

Healthy Kids Colorado Survey

HKCS A

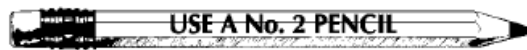
Esta encuesta se trata de comportamientos de salud. Ha sido desarrollada para ayudarnos a aprender que estás haciendo que puede afectar a tu salud. La información que nos proporcionas se usará para mejorar la educación sobre la salud para jóvenes como tú.

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 voluntario. 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 los nombres.

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



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.



1. ¿Cuántos años tienes?

- 12 años de edad o menos
- 13 años
- 13 años
- 15 años
- 16 años
- 17 años
- 18 años de edad o más

2. ¿Cuál es tu sexo?

- Femenino
- Masculino

3. ¿En qué grado estás?

- 9º
- 10º
- 11º
- 12º
- Sin grado u otro grado

4. ¿Eres Hispano o Latino?

- Sí
- No

5. ¿Cuál es tu raza? (Selecciona una o más respuestas)

- Indio Americano o Nativo de Alaska
- Asiático
- Negro o afroamericano
- Nativo de Hawai u otras islas del Pacífico
- Blanco (caucásico)

6. ¿Cuánto mides sin tus zapatos?

Instrucciones: Escribe tu altura en las casillas sombreadas de blanco. Completa el óvalo correspondiente debajo de cada número.

8. ¿Cuál de los siguientes te describe mejor?

Estatura	
Pies	Pulgadas
3	0
4	1
5	2
6	3
7	4
	5
	6
	7
	8
	9
	10
	11

- Heterosexual
- Gay o lesbiana
- Bisexual
- No estoy seguro

9. ¿Algunas personas se describen como transgénero cuando su sexo de nacimiento no coincide con la forma en que piensan o sienten acerca de su sexo ¿Eres transgénero?

- No, no soy transgénero
- Sí, soy transgénero
- No estoy seguro si soy transgénero
- No sé a qué se refiere esta pregunta

Las siguientes 6 preguntas son acerca de seguridad.

10. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces has viajado en un automóvil u otro vehículo **conducido por alguien que había estado bebiendo alcohol**?

- 0 veces
- 1 vez
- 2 o 3 veces
- 4 o 5 veces
- 6 o más veces

7. ¿Cuánto pesas sin tus zapatos puestos?

Instrucciones: Escribe tu peso en las casillas sombreadas de blanco. Completa el óvalo correspondiente debajo de cada número.

Peso		
Libras		
0	0	0
1	1	1
2	2	2
3	3	3
	4	4
	5	5
	6	6
	7	7
	8	8
	9	9

mejor?

11. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces **manejaste** un automóvil u otro vehículo **cuando habías estado tomando alcohol**?

- No manejé un automóvil u otro vehículo durante los últimos 30 días
- 0 veces
- 1 vez
- 2 o 3 veces
- 4 o 5 veces
- 6 veces o más

12. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces viajaste en un automóvil u otro vehículo **conducido por alguien que había estado consumiendo marihuana** (también llamada hierba o mota)?

- 0 veces
- 1 vez
- 4 o 5 veces
- 6 veces o más

13. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces **manejaste** un automóvil u otro vehículo **cuando habías consumido marihuana** (también llamada hierba o mota)?

- No conduje un automóvil u otro vehículo durante los últimos 30 días
- 0 veces
- 1 vez
- 2 o 3 veces
- 4 o 5 veces
- 6 o más veces

14. Con qué frecuencia usas el cinturón de seguridad cuando **viajas** en un automóvil conducido por otra persona?

- Nunca
- Rara vez
- A veces
- 2 o 3 veces
- La mayor parte del tiempo
- Siempre

15. Durante los últimos 30 días, ¿en cuántos días enviaste **mensajes de texto o correo electrónico** mientras **conducías** un automóvil u otro vehículo?

- No conduje un automóvil u otro vehículo durante los últimos 30 días
- 0 días
- 1 ó 2 días
- 3 a 5 días
- 6 a 9 días
- 10 a 19 días
- 20 a 29 días
- Los 30 días

Las siguientes 6 preguntas hablan de los comportamientos relacionados con la violencia.

