

ENCUESTA MUNDIAL DE SALUD A ESCOLARES *ECUADOR* – 2007

Esta encuesta trata sobre temas de salud y cosas que haces que puedan afectar tu salud. Estudiantes como tu están rellenoando esta encuesta en varias ciudades del país. Los estudiantes de otros países también están realizando esta encuesta. La información que proporcionas será utilizada para desarrollar mejores programas de salud para jóvenes como tú.

NO escribas tu nombre en esta encuesta ni en la hoja de respuestas. Las respuestas que suministres serán mantenidas en secreto. Nadie conocerá tus respuestas. Contesta a las preguntas basado en lo que realmente sabes o haces. No hay respuestas correctas o incorrectas.

La realización de la encuesta es voluntaria. Tus notas o calificaciones no se afectarán si contestas o no a las preguntas. Si no quieres responder a una pregunta, simplemente déjala en blanco.

Asegúrate de leer cada pregunta. Rellena los círculos en tu hoja de respuestas que indican tu contestación. Usa sólo el lápiz que te entreguen. Cuando hayas terminado, sigue las instrucciones que te haya dado la persona que pasó la encuesta.

Este es un ejemplo de cómo rellenar los círculos:

Rellena los círculos así

No así

ni así

Encuesta

1. ¿Viven los peces en el agua?

A. Si

B. No

Hoja de respuestas

1. (B) (C) (D) (E) (F) (G) (H)

Gracias por tu ayuda.

1. ¿Qué edad tienes?

- A. 11 años o menos
- B. 12 años
- C. 13 años
- D. 14 años
- E. 15 años
- F. 16 años o más

2. ¿Cuál es tu sexo?

- A. Masculino
- B. Femenino

3. ¿En qué grado, clase o nivel estás?

- A. Grado 8
- B. Grado 9
- C. Grado 10
- D. Primero de Bachillerato

Las próximas 3 preguntas se refieren a tu estatura, tu peso y acerca de pasar hambre.

4. ¿Cuál es tu estatura, sin zapatos? EN LA HOJA DE RESPUESTAS, ESCRIBE TU ESTATURA EN LAS CASILLAS SOMBREADAS QUE ESTÁN EN LA PARTE SUPERIOR DE LA TABLA. LUEGO RELLENA EL ÓVALO CORRESPONDIENTE DEBAJO DE CADA NÚMERO.

Ejemplo

Estatura (cm)		
1	5	3
0	0	0
0	1	1
2	2	2
	3	0
	4	4
	0	5
	6	6
	7	7
	8	8
	9	9
9	No sé	

5. ¿Cuánto pesas, sin zapatos? EN LA HOJA DE RESPUESTAS, ESCRIBE TU PESO EN LAS CASILLAS SOMBRADAS EN LA PARTE SUPERIOR DE LA TABLA. LUEGO RELLENA EL ÓVALO CORRESPONDIENTE DEBAJO DE CADA NÚMERO.

Ejemplo

Peso (kg)		
0	5	2
<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input checked="" 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"/>	No sé	

6. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia te quedaste con hambre porque no había suficiente comida en tu hogar?
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. Algunas veces
 - D. Casi siempre
 - E. Siempre

La siguiente pregunta es acerca de las frutas que tú podrías comer.

7. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces al día comiste **habitualmente** frutas, como bananos, naranjas, piña, o manzanas?
- A. No comí frutas en los últimos 30 días
 - B. Menos de una vez al día
 - C. 1 vez al día
 - D. 2 veces al día
 - E. 3 veces al día
 - F. 4 veces al día
 - G. 5 ó más veces al día

La próxima pregunta se refiere a las verduras y hortalizas que comes tales como lechuga, zanahoria, tomates, o espinaca. Por favor, toma en cuenta que los tubérculos como la papa y la yuca NO son verduras ni hortalizas.

8. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces al día comiste **habitualmente** verduras y hortalizas?
- A. No comí verduras ni hortalizas durante los últimos 30 días
 - B. Menos de una vez al día
 - C. 1 vez al día
 - D. 2 veces al día
 - E. 3 veces al día
 - F. 4 veces al día
 - G. 5 o más veces al día

Las próximas 3 preguntas se refieren a hábitos de comidas y bebidas.

