

# 2021 Distrito de Columbia Escuela Media Encuesta sobre comportamientos de riesgo de los jóvenes

Esta encuesta trata sobre comportamientos de salud. Se ha desarrollado para que puedas contarnos aquellas cosas que haces que puedan afectar tu salud. La información que proporcionas se usará para mejorar la educación sobre la salud de jóvenes como tú.

NO escribas tu nombre en esta encuesta. Tus respuestas serán privadas. Nadie sabrá qué has escrito. Contesta a las preguntas según lo que realmente hagas.

Completar la encuesta es voluntario. Contestar o no las preguntas no afectará a tu calificación en esta clase. Si sientes incomodidad ante una pregunta, simplemente déjala en blanco.

Las preguntas sobre tus antecedentes solo se usarán para describir el tipo de estudiante que completa esta encuesta. Esta información no se usará para averiguar tu nombre. No se reportará ningún nombre.

Asegúrate de leer todas las preguntas. Rellena completamente los óvalos. Cuando finalices, sigue las instrucciones de la persona que te dio la encuesta.

*Agradecemos mucho tu ayuda.*

**Instrucciones**

- Usa solo un lápiz #2.
- Haz marcas oscuras.
- Rellena las respuestas así: A B ● D.
- Si cambias tu respuesta, borra totalmente tu respuesta anterior.

- ¿Cuántos años tienes?
  - 10 años o menos
  - 11 años
  - 12 años
  - 13 años
  - 14 años
  - 15 años
  - 16 años o más
- ¿Cuál es tu sexo?
  - Femenino
  - Masculino
- ¿En qué grado estás?
  - 6.º grado
  - 7.º grado
  - 8.º grado
  - Sin clasificar o en otro grado
- ¿Eres hispano/a o latino/a?
  - Sí
  - No
- ¿Cuál es tu raza? (**Selecciona una o más respuestas**)
  - Indígena americano o nativo de Alaska
  - Asiático
  - Negro o afroamericano
  - Nativo de Hawái o de otras islas del Pacífico
  - Blanco
- ¿Cuál de las siguientes opciones te describe mejor?
  - Heterosexual
  - Gay o lesbiana
  - Bisexual
  - Describo mi identidad sexual de otra manera
  - No estoy seguro/a sobre mi identidad sexual (la cuestiono)
  - No entiendo lo que plantea esta pregunta
- Algunas personas se describen a sí mismas como transgénero cuando su sexo de nacimiento no coincide con la forma en la que piensan o se sienten respecto a su género. ¿Eres **transgénero**?
  - No, no soy transgénero
  - Sí, soy transgénero
  - No estoy seguro/a de ser transgénero
  - No entiendo lo que plantea esta pregunta
- La apariencia, forma de vestir, manera de caminar o hablar y el estilo de una persona pueden influir en cómo la gente la describe. ¿Cómo crees que te describirían otras personas de la escuela?
  - Muy femenino/a
  - Principalmente femenino/a
  - Algo femenino/a
  - Tan femenino/a como masculino/a
  - Algo masculino/a
  - Principalmente masculino/a
  - Muy masculino/a
- ¿En qué zona (*ward*) del Distrito de Columbia vives?
  - Zona 1
  - Zona 2
  - Zona 3
  - Zona 4
  - Ninguna de estas
  - No estoy seguro/a
- ¿En qué zona (*ward*) del Distrito de Columbia vives?
  - Zona 5
  - Zona 6
  - Zona 7
  - Zona 8
  - Ninguna de estas
  - No estoy seguro/a

