, alcohol, o drogas?

- Sí
- No
- No estoy seguro

Las próximas 2 preguntas se tratan de anuncios que posiblemente has oído o visto en curanto al uso de tabaco,

53. Durante los últimos 12 meses, ¿con qué frecuencia has oído, leído, o visto anuncios sobre la **prevención** del uso de tabaco, alcohol, u otras drogas?

- Mucho
- A veces
- Casi nunca
- Nunca
- No estoy seguro

54. Durante los últimos 12 meses, ¿con qué frecuencia has oído, leído, o visto anuncios **promocionando o animando** el uso de tabaco, alcohol, u otras drogas?

- Mucho
- A veces
- Casi nunca
- Nunca
- No estoy seguro

Las próximas 2 preguntas se tratan de tu peso.

55. ¿Cómo describirías **tú** peso?

- Muy debajo de peso
- Un poco debajo de peso
- Más o menos el peso correcto
- Un poco sobrepeso
- Muy sobrepeso

56. ¿Cuál de los siguientes estás tratando de hacer en cuanto a tu peso?

- Perder** peso
- Subir** peso
- Mantener** en mismo peso
- No estoy tratando de hacer nada** sobre mi peso



**Las próximas 4 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**

57. 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

58. 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

59. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces tomaste 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

60. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días desayunaste?

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

**Las próximas 5 preguntas se tratan de tu actividad física.**

61. 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 duro a

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

62. En un día típico escolar, ¿por cuántas horas ves televisión?

- 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

63. En un día escolar típico, ¿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.)

- No juego videojuegos o utilizo la computadora para actividades que no sean de tareas.
- 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



64. Durante 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

65. 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

**Las próximas 2 preguntas son sobre otros temas relacionadas a la salud.**

66. ¿Han enseñado sobre la SIDA o VIH en la escuela?

- Sí
- No
- No estoy seguro

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

- Sí
- No
- No estoy seguro

**Las próximas 4 preguntas se tratan de la escuela.**

68. Durante los últimos 12 meses, ¿cómo describirías tus calificaciones/notas?

- Generalmente A's
- Generalmente B's
- Generalmente C's
- Generalmente D's
- Generalmente F's
- Ninguna de estas calificaciones/notas
- No estoy seguro

69. ¿Participas en clubs o actividades en la escuela como deportes, banda, teatro, gobierno estudiantil u otros grupos?

- Sí
- No

70. ¿Qué tan importante es que tú vayas a la universidad?

- Muy importantes
- Importante
- No muy importante
- Para nada importante

71. ¿Qué tan importante crees que son las cosas que aprendes en la escuela para tu vida en el futuro?

- Muy importantes
- Importante
- No muy importante
- Para nada importante

**Preguntas Adicionales  
Empieza con 201**

**Respuestas**

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

**Esto es fin de la encuesta. Muchas gracias por tu ayuda.**

