



Cuestionario para los Estudiantes de la Escuela Preparatoria 2004-2005

- Esta es una encuesta sobre las conductas, riesgos y actitudes relacionadas con la salud. Incluye preguntas sobre lo que comes y sobre la actividad física que realizas; sobre el uso del alcohol, el tabaco y otras drogas; sobre la seguridad y la violencia. Por favor, contesta todas las preguntas, sin importar si has hecho o no algunas de estas cosas. **Tendrás la oportunidad de responder que no lo has hecho.**
- No tienes que responder a todas las preguntas, pero esperamos que lo harás.
- **Por favor, no escribas tu nombre en esta forma ni en la hoja de respuestas. No te identifiques a tí mismo(a) de ninguna otra manera.**
- Marca todas tus respuestas en la hoja de respuestas. No escribas en el cuestionario. Marca solamente una respuesta, a menos que te indiquen ***“Marca todas las que se apliquen”***.
- Las preguntas de esta encuesta son acerca de cosas que tú puedes haber hecho en distintos períodos de tiempo, como **toda tu vida** (por ejemplo, ¿alguna vez has hecho algo?), **o el año pasado, o en los últimos seis meses o en los últimos 30 días**. Cada pregunta se hace por una razón diferente y brinda distinta información. Por favor, presta atención al período de tiempo sobre el cual te están preguntando y contesta todas las preguntas.

¡Gracias por tomar este cuestionario!

Encuesta a los muchachos y muchachas saludables de California

◆ Sección A ◆

Escribe el nombre de tu escuela en la parte superior de la hoja de respuestas. Luego rellena las burbujas como se indica en las primeras dos datos. Esto es muy importante. Gracias.

- A1. Rellena la burbuja de la letra “H”
- A2. Rellena la burbuja del número “7”

Las siguientes preguntas piden información sobre tí.

- A3. ¿Cuántos años tienes?
- | | |
|--------------------|------------------|
| A) 10 años o menos | E) 14 años |
| B) 11 años | F) 15 años |
| C) 12 años | G) 16 años |
| D) 13 años | H) 17 años |
| | I) 18 años o más |
- A4. ¿Cuál es tu sexo?
- | |
|--------------|
| A) Masculino |
| B) Femenino |
- A5. ¿En qué grado estás?
- | | |
|--------------|---------------|
| A) 6º grado | F) 11º grado |
| B) 7º grado | G) 12º grado |
| C) 8º grado | H) Otro grado |
| D) 9º grado | I) Sin grado |
| E) 10º grado | |

◆ Sección A ◆

- A6. ¿Cómo te describes a tí mismo? (**Marca todas las respuestas que se apliquen a la pregunta.**)
- | | |
|--|------------------------------------|
| A) Indio-Americano o Nativo de Alaska | E) Hispano o Latino |
| B) Hawaiano Nativo o Isleño del Pacífico | F) Blanco o Caucásico (No Hispano) |
| C) Asiático | G) Otro |
| D) Negro o Afro-Americano (No Hispano) | |
- A7. Si eres Asiático o Isleño del Pacífico, ¿qué grupo étnico te describe mejor? (**Marca todas las respuestas que se apliquen.** Si **no** eres Asiático ni Isleño del Pacífico, marca “A. No se aplica”).
- | | |
|---|--|
| A) No se aplica a mí; yo no soy Asiático ni Isleño del Pacífico | G) Coreano |
| B) Indo-Asiático | H) Laosiano |
| C) Camboyano | I) Vietnamita |
| D) Chino | J) Nativo de Hawaii, Guamano, Samoano u otro grupo de Isleños del Pacífico |
| E) Filipino | K) Otro grupo Asiático |
| F) Japonés | |
- A8. Si eres Hispano o Latino, ¿qué grupo étnico te describe mejor? (**Marca todas las respuestas que se apliquen.** Si **no** eres Hispano, marca “A. No se aplica”).
- | | |
|--|-----------------------|
| A) No se aplica a mí; yo no soy Hispano o Latino | E) Mexicano |
| B) Centroamericano | F) Puertorriqueño |
| C) Sudamericano | G) Otro grupo hispano |
| D) Cubano | |
- A9. ¿Cuántas veces te has cambiado de domicilio durante **los últimos 12 meses**?
- A) 0 veces
 - B) 1 vez
 - C) 2 o más veces

◆ Sección A ◆

Estas preguntas son sobre tu dieta y el ejercicio.