**Las siguientes 8 preguntas son sobre experiencias y comportamientos relacionados con la violencia.**

11. ¿Alguna vez llevaste contigo un **arma**, como una pistola, un cuchillo o un garrote?  
A. Sí  
B. No
12. ¿Alguna vez participaste en una pelea física?  
A. Sí  
B. No
13. Durante los últimos 12 meses, ¿has visto o escuchado casos de violencia y agresión entre las personas del lugar donde vives? (No se refiere a "jugar a la lucha", sino a golpes fuertes, gritos, insultos y a tirarse objetos).  
A. Sí  
B. No
14. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días **no** fuiste a clases porque sentiste que la escuela o el camino hacia/desde allí no eran seguros?  
A. Ninguno  
B. 1 día  
C. 2 o 3 días  
D. 4 o 5 días  
E. 6 días o más
15. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces tuviste miedo de que te golpearan **en la escuela**?  
A. Nunca  
B. 1 vez  
C. 2 o 3 veces  
D. 4 o 5 veces  
E. 6 o 7 veces  
F. 8 o 9 veces  
G. 10 u 11 veces  
H. 12 veces o más
16. ¿Alguna vez te obligaron físicamente a mantener relaciones sexuales cuando no querías hacerlo?  
A. Sí  
B. No
17. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces **alguien con quien salías** te lastimó físicamente a propósito? (Toma en cuenta cosas como golpes, que te arrojen contra algo o te hieran con un objeto o arma).  
A. No salí con nadie durante los últimos 12 meses  
B. Ninguna vez  
C. 1 vez  
D. 2 o 3 veces  
E. 4 o 5 veces  
F. 6 veces o más
18. Durante los últimos 12 meses, ¿**alguien con quien salías** trató de controlarte o lastimarte emocionalmente a propósito? (Se refiere a que te digan con quién puedes o no pasar tiempo, humillaciones frente a otras personas o amenazas si no haces lo que la persona desea).  
A. No salí con nadie durante los últimos 12 meses  
B. Sí  
C. No

**Las siguientes 3 preguntas son sobre hostigamiento. El hostigamiento escolar es cuando uno o más estudiantes se burlan, amenazan, difunden rumores, golpean, empujan o hieren a otro estudiante una y otra vez. No se considera hostigamiento escolar cuando dos estudiantes con más o menos la misma fuerza o poder discuten, se pelean o se burlan mutuamente de forma amistosa.**

19. ¿Te han hostigado **dentro de la escuela**?  
A. Sí  
B. No
20. ¿Te han hostigado a través de **medios electrónicos**? (Toma en cuenta el hostigamiento a través de mensajes de texto, Instagram, Facebook u otras redes sociales).  
A. Sí  
B. No
21. Durante los últimos 12 meses, ¿has hostigado a alguien **dentro de la escuela**?  
A. Sí  
B. No

Las siguientes 3 preguntas son sobre intentos de suicidio. Algunas veces, las personas se sienten tan deprimidas respecto al futuro que pueden considerar el suicidio, es decir, atentar contra sus vidas.

22. ¿Alguna vez has pensado **seriamente** en suicidarte?  
A. Sí  
B. No
23. ¿Alguna vez has hecho un **plan** sobre cómo te suicidarías?  
A. Sí  
B. No
24. ¿Alguna vez has **intentado** suicidarte?  
A. Sí  
B. No

Las siguientes 2 preguntas son sobre consumo de cigarrillos.

25. ¿Qué edad tenías la primera vez que probaste un cigarrillo, aunque sea una o dos inhalaciones?  
A. Nunca he probado un cigarrillo, ni siquiera una o dos inhalaciones  
B. 8 años o menos  
C. 9 años  
D. 10 años  
E. 11 años  
F. 12 años  
G. 13 años o más
26. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días fumaste cigarrillos?  
A. Ninguno  
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. Durante los 30 días

La siguiente pregunta es sobre productos de vaporización electrónica, como JUUL, SMOK, Suorin, Vuse y blu. Entre estos productos se incluyen: cigarrillos electrónicos, vapeadores, vapeadores tipo bolígrafo, cigarrillos electrónicos, narguiles electrónicos, narguiles tipo bolígrafo y mods.

27. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días usaste un producto de vaporización electrónica?  
A. Ninguno  
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. Durante los 30 días

Las siguientes 2 preguntas son sobre otros productos de tabaco.

28. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días consumiste **tabaco para mascar, rapé, tabaco de inmersión, snus o productos de tabaco soluble**, como Copenhagen, Grizzly, Skoal o Camel Snus? (**No** se tiene en cuenta ningún producto de vaporización electrónica).  
A. Ninguno  
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. Durante los 30 días
29. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días fumaste **cigarrillos, cigarrillos o cigarrillos pequeños**?  
A. Ninguno  
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. Durante los 30 días

**Las siguientes 2 preguntas son sobre consumo de alcohol. Esto incluye el consumo de cerveza, vino, bebidas alcohólicas saborizadas y bebidas destiladas como ron, ginebra, vodka o whisky. Para estas preguntas, el consumo de alcohol no incluye beber unos sorbos de vino por motivos religiosos.**