9. Durante los últimos **30 días** ¿cuántas veces al día tomaste gaseosas o bebidas como Coca-Cola, Pepsi, o Inka Kola?
- A. No tomé gaseosas en los últimos 30 días
 - B. Menos de una vez al día
 - C. 1 vez al día
 - D. 2 veces al día
 - E. 3 veces al día
 - F. 4 veces al día
 - G. 5 ó más veces al día

10. Durante los últimos **7 días**, ¿cuántos días comiste en un restaurante de comida rápida como McDonalds, Burger King, o Taco Bell?

- A. 0 días
- B. 1 día
- C. 2 días
- D. 3 días
- E. 4 días
- F. 5 días
- G. 6 días
- H. 7 días

11. Durante los últimos **7 días**, ¿cuántos días comiste snacks salados o dulces entre comidas como galletas, papas fritas, cheetos, nachos, Fritolays o Tostitos?

- A. 0 días
- B. 1 día
- C. 2 días
- D. 3 días
- E. 4 días
- F. 5 días
- G. 6 días
- H. 7 días

Las próximas 4 preguntas se refieren a la limpieza de los dientes y el lavado de las manos.

12. Durante los últimos 30 días, ¿cuántas veces al día **generalmente** te limpiaste o cepillaste los dientes?

- A. No me limpié ni cepillé los dientes en los últimos 30 días
- B. Menos de una vez al día
- C. 1 vez al día
- D. 2 veces al día
- E. 3 veces al día
- F. 4 o más veces al día

13. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia te lavaste las manos antes de comer?

- A. Nunca
- B. Rara vez
- C. Algunas veces
- D. Casi siempre
- E. Siempre

14. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia te lavaste las manos después de usar el inodoro o la letrina?

- A. Nunca
- B. Rara vez
- C. Algunas veces
- D. Casi siempre
- E. Siempre

15. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia usaste jabón al lavarte las manos?

- A. Nunca
- B. Rara vez
- C. Algunas veces
- D. Casi siempre
- E. Siempre

Las 2 preguntas siguientes se refieren a agresiones físicas. Se produce una agresión física cuando una o varias personas golpean a alguien, o cuando una o varias personas hieren a otra persona con un arma (como un palo, un cuchillo o un arma de fuego). No hay una agresión física cuando dos estudiantes de aproximadamente la misma fuerza o capacidad deciden pelear entre sí.

16. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces has sido víctima de una agresión física?

- A. Ninguna
- B. 1 vez
- C. 2 ó 3 veces
- D. 4 ó 5 veces
- E. 6 ó 7 veces
- F. 8 ó 9 veces
- G. 10 u 11 veces
- H. 12 o más veces

17. Durante los últimos 12 meses, ¿tu novio o tu novia te golpeó, abofeteó, o te hizo algún daño físico intencionalmente?
- A. No he tenido ningún novio o novia en los últimos 12 meses
 - B. Si
 - C. No

La próxima pregunta se refiere a riñas. Se produce una pelea física cuando dos o más estudiantes de aproximadamente la misma fuerza o capacidad deciden luchar entre ellos.

18. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces participaste en una pelea física?
- A. Ninguna
 - B. 1 vez
 - C. 2 ó 3 veces
 - D. 4 ó 5 veces
 - E. 6 ó 7 veces
 - F. 8 ó 9 veces
 - G. 10 u 11 veces
 - H. 12 o más veces

Las siguientes 5 preguntas se refieren a la lesión más grave que hayas sufrido durante los últimos 12 meses. Una lesión es grave cuando te hace perder al menos un día completo de actividades normales (como la escuela, deportes o el trabajo) o requiere atención por un médico o enfermera.