16. Durante los últimos 30 días, ¿en cuántos días llevaste **un arma** como una pistola, un cuchillo o un palo **dentro de instalaciones de la escuela?**

- 0 días
- 1 día
- 2 o 3 días
- 4 o 5 días
- 6 o más días

17. Durante los últimos 30 días, ¿en cuántos días **no** fuiste a la escuela porque consideraste que no estarías seguro en la escuela o en camino hacia o desde la escuela?

- 0 días
- 1 día
- 2 o 3 días
- 4 o 5 días
- 6 o más días

18. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces alguien te ha amenazado o lesionado con **un arma** como una pistola, un cuchillo o un palo **dentro de instalaciones de la escuela?**

- 0 veces
- 1 vez
- 2 ó 3 veces
- 4 o 5 veces
- 6 ó 7 veces
- 8 o 9 veces
- 10 ó 11 veces
- 12 veces o más

19. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces estuviste en una **pelea física?**

- 0 veces
- 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

20. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas **veces alguien con quien salías o tenías una cita** te lastimó físicamente a propósito? (Cuenta cosas tales como ser golpeado, empujado contra algo o herido con un objeto o un arma.)

- No salí con nadie durante los últimos 12 meses.
- 0 veces
- 1 vez
- 2 o 3 veces
- 4 o 5 veces
- 6 veces o más

21. Alguna vez has sido físicamente obligado a tener relaciones

sexuales cuando no querías hacerlo?

- Sí
- No

22. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez te han intimidado

Las siguientes 3 preguntas se refieren al bullying o intimidación. El bullying es cuando uno o más estudiantes se burlan, amenazan, difunden rumores, golpean, empujan o lastiman a otro estudiante una y otra vez. No es bullying cuando dos estudiantes de aproximadamente la misma fuerza o poder discuten o pelean o se burlan entre sí de una forma amistosa.

dentro de instalaciones de la escuela?

- Sí
- No

23. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez te han intimidado **electrónicamente?** (Cuenta haber sido víctima de intimidación a través de mensajes de texto, Instagram, Facebook u otras redes sociales.)

- Sí
- No

24. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez has sido víctima de bromas o apodos debido a tu identidad real o percibida: (Puedes elegir una respuesta o más de una respuesta)

- Origen racial o étnico
- Orientación sexual
- Identidad de género
- Condición de discapacidad
- Ninguno de estos

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

25. En los últimos 12 meses, ¿cuántas veces hiciste algo para hacerte daño intencionalmente sin querer morir, como cortarte o quemarte a propósito?

- 0 veces
- 1 vez
- 2 ó 3 veces
- 4 o 5 veces
- 6 veces o mas

26. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez te sentiste tan triste o desesperanzado casi todos los días durante **dos semanas**

Las siguientes 6 preguntas hablan de sentimientos de tristeza e intentos de suicidio. A veces las personas se sienten tan deprimidas sobre el futuro, que pueden considerar intentar suicidarse, es decir, tomar alguna acción para poner fin a su propia vida.

seguidas o más que dejaste de hacer algunas actividades habituales?

- Sí
- No

27. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez consideraste

seriamente intentar suicidarte?

- Sí
- No

28. Durante los últimos 12 meses, ¿hiciste un plan sobre cómo intentarías suicidarte?
- Sí
 - No
29. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces intentaste realmente suicidarte?
- 0 veces
 - 1 vez
 - 2 o 3 veces
 - 4 o 5 veces
 - 6 veces o más
30. Si tuvieras un problema serio, ¿conoces a un adulto dentro o fuera de la escuela con quien podrías hablar o pedirle ayuda?
- Sí
 - No
 - No estoy seguro
31. Cuando te sientes triste, vacío, desesperanzado, enojado o ansioso, ¿Con quién **es más probable** que hablarías al respecto?
- No me siento triste, vacío, desesperanzado, enojado ni ansioso
 - Padres u otro miembro adulto de la familia
 - Maestro u otro adulto de esta escuela
 - Otros adultos
 - Amigo
 - Hermano
 - No estoy seguro

32. ¿Durante los últimos 30 días, ¿en cuántos días fumaste

Las siguientes 5 preguntas se refieren al consumo de tabaco.

cigarrillos?