En los últimos **7 días**, ¿cuántos días...

		Número de Días							
		0	1	2	3	4	5	6	7
A10.	hiciste ejercicios o participaste en alguna actividad física por lo menos 20 minutos , lo cual te hizo sudar y respirar agitadamente? (Por ejemplo: básquetbol, fútbol (soccer), correr, natación, bicicleta rápida, baile movido o una actividad aeróbica similar.)	A	B	C	D	E	F	G	H
A11.	participaste en una actividad física por lo menos durante 30 minutos que no te hicieron sudar y respirar agitadamente? (Por ejemplo: caminar rápido, bicicleta lenta, tirar canastas, patinar, recoger hojas y trapear pisos.)	A	B	C	D	E	F	G	H
A12.	hiciste ejercicios para fortalecer o tonificar tus músculos? (Por ejemplo: hacer lagartijas, abdominales o levantar pesas.)	A	B	C	D	E	F	G	H

Durante las últimas **24 horas (ayer)**, ¿cuántas veces ...

		Número de Veces					
		0	1	2	3	4	5 ó más
A13.	bebiste leche o comiste yogurt? (en cualquier forma, incluyendo con cereal)	A	B	C	D	E	F
A14.	bebiste un refresco o soda?	A	B	C	D	E	F
A15.	bebiste jugos de fruta 100% naturales, como de naranja, manzana o uva? (No se cuenta el ponche, Kool-Aid, bebidas deportivas y bebidas con sabor a fruta.)	A	B	C	D	E	F
A16.	comiste papas francesas, fritas u otras papas fritas?	A	B	C	D	E	F
A17.	comiste fruta? (No se cuenta el jugo de fruta)	A	B	C	D	E	F
A18.	comiste verduras? (Incluye ensaladas y papas sin freír)	A	B	C	D	E	F

◆ Sección A ◆

A19. ¿Tomaste tu desayuno **hoy**?

- A) No
- B) Sí

A20. ¿**Alguna vez** te ha dicho tu doctor o tu padre o guardián que tienes asma?

- A) No
- B) Sí
- C) No sé

Las siguientes preguntas son sobre el uso de sustancias como el alcohol, el tabaco y otras drogas.

Toma en cuenta las siguientes definiciones.

- **Una bebida** de alcohol significa tomar una lata de tamaño regular/una botella de cerveza o de una bebida con vino (wine cooler), una copa de vino, una bebida mixta, o un vasito de licor. Las preguntas **no** incluyen tomar unos pocos tragos de vino por razones religiosas.
- Una “**droga**” es *cualquier* sustancia que no sea alcohol, esteroides o tabaco. **No** incluye medicamentos recetados por un doctor o que se tomen debido a una enfermedad

◆ Sección A ◆

Durante **toda tu vida**, ¿cuántas veces has usado o probado...