19. Durante los últimos 12 meses ¿cuántas veces te has lesionado gravemente?
- A. 0 veces
 - B. 1 vez
 - C. 2 ó 3 veces
 - D. 4 ó 5 veces
 - E. 6 ó 7 veces
 - F. 8 ó 9 veces
 - G. 10 ó 11 veces
 - H. 12 ó más veces

20. En los últimos 12 meses, ¿qué estabas haciendo cuando sufriste la lesión más grave?
- A. No sufrí ninguna lesión grave en los últimos 12 meses
 - B. Estaba jugando o entrenándome para un deporte
 - C. Estaba caminando o corriendo, pero no como parte de un juego o del adiestramiento para un deporte
 - D. Andaba en bicicleta, motoneta o patineta
 - E. Iba en un automóvil u otro vehículo automotor o lo conducía
 - F. Estaba haciendo un trabajo remunerado o no remunerado, incluidas tareas domésticas, trabajo de jardinería o cocinar
 - G. Nada
 - H. Otra cosa

21. Durante los últimos 12 meses, ¿cuál fue la causa principal de la lesión más grave que sufriste?
- A. No sufrí ninguna lesión grave durante los últimos 12 meses
 - B. Tuve un accidente automovilístico o me atropelló un vehículo a motor
 - C. Me caí
 - D. Algo me cayó encima o me golpeó
 - E. Estaba peleando con alguien
 - F. Fui agredido(a), asaltado(a) o abusado(a) por alguien
 - G. Estuve en un incendio o muy cerca de una llama o algo caliente
 - H. Algo distinto causó mi lesión

22. Durante los últimos 12 meses, ¿cómo sufriste la lesión más grave?
- A. No sufrí ninguna lesión grave durante los últimos 12 meses
 - B. Me lesioné yo mismo(a) de forma accidental
 - C. Otra persona me hirió de forma accidental
 - D. Me lesioné yo mismo(a) a propósito
 - E. Alguien me lesionó a propósito

23. Durante los últimos 12 meses, ¿cuál fue la lesión más grave que sufriste?

- A. No sufrí ninguna lesión grave en los últimos 12 meses
- B. Tuve un hueso roto o una articulación dislocada
- C. Recibí un corte, una punzada o puñalada
- D. Sufrí un golpe u otra lesión en la cabeza o el cuello, me desmayé o no podía respirar
- E. Recibí una herida con arma de fuego
- F. Sufrí una quemadura grave
- G. Perdí todo o parte de un pie, pierna, mano o brazo
- H. Me sucedió otra cosa

Las siguientes dos preguntas son acerca de la intimidación. La intimidación ocurre cuando un estudiante o un grupo de estudiantes dicen o hacen algo malo o desagradable a otro estudiante. También es intimidación cuando a un estudiante se le toma del pelo (“se la montan”) en una forma desagradable o cuando un estudiante es rechazado intencionalmente. No es intimidación cuando dos estudiantes de la misma fuerza o poder discuten o pelean o cuando se toma del pelo de una forma amigable y divertida.

24. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días fuiste intimidado?

- A. 0 días
- B. 1 a 2 días
- C. 3 a 5 días
- D. 6 a 9 días
- E. 10 a 19 días
- F. 20 a 29 días
- G. Todos los 30 días

25. Durante los últimos 30 días, ¿cómo fuiste intimidado más frecuentemente?

- A. No fui intimidado durante los últimos 30 días
- B. Fui golpeado, pateado, empujado, mangoneado o encerrado.
- C. Fui objeto de burla por mi raza o color de piel.
- D. Fui objeto de burla por mi religión.
- E. Fui objeto de burla con chistes sexuales o comentarios y gestos morbosos.
- F. Fui rechazado(a) de actividades o completamente ignorado(a).
- G. Fui objeto de burla por la apariencia de mi cara o cuerpo.
- H. Fui intimidado(a) de alguna otra forma.

Las próximas 2 preguntas se refieren al uso de cinturón de seguridad y casco.

26. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia usaste el cinturón de seguridad cuando te transportabas en un carro o en otro vehículo de motor conducido por otra persona?

- A. No me transporté en ningún vehículo conducido por otra persona
- B. Nunca
- C. Raramente
- D. Algunas veces
- E. La mayoría de las veces
- F. Siempre

27. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia usaste el casco de seguridad cuando estabas conduciendo una bicicleta o un vehículo no motorizado?