- 0 días
- 1 o 2 días
- 3 a 5 días
- 6 a 9 días
- 10 a 19 días
- 20 a 29 días
- Los 30 días

33. Si quisieras conseguir algunos cigarrillos, ¿qué tan fácil sería para ti conseguirlos?
- Muy difícil
 - Algo difícil
 - Algo fácil
 - Muy fácil

34. Durante los últimos 30 días, ¿dónde compraste tus propios cigarrillos? (Puedes elegir una respuesta o más).

- No compré cigarrillos durante los últimos 30 días
- Una gasolinera
- Una tienda de conveniencia
- Una farmacia
- Una máquina expendedora
- En Internet
- Por correo
- Algún otro lugar no listado aquí

35. Durante los últimos 12 meses, ¿Alguna vez trataste de dejar de fumar cigarrillos?

- No fumé durante los últimos 12 meses.
- Sí
- No

36. En los últimos 30 días, ¿cuál de los siguientes productos has utilizado al menos un día? (Puedes elegir una respuesta o más)

- Cigarros, cigarrillos o pequeños cigarros
- Masticar tabaco, rapé o dip, como Redman, Levi Garrett, Beechnut, Skoal, Skoal Bandits o Copenhagen
- Snus (tabaco en polvo en una bolsita pequeña) u otro tabaco sin escupir, como Taboka, Revel o Skoal Dry
- Fumar tabaco en un hookah, narguile u otro tipo de tubo de agua
- Fumar tabaco de un tubo que no es un hookah, narguile u otro tipo de tubo de agua
- Bidis o pequeños cigarrillos marrones envueltos en una hoja
- No he utilizado ninguno de los productos enumerados anteriormente

37. Si uno de tus mejores amigos te ofrece un producto de vapor

Las siguientes 7 preguntas tratan sobre 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-tubos, tubos de vapor, plumas de vapor, e-hookahs y plumas de hookah. No incluyas marihuana.

electrónico, ¿lo usarías?

- Definitivamente lo haría
- Probablemente lo haría
- Probablemente no lo haría
- Definitivamente no lo haría

38. En algún momento del próximo año, ¿crees que usarás un producto de vapor electrónico??

- Definitivamente lo haré
- Probablemente lo haré
- Probablemente no lo haré
- Definitivamente no lo hare

39. ¿Alguna vez usaste un producto de vapor? fumaras cigarrillos?

- Sí
- No

40. Durante los últimos 30 días, ¿en cuántos días utilizaste un producto de vapor electrónico?
- 0 días
 - 1 ó 2 días
 - 3 a 5 días
 - 6 a 9 días
 - 10 a 19 días
 - 20 a 29 días
 - Los 30 días
41. ¿Si quisieras conseguir alguno de estos productos electrónicos de vapor, qué tan fácil sería para ti conseguirlo?
- Muy difícil
 - Algo difícil
 - Algo fácil
 - Muy fácil
42. Durante los últimos 30 días, ¿dónde compraste tus propios productos electrónicos de vapor? (Puedes elegir una respuesta o más).
- No compré productos electrónicos de vapor durante los últimos 30 días
 - Una gasolinera
 - Una tienda de conveniencia
 - Un supermercado
 - Una farmacia
 - Una máquina expendedora
 - En Internet
 - Por correo
 - Algún otro lugar no listado aquí

43. ¿Cuánto crees que las personas se arriesgan a dañarse a sí mismos (físicamente o de otras formas) si usan productos electrónicos de vapor todos los días?
- No tienen riesgo
 - Poco riesgo
 - Riesgo moderado
 - Gran riesgo

44. Durante los últimos 7 días, ¿Cuántos días estuviste dentro de tu casa mientras alguien fumaba un cigarrillo, cigarro o pipa o

Las siguientes 4 preguntas se refieren al tabaquismo pasivo y el vapor.

usaba un producto de vapor electrónico? (**No** incluyas marihuana).