	0 veces	1 vez	2 to 3 veces	4 ó más veces
A21. un cigarrillo, aunque sea una o dos fumadas?	A	B	C	D
A22. un cigarrillo entero?	A	B	C	D
A23. tabaco en polvo? (“dip”, “chew” o “snuff”, como Redman, Skoal, o Beechnut)	A	B	C	D
A24. una bebida completa de alcohol? (como una lata de cerveza, una copa de vino, un "wine cooler" o un vaso pequeño con licor)	A	B	C	D
A25. mariguana? (“pot”, “grass”, mota, “hash”)	A	B	C	D
A26. inhalantes? (cosas que hueles, aspiras o respiras para drogarte, como pegamento, pintura, aerosoles, gasolina, “poppers”, gases)	A	B	C	D
A27. cocaína? (en cualquier forma -coca, roca, base, polvo o nieve)	A	B	C	D
A28. metafetamina o cualquier anfetamina? (meta, acelere, cristal, “crank”, o “ice”, “bennies”, “black beauties”)	A	B	C	D
A29. derbisol? (DB, derbs, barro o “dirt”)	A	B	C	D
A30. ácido lisérgico? (“LSD”) o algún otro sicodélico (por ejemplo, ácido, mescalina, peyote, hongos)	A	B	C	D
A31. éxtasis? (E, X, EXTC, MDMA)	A	B	C	D
A32. heroína? (“smack”, “junk” o “China White”, alquitrán negro)	A	B	C	D
A33. alguna otra droga ilegal? (como PCP, “downers”, píldoras sin receta médica)	A	B	C	D

Durante tu **vida**, ¿cuántas veces...

	0 veces	1 vez	2 to 3 veces	4 ó más veces
A34. has estado muy borracho o enfermo después de beber alcohol?	A	B	C	D
A35. has estado intoxicado o "high" (cargado, “stoned” o perdido) por haber usado drogas?	A	B	C	D
A36. has estado borracho o intoxicado ("high") con drogas en las instalaciones de la escuela?	A	B	C	D

◆ Sección A ◆

Durante los últimos **30 días**, ¿cuántos **días** has usado...

	0 días	1 a 2 días	3 a 9 días	10 a 19 días	20 a 30 días
A37. cigarrillos?	A	B	C	D	E
A38. tababaco en polvo? (como “dip”, “chew” o “snuff”)	A	B	C	D	E
A39. por lo menos un trago de alcohol?	A	B	C	D	E
A40. cinco o más tragos de alcohol seguidos, es decir dentro de un par de horas?	A	B	C	D	E
A41. mariguana? (“pot”, “grass”, mota, “hash”)	A	B	C	D	E
A42. inhalantes? (cosas que hueles, aspiras o respiras para drogarte)	A	B	C	D	E
A43. cocaína? (en cualquier forma -coca, roca, base, polvo o nieve)	A	B	C	D	E
A44. metafetamina o cualquier anfetamina? (meta, acelere, cristal, “crank”)	A	B	C	D	E
A45. ácido lisérgico (“LSD”) o algún otro sicodélico?	A	B	C	D	E

Durante los últimos **30 días**, ¿cuántos días has hecho lo siguiente **en las instalaciones de la escuela...**

Ocurrió en las Instalaciones de la Escuela	0 días	1 a 2 días	3 a 9 días	10 a 19 días	20 a 30 días
A46. ¿has fumado cigarrillos?	A	B	C	D	E
A47. ¿has bebido por lo menos un trago de alcohol?	A	B	C	D	E
A48. ¿has fumado mariguana?	A	B	C	D	E

- A49. ¿Cómo te gusta beber el alcohol?
- A) Yo no bebo alcohol
 - B) Sólo una o dos probadas
 - C) Lo suficiente para empezar a sentirlo
 - D) Lo suficiente para sentirlo bastante
 - E) Hasta que estoy totalmente borracho

◆ Sección A ◆

¿Qué tan perjudicial piensas tú que es usar las siguientes sustancias **frecuentemente** (a diario o casi a diario)?

		Extremada- mente perjudicial	Perjudicial	Algo perjudicial	Más bien no perjudicial	Nada perjudicial
A50.	Cigarrillos	A	B	C	D	E
A51.	Alcohol	A	B	C	D	E
A52.	Mariguana	A	B	C	D	E

¿Qué tan difícil es para los estudiantes de tu grado obtener las siguientes sustancias si ellos realmente las quieren?