- A. No me subí en una bicicleta ni en ningún otro vehículo sin motor
- B. Nunca
- C. Raramente
- D. Algunas veces
- E. La mayoría de las veces
- F. Siempre

La próxima pregunta se refiere al acoso sexual. Un hombre o una mujer sufre acoso sexual cuando, en contra de su deseo, recibe agresiones de naturaleza física o verbal de carácter sexual.

28. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces sufriste un acoso sexual?
- A. No sufrí acoso sexual en los últimos 12 meses
 - B. 1 vez
 - C. 2 ó 3 veces
 - D. 4 ó 5 veces
 - E. 6 ó 7 veces
 - F. 8 ó 9 veces
 - G. 10 u 11 veces
 - H. 12 o más veces

La siguiente pregunta se refiere a actividades violentas. Hay violencia cuando una persona o un grupo de personas arremeten contra otra persona o grupo de personas con insultos, intimidación, golpes, asalto, robo o violación sexual.

29. ¿Pertenece a algún grupo que realiza actividades violentas?
- A. Sí
 - B. No

Las próximas 7 preguntas se refieren a tus sentimientos y amistades.

30. Durante los últimos 12 meses, ¿con qué frecuencia te has sentido solo o sola?
- A. Nunca
 - B. Rara vez
 - C. A veces
 - D. Casi siempre
 - E. Siempre

31. Durante los últimos 12 meses, ¿con qué frecuencia has estado tan preocupado por algo que no podías dormir por la noche?

- A. Nunca
- B. Rara vez
- C. A veces
- D. Casi siempre
- E. Siempre

32. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez te sentiste tan triste o desesperado, casi a diario durante **dos semanas seguidas o más de tiempo**, que dejaste de hacer tus actividades habituales?

- A. Sí
- B. No

33. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez consideraste **seriamente** la posibilidad de suicidarte?

- A. Sí
- B. No

34. Durante los últimos 12 meses, ¿has hecho algún plan de cómo intentarías suicidarte?

- A. Sí
- B. No

35. ¿Cuántos amigos o amigas muy cercanos tienes?

- A. 0
- B. 1
- C. 2
- D. 3 o más

36. Durante el año escolar, en alguna de tus clases te enseñaron cómo manejar el estrés de manera saludable?

- A. Sí
- B. No
- C. No se

Las próximas 12 preguntas se refieren al consumo de cigarrillos y otro tipo de tabaco.

37. ¿Qué edad tenías cuando probaste un cigarrillo por primera vez?

- A. Nunca he probado cigarrillos
- B. 7 años de edad o menos
- C. 8 ó 9 años
- D. 10 u 11 años
- E. 12 ó 13 años
- F. 14 ó 15 años
- G. 16 años o más

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

- A. 0 días
- B. 1 ó 2 días
- C. 3 a 5 días
- D. 6 a 9 días
- E. 10 a 19 días
- F. 20 a 29 días
- G. Los 30 días

39. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días consumiste otra forma de tabaco, como habano o pipa?

- A. 0 días
- B. 1 ó 2 días
- C. 3 a 5 días
- D. 6 a 9 días
- E. 10 a 19 días
- F. 20 a 29 días
- G. Los 30 días

40. Durante los últimos 12 meses, ¿alguna vez has intentado dejar de fumar cigarrillos?

- A. Nunca he fumado cigarrillos
- B. No he fumado cigarrillos durante los últimos 12 meses
- C. Sí
- D. No

41. En algún momento durante los próximos 12 meses, ¿crees que fumarás un cigarrillo?

- A. Definitivamente no
- B. Probablemente no
- C. Probablemente si
- D. Definitivamente si

42. Si uno de tus mejores amigos o amigas te ofrece un cigarrillo, ¿fumarías?

- A. Definitivamente no
- B. Probablemente no
- C. Probablemente si
- D. Definitivamente si

43. ¿Crees que fumar es malo para tu aspecto?

- A. Definitivamente no
- B. Probablemente no
- C. Probablemente si
- D. Definitivamente si

44. ¿Te preocuparía si te dijeran que tienes mal aliento a causa del tabaco?