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

45. Durante los últimos 7 días, ¿Cuántos días estuviste en un

automóvil con tu padre o tutor mientras fumaba un cigarrillo, cigarro o pipa, o usaba un producto de vapor electrónico? (**No** incluyas marihuana).

- Mis padres / tutores no fuman
- 0 días
- 1 a 2 días
- 3 a 4 días
- 5 a 6 días
- 7 días

46. ¿Cuánto crees que las personas se arriesgan a dañarse a sí mismos (físicamente o de otras maneras) si respiran el vapor del producto de vapor electrónico de otra persona? (**No** incluyas la marihuana).
- No tienen riesgo
 - Poco riesgo
 - Riesgo moderado
 - Gran riesgo

47. ¿Cuánto crees que las personas se arriesgan a dañarse a sí mismos (físicamente o de otras maneras) si respiran el humo del tabaco del cigarrillo, cigarro o pipa de otra persona?
- No tienen riesgo
 - Poco riesgo
 - Riesgo moderado
 - Gran riesgo

48. Durante tu vida, ¿en cuántos días has tomado al menos una bebida alcohólica?

Las siguientes 8 preguntas son sobre beber alcohol. Esto incluye beber cerveza, vino, refrescos en base a vino y licores como el ron, la ginebra, el vodka o el whisky. Para estas preguntas, beber alcohol no incluye beber algunos sorbos de vino con fines religiosos.

- 0 días
- 1 ó 2 días
- 3 a 9 días
- 10 a 19 días
- 20 a 39 días
- 40 a 99 días
- 100 días o más

49. ¿Qué edad tenías cuando tomaste tu primera bebida alcohólica, no sólo algunos sorbos?

- Nunca he tomado una bebida alcohólica, salvo algunos sorbos
- 8 años de edad o menos
- 9 o 10 años
- 11 ó 12 años
- 13 o 14 años
- 15 ó 16 años
- 17 años de edad o más

50. Durante los últimos 30 días, ¿en cuántos días tomaste al

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
- Los 30 días

51. Durante los últimos 30 días, ¿en cuántos días tomaste **4** o más bebidas alcohólicas seguidas (si eres **mujer**) o **5** o más bebidas alcohólicas seguidas (si eres **hombre**)?

La siguiente pregunta es acerca de cuántas bebidas alcohólicas has tomado seguidas, es decir, dentro de un par de horas.

Para esta pregunta, el número de bebidas que necesitas pensar es diferente para las estudiantes femeninas y los estudiantes masculinos.

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

52. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días crees que un **estudiante típico de tu escuela** bebió alcohol?

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

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

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

54. Durante los últimos 30 días, ¿cómo obtuviste **generalmente** el alcohol que bebiste? (Selecciona sólo **una** respuesta)

- No tomé alcohol durante los últimos 30 días
- Lo compré en una tienda como una tienda de licores, tienda de conveniencia, supermercado, tienda de descuentos o gasolinera
- Lo compré en un restaurante, bar o club
- Lo compré en un evento público como un concierto o evento deportivo
- Le di a alguien dinero para que me lo comprara
- Alguien me lo dio
- Lo tomé de una tienda o miembro de la familia
- Lo conseguí de otra forma

55. Durante los últimos 30 días, ¿dónde tomaste alcohol **generalmente**? (Selecciona sólo **una** respuesta)

- No tomé alcohol durante los últimos 30 días
- En mi casa
- En casa de otra persona
- Al conducir o manejar un automóvil u otro vehículo
- En un restaurante, bar o club
- En un lugar público como un parque, una playa o un estacionamiento
- En un evento público como un concierto o evento deportivo
- Dentro de las instalaciones de la escuela

Las siguientes 11 preguntas hablan sobre el uso de la marihuana. La marihuana también es llamada hierba o mota.

56. Durante tu vida, ¿cuántas veces has consumido marihuana?

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

57. ¿Qué edad tenías cuando probaste marihuana por primera vez?