30. ¿Cuántos años tenías cuando tomaste tu primer trago con alcohol (más que algunos sorbos)?
- A. Nunca he bebido más que algunos sorbos de alcohol
  - B. 8 años o menos
  - C. 9 años
  - D. 10 años
  - E. 11 años
  - F. 12 años
  - G. 13 años o más
31. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días tomaste al menos una bebida alcohólica?
- A. Ninguno
  - 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. Durante los 30 días

**Las siguientes 2 preguntas son sobre consumo de marihuana. La marihuana también se conoce como hierba. Para estas preguntas, no se tienen en cuenta los productos con cannabidiol o cáñamo, que proceden de la misma planta que la marihuana, pero que no te drogan al consumirlos solos.**

32. ¿Cuántos años tenías cuando probaste la marihuana por primera vez?
- A. Nunca he probado marihuana
  - B. 8 años o menos
  - C. 9 años
  - D. 10 años
  - E. 11 años
  - F. 12 años
  - G. 13 años o más

33. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces consumiste marihuana?
- A. Ninguno
  - 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 veces o más

**La siguiente pregunta es sobre el uso de analgésicos de prescripción sin la receta de un médico o de forma diferente a las indicaciones del médico. Para esta pregunta, se tienen en cuenta medicamentos como codeína, Vicodin, OxyContin, Hydrocodone y Percocet.**

34. ¿Alguna vez has tomado **analgésicos de prescripción** sin la receta de un médico o de forma diferente a las indicaciones del médico?
- A. Sí
  - B. No

**Las siguientes 2 preguntas son sobre otras drogas.**

35. ¿Alguna vez consumiste **alguna** forma de cocaína, incluidos polvo, crack o base libre?
- A. Sí
  - B. No
36. ¿Alguna vez aspiraste pegamento o el contenido de latas de aerosoles, o inhalaste pinturas o aerosoles para drogarte?
- A. Sí
  - B. No

**Las siguientes 4 preguntas son sobre relaciones sexuales.**

37. ¿Alguna vez tuviste relaciones sexuales?
- A. Sí
  - B. No

38. ¿Qué edad tenías cuando tuviste tu primera relación sexual?
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
  - B. 8 años o menos
  - C. 9 años
  - D. 10 años
  - E. 11 años
  - F. 12 años
  - G. 13 años o más

39. ¿Con cuántas personas has tenido relaciones sexuales?
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
  - B. Con 1 persona
  - C. Con 2 personas
  - D. Con 3 personas
  - E. Con 4 personas
  - F. Con 5 personas
  - G. Con 6 personas o más

40. La **última vez** que tuviste relaciones sexuales, ¿tú o la otra persona utilizó un condón?
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
  - B. Sí
  - C. No

**Las siguientes 3 preguntas son sobre peso corporal.**

41. ¿Cómo describirías **tu** peso?
- A. Muy por debajo de mi peso
  - B. Apenas por debajo de mi peso
  - C. Peso adecuado
  - D. Apenas por encima de mi peso
  - E. Muy por encima de mi peso
42. ¿**Alguna vez pasaste 24 horas o más sin comer** (esto también se llama "ayunar") para perder o mantener el peso?
- A. Sí
  - B. No
43. ¿Alguna vez **vomitaste o tomaste laxantes** para perder o mantener el peso?
- A. Sí
  - B. No

**La siguiente pregunta es sobre desayuno.**

44. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días **desayunaste**?
- A. Ninguno
  - B. 1 día
  - C. 2 días
  - D. 3 días
  - E. 4 días
  - F. 5 días
  - G. 6 días
  - H. 7 días

**Las siguientes 2 preguntas son sobre actividad física.**

45. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días estuviste físicamente activo/a durante un total de **por lo menos 60 minutos al día**? (Suma todo el tiempo que pasaste en cualquier tipo de actividad física que haya aumentado tu ritmo cardíaco y que te haya hecho respirar con dificultad una parte del tiempo).
- A. Ninguno
  - B. 1 día
  - C. 2 días
  - D. 3 días
  - E. 4 días
  - F. 5 días
  - G. 6 días
  - H. 7 días