		Muy difícil	Bastante difícil	Bastante fácil	Muy Fácil	No sé
A53.	Cigarrillos	A	B	C	D	E
A54.	Alcohol	A	B	C	D	E
A55.	Mariguana	A	B	C	D	E

¿ Aproximadamente qué porcentaje de estudiantes en tu grado en tu escuela han hecho lo siguiente?
(Por ejemplo, piensa cuántos en un grupo de 100 estudiantes o sea aproximadamente en tres salones de clases)

		Porcentaje (%) de Estudiantes										
		0 (ninguno)	10	20	30	40	50 (la mitad)	60	70	80	90	100 (todos)
A56.	Han fumado cigarillos por lo menos una vez al mes	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
A57.	Han probado mariguana alguna vez	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K

◆ Sección A ◆

¿Cuánto desaprobaban tus amigos si tú usaras...?

	Mucho éxito	Algo de éxito	No mucho éxito	Nada de éxito
A58. Cigarrillos	A	B	C	D
A59. Alcohol	A	B	C	D
A60. Marihuana	A	B	C	D

A61. Durante tu **vida**, ¿cuántas veces has manejado un carro después de haber estado bebiendo alcohol, o has estado en el carro con un amigo que manejaba después de haber bebido?

- A) Nunca
- B) 1 vez
- C) 2 veces
- D) 3 a 6 veces
- E) 7 veces o más

◆ Sección A ◆

Las siguientes preguntas son sobre la violencia, la seguridad, el acoso y la intimidación.

En los últimos **12 meses**, ¿cuántas veces, **en las instalaciones de la escuela**,

Ocurrió en las Instalaciones de la Escuela		0 veces	1 vez	2 o 3 veces	4 o más veces
A62.	has sido empujado, hecho a un lado con un empujón, cacheteado, golpeado o pateado por alguien que no bromeaba?	A	B	C	D
A63.	has tenido miedo de que alguien te golpee?	A	B	C	D
A64.	has estado en una pelea física?	A	B	C	D
A65.	has sido víctima de rumores o mentiras dañinas?	A	B	C	D
A66.	has sido víctima de bromas, comentarios o gestos de tipo sexual?	A	B	C	D
A67.	has sido víctima de burlas debido a tu aspecto o por tu manera de hablar?	A	B	C	D
A68.	has sido víctima del robo o daño intencional de tu propiedad, como tu automóvil, ropa o libros?	A	B	C	D
A69.	te han ofrecido, vendido o dado droga ilegal?	A	B	C	D
A70.	has dañado intencionalmente la propiedad de la escuela?	A	B	C	D
A71.	has llevado contigo una pistola?	A	B	C	D
A72.	has llevado cualquier otra arma, como un cuchillo o una macana o palo?	A	B	C	D
A73.	has sido intimidado o herido con un arma como una pistola, un cuchillo, una macana o palo?	A	B	C	D
A74.	has visto a alguien con una pistola, navaja o cuchillo u otra arma?	A	B	C	D

◆ Sección A ◆

Durante los últimos **12 meses**, ¿cuántas veces, **en las instalaciones de la escuela**, fuiste acosado o intimidado por alguna de las siguientes razones?

(Tú fuiste **intimidado** si repetidas veces te empujaron, te pegaron, te amenazaron, te dijeron nombres ofensivos, te molestaron de una manera que no te agradó, o te hicieron otras cosas desagradables. **No es intimidación** cuando dos estudiantes que tienen aproximadamente la misma fuerza discuten o pelean.)

Ocurrió en las instalaciones de la escuela	0 veces	1 vez	2 ó 3 veces	4 ó más veces
A75. Por tu raza, origen étnico o nacionalidad	A	B	C	D
A76. Por tu religión	A	B	C	D
A77. Por tu sexo (por ser hombre o mujer)	A	B	C	D
A78. Porque eres gay o lesbiana o porque alguien pensó que lo eras	A	B	C	D
A79. Por una discapacidad física o mental	A	B	C	D
A80. Por cualquier otra razón	A	B	C	D

A81. ¿Cuánto desaprobarían tus amigos si tú llevaras una pistola a la escuela?