- Nunca he probado marihuana
- 8 años de edad o menos
- 9 o 10 años
- 11 ó 12 años
- 13 o 14 años
- 15 ó 16 años
- 17 años de edad o más

58. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces consumiste marihuana?
- 0 veces
 - 1 ó 2 veces
 - 3 a 9 veces
 - 10 a 19 veces
 - 20 a 39 veces
 - 40 veces o más
59. Durante los últimos 30 días, ¿cómo consumiste marihuana? **(Selecciona todas las que apliquen.)**
- No consumí marihuana durante los últimos 30 días
 - La fumé
 - La comí (en un comestible, dulces, tintura u otro alimento)
 - Utilicé un vaporizador
 - La unté
 - La usé de alguna otra forma
60. Durante los últimos 30 días, ¿cómo consumiste **generalmente** la marihuana? (Selecciona sólo **una** respuesta.)
- No consumí marihuana durante los últimos 30 días
 - La fumé
 - La comí (en un comestible, dulces, tintura u otro alimento)
 - Utilicé un vaporizador
 - La unté
 - La usé de alguna otra forma
61. Durante los últimos 30 días, ¿cómo obtuviste **generalmente** la marihuana que consumiste? (Selecciona sólo **una** respuesta).
- No consumí marihuana durante los últimos 30 días
 - La compré en una tienda o centro de marihuana
 - Se la compré a otra persona
 - Un padre o miembro de la familia de más de 21 años me la dio
 - Un amigo de más de 21 años me la dio
 - Alguien menor de 21 años me la dio
 - La tomé sin el permiso del dueño
62. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces consumiste marihuana **dentro de instalaciones de la escuela**?
- 0 veces
 - 1 ó 2 veces
 - 3 a 9 veces
 - 10 a 19 veces
 - 20 a 39 veces
 - 40 veces o más

63. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces crees que un **estudiante típico de tu escuela** consumió marihuana?
- 0 veces
 - 1 ó 2 veces
 - 3 a 9 veces
 - 10 a 19 veces
 - 20 a 39 veces
 - 40 veces o más
64. ¿Cuánto crees que las personas se arriesgan a dañarse a sí mismas (físicamente o de otras maneras) si consumen marihuana regularmente?
- No tiene riesgo
 - Poco riesgo
 - Riesgo moderado
 - Gran riesgo
65. ¿Qué tan malo crees que es para **alguien de tu edad** consumir marihuana?
- Muy malo
 - Malo
 - Un poco malo
 - No es malo en absoluto
66. ¿Qué tan malo **tus padres o tutores** creen que sería para ti consumir marihuana?
- Muy malo
 - Malo
 - Un poco malo
 - No es malo en absoluto
67. Durante tu vida, ¿cuántas veces has usado **alguna** forma de
- Las siguientes 10 preguntas hablan sobre otras drogas.**
- cocaína, incluyendo polvo, crack o base libre?
- 0 veces
 - 1 ó 2 veces
 - 3 a 9 veces
 - 10 a 19 veces
 - 20 a 39 veces
 - 40 veces o más
68. Durante tu vida, ¿cuántas veces has inhalado pegamento, inhalado el contenido de latas de aerosoles o inhalado cualquier pintura o aerosoles para drogarte?
- 0 veces
 - 1 ó 2 veces
 - 3 a 9 veces
 - 10 a 19 veces
 - 20 a 39 veces
 - 40 veces o más
69. Durante tu vida, ¿cuántas veces has usado **heroína** (también

llamada smack, junk o China White)?

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

70. Durante tu vida, ¿cuántas veces has usado **metanfetaminas** (también llamadas speed, cristal, crank o ice)?

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

71. Durante tu vida, ¿cuántas veces has usado **éxtasis** (también llamado MDMA)?

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

72. Durante tu vida, ¿cuántas veces has tomado **medicamentos recetados para el dolor** sin receta médica o de forma diferente a como un médico te dijo que lo usaras? (Cuenta medicamentos como la codeína, Vicodin, OxyContin, Hydrocodone y Percocet.)

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

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

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

74. Si quisieras obtener **medicamentos recetados** sin que te los hayan recetado a ti, ¿qué tan fácil sería para ti conseguirlos?

- Muy difícil
- Algo difícil
- Algo fácil
- Muy fácil

75. ¿Qué tan malo crees que es para alguien de tu edad consumir **medicamentos recetados** (como OxyContin, Percocet, Vicodin, codeína, Adderall, Ritalin o Xanax) sin receta médica?