- A. Definitivamente no
- B. Probablemente no
- C. Probablemente si
- D. Definitivamente si

45. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días otras personas han fumado en tu presencia?

- A. 0 días
- B. 1 ó 2 días
- C. 3 ó 4 días
- D. 5 ó 6 días
- E. Los 7 días

46. ¿Quién de tus padres o cuidadores consumen alguna forma de tabaco?

- A. Ninguno
- B. Mi padre o mi cuidador
- C. Mi madre o mi cuidadora
- D. Ambos
- E. No sé

47. ¿Crees que el humo de los cigarrillos de otras personas que fuman es malo para tu salud?

- A. Definitivamente no
- B. Probablemente no
- C. Probablemente si
- D. Definitivamente si

48. ¿Le dirías a uno de tus mejores amigos o amigas que apague su cigarrillo o que se vaya a fumar a otro sitio si fuma muy cerca de tí?

- A. Definitivamente no
- B. Probablemente no
- C. Probablemente si
- D. Definitivamente si

Las próximas 10 preguntas se refieren al consumo de bebidas alcohólicas. Esto incluye la ingestión de Ron San Miguel, Ron Estelar, Trópico, Cristal, Cerveza Pilsener, y puntas. El consumo de alcohol no incluye beber unos pocos sorbos de vino o chicha en actividades religiosas.

49. ¿Qué edad tenías cuando tomaste tu primer trago de alcohol, algo más que unos pocos sorbos?

- A. Nunca he bebido alcohol aparte de unos pocos sorbos
- B. 7 años o menos
- C. 8 ó 9 años
- D. 10 ó 11 años
- E. 12 ó 13 años
- F. 14 ó 15 años
- G. 16 años ó más

50. Durante los últimos 30 días, ¿en cuántos días tomaste al menos una bebida que contenía alcohol?

- A. 0 días
- B. 1 ó 2 días
- C. 3 a 5 días
- D. 6 a 9 días
- E. 10 a 19 días
- F. 20 a 29 días
- G. Los 30 días

51. Durante los últimos 30 días, en los días en que tomaste alcohol, ¿cuántos tragos tomaste normalmente por día?

- A. No tomé alcohol durante los últimos 30 días
- B. Menos de un trago
- C. 1 trago
- D. 2 tragos
- E. 3 tragos
- F. 4 tragos
- G. 5 tragos ó más

52. Durante los últimos 30 días, ¿cómo conseguiste normalmente el alcohol que tomaste?
SELECCIONA SÓLO UNA RESPUESTA.

- A. No tomé alcohol durante los últimos 30 días
- B. Lo compré en una tienda, un mercado o en la calle
- C. Le di dinero a otra persona para que lo comprara por mi
- D. Lo conseguí de mis amigos
- E. Lo conseguí en mi casa
- F. Lo robé
- G. Lo conseguí de otra manera

53. Durante los últimos 30 días, ¿alguien se negó a venderte alcohol por tu edad?

- A. No he intentado comprar alcohol durante los últimos 30 días
- B. Sí, alguien se negó a venderme alcohol por motivo de mi edad.
- C. No, mi edad no me impidió comprar alcohol

54. Durante tu vida, ¿cuántas veces tomaste tanto alcohol que llegaste a emborracharte?

- A. 0 veces
- B. 1 ó 2 veces
- C. 3 a 9 veces
- D. 10 ó más veces

55. Durante tu vida, ¿cuántas veces has tenido resaca, te has sentido enfermo, has tenido problemas con tu familia o amigos, has faltado a la escuela o te has metido en peleas como resultado de tomar alcohol?

- A. 0 veces
- B. 1 ó 2 veces
- C. 3 a 9 veces
- D. 10 ó más veces

56. En cualquier momento durante los próximos 12 meses, ¿crees que tomarás una bebida alcohólica?

- A. Definitivamente no
- B. Probablemente no
- C. Probablemente si
- D. Definitivamente si

57. Si alguno de tus amigos o amigas te ofreciera una bebida alcohólica ¿te la tomarías?

- A. Definitivamente no
- B. Probablemente no
- C. Probablemente si
- D. Definitivamente si

58. ¿Cuántas bebidas alcohólicas en una noche crees que podrían dañar tu salud?