46. En un día escolar promedio, ¿cuántas horas pasas frente a un televisor, una computadora, un teléfono inteligente u otro dispositivo electrónico viendo programas o videos, jugando, accediendo a Internet o utilizando las redes sociales (también llamado "tiempo frente a la pantalla")? (**No** se cuenta el tiempo dedicado a las tareas escolares).
- A. Menos de 1 hora al día
  - B. 1 hora al día
  - C. 2 horas al día
  - D. 3 horas al día
  - E. 4 horas al día
  - F. 5 horas o más al día

**Las siguientes 11 preguntas son sobre otros temas relacionados con la salud.**

47. ¿Alguna vez te han enseñado sobre el sida o sobre la infección por VIH en la escuela?
- A. Sí
  - B. No
  - C. No estoy seguro/a
48. ¿Cuándo fue la última vez que visitaste a un dentista para una revisión, un examen, una limpieza dental o cualquier otro trabajo dental?
- A. Durante los últimos 12 meses
  - B. Entre 12 y 24 meses
  - C. Hace más de 24 meses
  - D. Nunca
  - E. No estoy seguro/a
49. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia tu salud mental no estuvo bien? (El malestar en cuanto a salud mental incluye estrés, ansiedad y depresión).
- A. Nunca
  - B. Rara vez
  - C. Algunas veces
  - D. Casi siempre
  - E. Siempre
50. En una noche normal antes de la escuela, ¿cuántas horas duermes?
- A. 4 horas o menos
  - B. 5 horas
  - C. 6 horas
  - D. 7 horas
  - E. 8 horas
  - F. 9 horas
  - G. 10 horas o más
51. Durante los últimos 30 días, ¿dónde dormiste habitualmente?
- A. En casa de mis padres o guardian
  - B. En casa de un/a amigo/a, familiar u otra persona porque tuve que irme de mi casa o porque mis padres o tutores no pueden pagar una vivienda
  - C. En un refugio o vivienda de emergencia
  - D. En un motel u hotel
  - E. En un auto, parque, campamento u otro lugar público
  - F. No tengo un lugar habitual para dormir
  - G. En otro lugar
52. Durante los últimos 30 días, ¿has dormido alguna vez lejos de tus padres o tutores porque te echaron, te escapaste o te abandonaron?
- A. Sí
  - B. No
53. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia pasaste hambre porque no había suficiente comida en tu casa?
- A. Nunca
  - B. Rara vez
  - C. Algunas veces
  - D. Casi siempre
  - E. Siempre
54. ¿Alguna vez te dieron dinero, un lugar para quedarte, comida o algo de valor a cambio de sexo?
- A. Sí
  - B. No

55. Cuando sientes tristeza, vacío, desesperanza, enojo o ansiedad, ¿con quién es más probable que hables al respecto?
- A. No siento tristeza, vacío, desesperanza, enojo o ansiedad
  - B. Padre, madre u otro familiar adulto
  - C. Maestro u otras personas adultas de esta escuela
  - D. Otra persona adulta
  - E. Amigo/a
  - F. Hermano/a
  - G. No estoy seguro/a
56. ¿Hay al menos un maestro u otra persona adulta en tu escuela con quien puedas hablar si tienes algún problema?
- A. Sí
  - B. No
  - C. No estoy seguro/a
57. Durante los últimos 12 meses, ¿cómo describirías tus notas en la escuela?
- A. En su mayoría A
  - B. En su mayoría B
  - C. En su mayoría C
  - D. En su mayoría D
  - E. En su mayoría F
  - F. Ninguna de estas notas
  - G. No estoy seguro/a

**A principios de 2020, los Estados Unidos, al igual que el resto del mundo, experimentó la pandemia que generó la enfermedad por coronavirus (COVID-19). Como parte de la respuesta ante la pandemia, cerraron las escuelas y los comercios, y se les pidió a las personas que se quedaran en sus casas. Según el lugar donde vivas, es posible que tu experiencia con la pandemia continúe incluso ahora, o que tu comunidad y tu escuela estén volviendo a la normalidad de la manera posible. Las siguientes preguntas son acerca de tus experiencias durante estos tiempos, ya sea en el pasado o en este momento.**

58. Durante la pandemia de la COVID-19, ¿alguno de tus padres u otro adulto de tu casa perdió el empleo, incluso por poco tiempo?
- A. Mis padres y los otros adultos en mi casa no tenían empleo antes de que comenzara la pandemia de la COVID-19
  - B. Sí
  - C. No

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