- Muy malo
- Malo
- Un poco malo
- No es malo en absoluto

76. Durante los últimos 12 meses, ¿alguien te ha ofrecido, vendido o regalado una droga ilegal **dentro de las instalaciones de la escuela**?

- Sí
- No

77. ¿Alguna vez has tenido relaciones sexuales?

Las siguientes 7 preguntas son sobre la salud sexual.

- Sí
- No

78. ¿Qué edad tenías cuando tuviste relaciones sexuales por primera vez?

- Nunca he tenido relaciones sexuales
- 11 años de edad o menos
- 12 años
- 13 años
- 14 años
- 15 años
- 16 años
- 17 años de edad o más

79. Durante tu vida, ¿con cuántas personas has tenido relaciones sexuales?

- Nunca he tenido relaciones sexuales
- 1 persona
- 2 personas
- 3 personas
- 4 personas
- 5 personas
- 6 personas o más

80. Durante los últimos 3 meses, ¿con cuántas personas tuviste relaciones sexuales?
- Nunca he tenido relaciones sexuales
 - He tenido relaciones sexuales, pero no durante los últimos 3 meses
 - 1 persona
 - 2 personas
 - 3 personas
 - 4 personas
 - 5 personas
 - 6 personas o más

81. ¿Bebiste alcohol o consumiste drogas antes de tener relaciones sexuales la **última vez**?

- Nunca he tenido relaciones sexuales
- Sí
- No

82. ¿La **última vez** que tuviste relaciones sexuales, tú o tu pareja usaron un condón o preservativo?

- Nunca he tenido relaciones sexuales
- Sí
- No

83. La **última vez** que tuviste relaciones sexuales, ¿qué método usaste tú o tu pareja para **prevenir un embarazo**? (Selecciona sólo **una** respuesta.)

- Nunca he tenido relaciones sexuales
- No utilizamos ningún método para prevenir el embarazo
- Píldoras anticonceptivas
- Condones
- Un DIU (como Mirena o ParaGard) o un implante (como Implanon o Nexplanon)
- Una inyección (como Depo-Provera), un parche (como Ortho Evra) o un anillo anticonceptivo (como NuvaRing)
- Coito interrumpido o algún otro método
- No estoy seguro

84. ¿Cómo describes tu peso?

Las siguientes 2 preguntas hablan sobre el peso corporal.

- Muy bajo de peso
- Ligeramente bajo de peso
- Aproximadamente en el peso correcto
- Un poco de sobrepeso
- Mucho sobrepeso

85. ¿Cuál de los siguientes estás intentando hacer con respecto a tu peso?

- Perder** peso
- Aumentar** de peso
- Mantener** el mismo peso
- No estoy tratando de hacer nada** sobre mi peso

86. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces comiste **frutas**? (No contar jugo de fruta)

Las siguientes 6 preguntas se refieren a los alimentos que comiste o bebiste durante los últimos 7 días. Piensa en todas las comidas y bocadillos que consumiste desde el momento en que te levantaste hasta que te fuiste a dormir. Asegúrate de incluir los alimentos que comiste en tu casa, en la escuela, en restaurantes o en cualquier otro lugar.

- 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 veces al día o más

87. 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 veces al día o más

88. Durante los últimos 7 días, ¿cuántas veces bebiste **una lata, una botella o un vaso de soda o gaseosa**, como Coca-Cola, Pepsi o Sprite? (**No** cuentas soda dietética o gaseosa dietética.)

- No he bebido soda o gaseosa 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 veces al día o más

89. ¿De cuál de las siguientes bebidas bebiste una lata, una botella o un vaso una o más veces durante los últimos 7 días? (Por favor selecciona todas las respuestas válidas)

- Bebida deportiva, como Gatorade o PowerAde (No contar las bebidas deportivas bajas en calorías como Propel o G2)
- Bebida energética, como Red Bull o Jolt (No contar las bebidas energéticas dietéticas)
- Otras bebidas endulzadas con azúcar, como limonada, té o café azucarado, leche aromatizada, Snapple o SunnyDelight
- Soda o gaseosa dietética, tales como Diet Coke, Diet Pepsi, o Sprite Zero
- Agua simple, tal como agua del grifo, embotellada, o agua mineral con gas sin sabor.
- Otra cosa

90. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días comiste el **desayuno**?