- A. Tomar en una noche no puede dañar mi salud
- B. 1 o 2 bebidas
- C. 3 o 4 bebidas
- D. 5 o más bebidas

La próxima pregunta se refiere a la frecuencia con la que ves anuncios publicitarios de alcohol en TV, videos, cine, Internet, eventos deportivos, conciertos musicales y revistas.

59. En los últimos 30 días, ¿qué tan a menudo viste anuncios de alcohol?

- A. Nunca
- B. Rara vez
- C. Algunos días
- D. Casi todos los días
- E. Todos los días

La próxima pregunta se refiere a drogas.

60. Durante tu vida, ¿cuántas veces has usado drogas como marihuana, cocaína, o éxtasis?
- A. 0 veces
 - B. 1 ó 2 veces
 - C. 3 a 9 veces
 - D. 10 ó más veces

Las próximas 6 preguntas se refieren a las relaciones sexuales.

61. ¿Alguna vez has tenido relaciones sexuales?
- A. Sí
 - B. No
62. ¿Qué edad tenías cuando tuviste relaciones sexuales por primera vez?
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
 - B. 11 años ó menos
 - C. 12 años
 - D. 13 años
 - E. 14 años
 - F. 15 años
 - G. 16 años ó más
63. Durante tu vida, ¿con cuántas personas has tenido relaciones sexuales?
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
 - B. 1 persona
 - C. 2 personas
 - D. 3 personas
 - E. 4 personas
 - F. 5 personas
 - G. 6 ó más personas

64. Durante los últimos 12 meses, ¿has tenido relaciones sexuales?

- A. Sí
- B. No

65. La **última vez** que tuviste relaciones sexuales, ¿usaste tu o tu pareja un condón o preservativo?

- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
- B. Sí
- C. No

66. Si quieres conseguir un condón o preservativo ¿cómo sería la forma más posible de conseguirlo?

- A. Lo conseguiría de una máquina expendedora
- B. Lo conseguiría en un almacén, tienda o de un puesto callejero
- C. Lo conseguiría en una farmacia, clínica u hospital
- D. Le daría dinero a otra persona para que me lo comprara
- E. Lo conseguiría de otra manera
- F. No lo sé

La siguiente pregunta se refiere al uso de métodos contraceptivos y de protección tales como el *coitus interruptus* (retirada), el método del ritmo (período seguro alrededor de la menstruación), pastillas contraceptivas, condón, o cualquier otro método para evitar un embarazo.

67. Durante los últimos 12 meses, ¿con qué frecuencia has usado tu o tu pareja algún método de control de embarazo?
- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
 - B. He tenido relaciones sexuales pero no durante los últimos 12 meses
 - C. Nunca
 - D. Rara vez
 - E. Algunas veces
 - F. La mayoría de las veces
 - G. Siempre

Las próximas 2 preguntas se refieren a tu actividad física. Actividad física es cualquier actividad que acelera los latidos del corazón y te deja sin aliento algunas veces. Se hace actividad física en los deportes, jugando con amigos o caminando a la escuela. Algunos ejemplos de actividad física son correr, caminar rápido, andar en bicicleta, bailar, jugar fútbol y voley.

SUMA TODO EL TIEMPO QUE DEDICAS A ACTIVIDADES FÍSICAS CADA DÍA. **NO INCLUYAS TU CLASE DE GIMNASIA O EDUCACIÓN FÍSICA.**

68. Durante los últimos **7 días**, ¿cuántos días practicaste una actividad física por un total de al menos 60 minutos al día?
- A. 0 días
 - B. 1 día
 - C. 2 días
 - D. 3 días
 - E. 4 días
 - F. 5 días
 - G. 6 días
 - H. 7 días

69. Durante una semana **típica o normal**, ¿cuántos días practicas una actividad física por un total de al menos 60 minutos al día?
- A. 0 días
 - B. 1 día
 - C. 2 días
 - D. 3 días
 - E. 4 días
 - F. 5 días
 - G. 6 días
 - H. 7 días

La próxima pregunta se refiere al tiempo que pasas generalmente sentado cuando no estás en la escuela o haciendo tus tareas escolares.