- A) Mucho
- B) Algo
- C) No mucho
- D) Nada

A82. ¿Qué tan seguro te sientes cuando estás **en la escuela**?

- A) Muy seguro
- B) Seguro
- C) Ni seguro ni inseguro
- D) Inseguro
- E) Muy inseguro

◆ Sección A ◆

- A83. ¿Has pertenecido **alguna vez** a una pandilla?
- A) No
 - B) Sí
- A84. ¿Durante los últimos **12 meses**, alguna vez tu novio o novia intencionalmente te ha pegado, o dado una cachetada o lastimado?
- A) Esta pregunta no se aplica a mí. No he tenido novio o novia durante los últimos 12 meses
 - B) No
 - C) Sí
- A85. Durante los últimos **12 meses**, ¿alguna vez te sentiste tan triste y desesperado casi todos los días durante **dos semanas o más**, que dejaste de hacer tus actividades de costumbre?
- A) No
 - B) Sí
- A86. Durante los últimos **12 meses**, ¿cómo describirías la mayoría de las calificaciones que recibiste en la escuela?
- | | |
|------------------|------------------|
| A) Casi puras As | E) Casi puras Cs |
| B) As y Bs | F) Cs y Ds |
| C) Casi puras Bs | G) Casi puras Ds |
| D) Bs y Cs | H) Casi puras Fs |

◆ Sección A ◆

A87. Durante los últimos **12 meses**, ¿cuántas veces **faltaste a la escuela o a alguna clase**?

- A) 0 veces
- B) 1-2 veces
- C) Unas pocas veces
- D) Una vez por mes
- E) Una vez por semana
- F) Más de una vez por semana

A88. ¿Cuántas preguntas de este cuestionario has contestado honestamente?

- A) Todas
- B) La mayoría
- C) Solamente algunas
- D) Casi ninguna

Por favor, asegúrate de contestar las preguntas en la página siguiente.

◆ Sección A ◆

Las siguientes preguntas son sobre tu altura y tu peso. En la forma de respuestas, escribe los números en la casilla que corresponde y luego rellena las burbujas con los números que coinciden.

¿Cuánto **mides** sin tus zapatos puestos? (Escribe tu estatura en **pies y pulgadas** en las casillas de la forma de respuestas y rellena las burbujas.) Por ejemplo,

Si mides 4 pies 9 pulgadas, contestarías la pregunta como se muestra a continuación:

Fee t	Inches
4	9
(2)	(0)
(3)	(1)
(4)	(2)
(5)	(3)
(6)	(4)
(7)	(5)
	(6)
	(7)
	(8)
	(9)
	(10)
	(11)

Si mides 5 pies 0 pulgadas, contestarías la pregunta como se muestra a continuación:

Fee t	Inches
5	0
(2)	(0)
(3)	(1)
(4)	(2)
(5)	(3)
(6)	(4)
(7)	(5)
	(6)
	(7)
	(8)
	(9)
	(10)
	(11)

¿Cuánto **pesas** sin tus zapatos puestos? (Escribe tu peso en las casillas de la forma de respuestas y rellena las burbujas). Por ejemplo,

Si pesas 87 libras, contestarías la pregunta como se muestra a continuación:

Weight		
0	8	7
(0)	(0)	(0)
(1)	(1)	(1)
(2)	(2)	(2)
(3)	(3)	(3)
(4)	(4)	(4)
(5)	(5)	(5)
(6)	(6)	(6)
(7)	(7)	(7)
(8)	(8)	(8)
(9)	(9)	(9)

Si pesas 102 libras, contestarías la pregunta como se muestra a continuación:

Weight		
1	0	2
(0)	(0)	(0)
(1)	(1)	(1)
(2)	(2)	(2)
(3)	(3)	(3)
(4)	(4)	(4)
(5)	(5)	(5)
(6)	(6)	(6)
(7)	(7)	(7)
(8)	(8)	(8)
(9)	(9)	(9)