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

91. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia pasaste hambre porque no había suficiente comida en tu casa?

- Nunca
- Rara vez
- A veces
- La mayor parte del tiempo
- Siempre

92. Durante los últimos 7 días, ¿en cuántos días estuviste

Las siguientes 7 preguntas se refieren a la actividad física.

físicamente activo durante un total **de al menos 60 minutos por día**? (Suma todo el tiempo que pasaste en cualquier tipo de actividad física que aumentó tu ritmo cardíaco y te hizo respirar fuerte parte del tiempo.)

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

93. En un día de escuela normal, ¿cuántas horas ves televisión?

- No veo televisión en un día de escuela normal
- Menos de 1 hora por día
- 1 hora por día
- 2 horas por día
- 3 horas por día
- 4 horas por día
- 5 horas por día o más

94. En un día de escuela normal, ¿cuántas horas juegas juegos de video o de computadora o usas una computadora para algo que no es la tarea escolar? (Cuenta el tiempo que pasas en cosas como Xbox, PlayStation, iPad u otra tableta, un teléfono inteligente, mensajes de texto, YouTube, Instagram, Facebook u otras redes sociales).

- No juego videojuegos ni juegos de computadora ni uso la computadora para algo que no sea la tarea escolar
- Menos de 1 hora por día
- 1 hora por día
- 2 horas por día
- 3 horas por día
- 4 horas por día
- 5 horas por día o más

95. Durante los últimos 12 meses, ¿en cuántos equipos deportivos jugaste? (Cuenta los equipos que organiza tu escuela o grupos comunitarios.)

- 0 equipos
- 1 equipo
- 2 equipos
- 3 equipos o más

96. Si quisieras, ¿podrías ir caminando o en bicicleta, monopatín o patineta **a la escuela**?

- No, es demasiado lejos
- No, no es seguro
- No, es demasiado lejos y no es seguro
- No, mi escuela no lo permite
- Sí

97. En una semana de escuela normal ¿Cuántos días **vas a la escuela** caminando o en bicicleta cuando el clima te lo permite?

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

98. En una semana normal de escuela, ¿Cuántos días vas a clases de educación física (PE por sus siglas en inglés)?

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

Las siguientes 3 preguntas son acerca de tu vida en el hogar.

99. En una noche normal de escuela, ¿Cuántas horas duermes?

- 4 horas o menos
- 5 horas
- 6 horas
- 7 horas
- 8 horas
- 9 horas
- 10 horas o más

100. Durante los últimos 30 días, ¿dónde dormiste habitualmente?

- En la casa de mis padres o tutores
- 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 pueden costear una vivienda
- En un refugio o vivienda de emergencia
- En un motel o hotel
- En un automóvil, parque, campamento u otro lugar público
- No tengo un lugar habitual para dormir
- En otro lugar

101. Si yo tuviera un problema personal, podría pedir ayuda a mis padres o tutores.

- NO!
- no
- sí
- Sí!

Las siguientes 6 preguntas son sobre la escuela.

102. Durante los últimos 12 meses, ¿cómo describirías tus calificaciones en la escuela?

- Mayormente A's
- Mayormente B's
- Mayormente C's
- Mayormente D's
- Mayormente F's
- Ninguno de estas calificaciones
- No estoy seguro

103. ¿Participas en alguna actividad extracurricular en la escuela como deportes, bandas, teatro, clubes o gobierno estudiantil?

- Sí
- No

104. Durante las **ÚLTIMAS CUATRO SEMANAS** ¿cuántos días de clase enteros has perdido porque faltaste o te saliste de clases?

- 0 días
- 1 día
- 2 días
- 3 días
- 4 a 5 días
- 6 a 10 días
- 11 días o más

105. Me siento seguro en mi escuela.

- NO!
- no
- sí
- Sí!