70. Durante un día **típico o normal**, ¿cuánto tiempo pasas sentado viendo televisión, jugando juegos en la computadora, conversando con amigos o haciendo otras cosas que exigen permanecer sentado, como viendo partidos de fútbol?
- A. Menos de 1 hora al día
 - B. 1 a 2 horas al día
 - C. 3 a 4 horas al día
 - D. 5 a 6 horas al día
 - E. 7 a 8 horas al día
 - F. Más de 8 horas al día

Las próximas 2 preguntas se refieren a ir a la escuela y volver a casa.

71. Durante los últimos 7 días, ¿cuántos días fuiste y volviste de la casa a la escuela caminando o en bicicleta?
- A. 0 días
 - B. 1 día
 - C. 2 días
 - D. 3 días
 - E. 4 días
 - F. 5 días
 - G. 6 días
 - H. 7 días

72. Durante los últimos 7 días, ¿cuánto tiempo te tomó **normalmente** ir a la escuela y volver a casa cada día? SUMA EL TIEMPO QUE TE TOMA IR A LA ESCUELA Y VOLVER A CASA.

- A. Menos de 10 minutos al día
- B. 10 a 19 minutos al día
- C. 20 a 29 minutos al día
- D. 30 a 39 minutos al día
- E. 40 a 49 minutos al día
- F. 50 a 59 minutos al día
- G. 60 ó más minutos al día

La próxima pregunta se refiere al tiempo que pasas a la semana en clase de educación física o gimnasia en el colegio.

73. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántos días a la semana fuiste a clase de educación física en la escuela?

- A. 0 días
- B. 1 día
- C. 2 días
- D. 3 días
- E. 4 días
- F. 5 días o más

La próxima pregunta se refiere al tiempo que dedicas a dormir por la noche.

74. Durante una semana **típica o habitual**, ¿cuántas horas duermes en promedio cada noche?

- A. 5 horas o menos
- B. 6 horas
- C. 7 horas
- D. 8 horas
- E. 9 horas
- F. 10 horas
- G. 11 horas o más

La próxima pregunta se refiere a tu pertenencia a equipos deportivos dentro y fuera de la escuela.

75. Durante los últimos 12 meses, ¿en cuantos equipos deportivos has jugado?

- A. 0 equipos
- B. 1 equipo
- C. 2 equipos
- D. 3 equipos o más

Las próximas 7 preguntas se refieren a tus experiencias personales en la escuela y la casa, así como en tu vida espiritual.

76. Durante los últimos 30 días, ¿cuántos días faltaste a clases o a la escuela sin permiso?

- A. 0 días
- B. 1 ó 2 días
- C. 3 a 5 días
- D. 6 a 9 días
- E. 10 o más días

77. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia la mayoría de los estudiantes en tu escuela fueron amables contigo y te prestaron ayuda?

- A. Nunca
- B. Rara vez
- C. A veces
- D. Casi siempre
- E. Siempre

78. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia verificaron tus padres o cuidadores que hacías la tarea?

- A. Nunca
- B. Rara vez
- C. A veces
- D. Casi siempre
- E. Siempre

79. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia comprendieron tus padres o cuidadores tus problemas y preocupaciones?

- A. Nunca
- B. Rara vez
- C. A veces
- D. Casi siempre
- E. Siempre

80. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia tus padres o cuidadores **realmente** sabían lo que estabas haciendo en tu tiempo libre?

- A. Nunca
- B. Rara vez
- C. A veces
- D. Casi siempre
- E. Siempre

81. ¿Te consideras una persona religiosa o espiritual?

- A. Si
- B. No

82. Durante los últimos 30 días, ¿con qué frecuencia te sentiste apreciado y apoyado por los profesores en la escuela?

- A. Nunca
- B. Rara vez
- C. A veces
- D. Casi siempre
- E. Siempre