106. Mi(s) maestro(s) nota(n) cuando estoy haciendo un buen trabajo y me lo hacen saber.

- NO!
- no
- sí
- Sí!

107. Mi(s) maestro(s) me elogia(n) cuando trabajo duro en la escuela.

- NO!
- no
- sí
- Sí!

Las siguientes 3 preguntas hablan de otros temas relacionados con la salud.

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

- Sí
- No
- No estoy seguro

109. ¿Cuándo fue la última vez que viste a un médico o a una enfermera para un chequeo o examen físico cuando no estabas enfermo o herido?

- Durante los últimos 12 meses
- Entre 12 y 24 meses atrás
- Hace más de 24 meses
- Nunca
- No estoy seguro

110. ¿Cuándo fue la última vez que viste a un dentista o a un higienista dental para un chequeo, examen, limpieza dental u otro trabajo dental?

- Durante los últimos 12 meses
- Entre 12 y 24 meses atrás
- Hace más de 24 meses
- Nunca
- No estoy seguro

Esto es fin de la encuestas. Muchas gracias por tu ayuda.

DFC Grantees Additional Questions

Su comunidad está recolectando información adicional a través de las siguientes preguntas. Los datos recolectados son muy importantes para el distrito y para su escuela. Por favor, escriba sus respuestas para cada pregunta en el área de preguntas adicionales (preguntas 201-220) que se encuentra al final del formulario principal que usted ha estado usando. Como con las preguntas que usted ya ha completado en el formulario de encuesta de Healthy Kids Colorado (Niños Saludables Colorado), usted puede omitir alguna de las siguientes preguntas, si no se siente cómodo en contestarlas. Muchas gracias por su tiempo.

201. ¿Qué tanto crees que la gente se pone en riesgo de hacerse daño físicamente o de otras maneras cuando toman cinco o más tragos de una bebida alcohólica una o dos veces por fin de semana?
- A. No hay riesgo
 - B. Poco riesgo
 - C. Riesgo moderado
 - D. Mucho riesgo
202. ¿Qué tanto crees que la gente se pone en riesgo de hacerse daño físicamente o de otras maneras si fuman marihuana una o dos veces por semana?
- A. No hay riesgo
 - B. Poco riesgo
 - C. Riesgo moderado
 - D. Mucho riesgo
203. ¿Qué tanto crees que la gente se pone en riesgo de hacerse daño físicamente o de otras maneras si usan drogas recetadas que no han sido recetadas para ellos?
- A. No hay riesgo
 - B. Poco riesgo
 - C. Riesgo moderado
 - D. Mucho riesgo
204. ¿Qué opinarían tus padres sobre lo malo que sería que tú tomaras uno o dos tragos de una bebida alcohólica casi todos los días?
- A. No es malo
 - B. Relativamente malo
 - C. Malo
 - D. Muy malo
205. ¿Qué tan mal se sentirían tus padres si tú usaras medicamentos que no hayan sido recetados para tu propio consumo?
- A. Nada mal
 - B. Un poco mal
 - C. Mal
 - D. Muy mal
206. ¿Qué tan mal se sentirían tus amigos si tú tomaras uno o dos tragos de bebidas alcohólicas casi todos los días?
- A. Nada mal
 - B. Un poco mal
 - C. Mal
 - D. Muy mal
207. ¿Qué tan mal se sentirían tus amigos si tú fumaras tabaco?
- A. Nada mal
 - B. Un poco mal
 - C. Mal
 - D. Muy mal
208. ¿Qué tan mal se sentirían tus amigos si tú fumaras marihuana?
- A. Nada mal
 - B. Un poco mal
 - C. Mal
 - D. Muy mal
209. ¿Qué tan mal se sentirían tus amigos si tú usaras medicamentos que no hayan sido recetados para ti?
- A. Nada mal
 - B. Un poco mal
 - C. Mal
 - D. Muy mal
210. ¿Qué tan mal sentirías sobre alguien de tu edad tomando uno o dos tragos de bebidas alcohólicas casi todos los días?
- A. Nada mal
 - B. Un poco mal
 - C. Mal
 - D. Muy mal