

**- ENCUESTA MUNDIAL DE SALUD A ESCOLARES DE \_\_HONDURAS. 2012**

Esta encuesta trata sobre temas de salud y cosas que haces que puedan afectar tu salud. Estudiantes como tu están contestando esta encuesta en varias ciudades del país, así como en otros países alrededor del mundo. La información que proporciones 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 con toda honestidad y sinceridad 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)

Muchas 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. 6° GRADO
- B. 7° GRADO
- C. 8° GRADO
- D. 9° GRADO
- E. 1° CURSO
- F. 2° CURSO
- G. 3° CURSO

**Las próximas 9 preguntas se refieren a tu estatura, peso y acerca de aguantar hambre, desayunos y comidas.**

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)			Estatura (cm)		
1	5	3			
<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 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 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"/>	<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"/>		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	No sé		<input type="radio"/>	No sé	

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

**Ejemplo**

Peso (kg)			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 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 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"/>	<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"/>	<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"/>	<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"/>	<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"/>	No sé		<input type="radio"/>	No sé	

6. ¿Cómo describes tu peso?

- A. Muy inferior al peso normal
- B. Un poco inferior al peso normal
- C. Alrededor del peso normal
- D. Un poco superior al peso normal
- E. Muy superior al peso normal

7. Durante los últimos 30 días, ¿Has hecho ejercicios para perder o mantener tu peso o evitar subir de peso?

- A. Si
- B. No

8. Estás satisfecho con tu peso o figura?

- A. Si
- B. No
- C. No lo sé

9. Durante los últimos 30 días ¿Con que 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

10. Durante los últimos 30 días ¿Qué tan frecuente tomaste desayuno?

- A. Nunca
- B. Rara vez
- C. Algunas veces
- D. La mayoría del tiempo
- E. Siempre

11. ¿Cuál es la razón principal por la que no desayunas?

- A. Siempre desayuno
- B. No tengo tiempo para desayunar
- C. No puedo desayunar muy temprano
- D. No siempre hay comida en mi casa
- E. Alguna otra razón

12. ¿Cuántas comidas al día sueles comer?

- A. 1 comida al día
- B. 2 comidas al día
- C. 3 comidas al día
- D. 4 comidas o más al día

**Las próximas 5 preguntas son acerca de lo que comes y bebes.**

13. Durante los últimos 30 días, ¿Cuántas veces al día comiste habitualmente frutas, como guayaba, bananos, sandía, papaya, mangos, otras?
- 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 o más veces al día
14. Durante los últimos 30 días, ¿Cuántas veces al día comiste habitualmente vegetales, como: tomates, zanahorias, patates, brócoli o frijoles verdes en vaina, otros.
- 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
15. Durante los últimos 30 días, ¿Cuántas veces por día usualmente has tomado leche o comido algún producto lácteo como queso o mantequilla?
- A. No he tomado leche ni comido ningún producto lácteo en los últimos 30 días
  - B. Menos de una vez por día
  - C. 1 vez por día
  - D. 2 veces por día
  - E. 3 veces por día
  - F. 4 veces por día
  - G. 5 o más veces por día

16. Durante los últimos 30 días, ¿Cuántas veces al día tomaste **habitualmente** bebidas gaseosas como Coca Cola, Pepsi, Mirinda, Spray, tropical u otras? (NO incluir bebidas gaseosas dietéticas/Light/Cero)
- A. No tomé bebidas gaseosas 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
17. Durante los últimos 7 días, ¿Cuántos días comiste en un restaurante de comida rápida como Burger King, Bigos, Church's Chicken, Domino's Pizza, Dunkin' Donuts, Kentucky Fried Chicken (KFC), Little Caesars, McDonald's, Pizza Hut, Popeye's, Pollo Campero, Wendy's u otros?
- A. 0 días
  - B. 1 días
  - C. 2 días
  - D. 3 días
  - E. 4 días
  - F. 5 días
  - G. 6 días
  - H. 7 días

**Las próximas 2 preguntas se refieren a los medios de comunicación y anuncios y obtener bebidas no alcohólicas.**

18. Durante los últimos 30 días, ¿Cuántos anuncios de bebidas gaseosas o comida rápida has visto en la televisión?
- A. No he visto televisión en los últimos 30 días
  - B. Bastantes
  - C. Pocos
  - D. Ninguno

19. ¿Puedes comprar o recibes gratis bebidas gaseosas en tu escuela (colegio)?

- A. Si
- B. No

**La próxima pregunta es acerca de lo que has aprendido.**

20. Durante este año escolar ¿Te han enseñado en alguna de tus clases sobre los beneficios de comer saludable?

- A. Si
- B. No
- C. No sé

**Las próximas 6 preguntas se refieren a la limpieza de los dientes y el lavado de las manos.**

21. 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 por día
- C. 1 vez al día
- D. 2 veces al día
- E. 3 veces al día
- F. 4 o más veces al día

22. 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

23. 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

24. ¿Hay baños separados para mujeres y hombres en tu escuela (colegio)?

- A. Si
- B. No
- C. Sí, pero están fuera de servicio

25. Durante los últimos 30 días ¿Con qué frecuencia has usado jabón al lavarte las manos en la escuela (colegio)?

- A. Nunca
- B. Rara vez
- C. Algunas veces
- D. La mayoría del tiempo
- E. Siempre

26. Durante los últimos 30 días, ¿Cuántas veces al día generalmente te bañaste o duchaste?

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

**Las próximas 2 preguntas se refieren al agua potable para beber.**

27. ¿Hay alguna fuente de agua potable para beber en tu escuela o colegio?

- A. Si
- B. No

28. ¿Cuántos vasos de agua al día sueles beber mientras estas en la escuela o colegio?

- A. No bebo agua en la escuela
- B. Menos de 1 vaso al día
- C. 1 vaso al día
- D. 2 vasos al día
- E. 3 vasos al día
- F. 4 vaso o más al día

**Las próximas preguntas refieren a la salud bucal.**

29. La última vez que fuiste al dentista ¿Cuál fue la razón principal de tu visita?

- A. Nunca he ido al dentista
- B. Algo estaba mal con mis dientes o encías
- C. Para el tratamiento de seguimiento de una visita anterior
- D. Para una revisión o examen
- E. No sé

**Las siguientes 2 preguntas se refieren a las 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 arma de fuego). No hay una agresión física cuando dos estudiantes de aproximadamente la misma fuerza o capacidad deciden pelear entre ellos.**

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

- A. Ninguna
- 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 o más veces

31. ¿Alguna vez has sido obligado (a) a desnudarte tocar o dejar que alguien toque tus partes privadas, besos, abrazos, o realizar cualquier otro acto sexual cuando tu no querías?

- A. Si
- B. 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.**

32. Durante los últimos 12 meses, ¿Cuántas veces participaste en una pelea física?

- A. Ninguna
- 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 o más veces

**Las siguientes 3 preguntas se refieren a lesiones serias que hayas sufrido. Una lesión es seria 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.**

33. Durante los últimos 12 meses, ¿Cuántas veces tuviste una lesión seria?

- A. Ninguna
- 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 o más veces

34. Durante los últimos 12 meses, ¿Cuál fue la lesión más seria que tuviste?
- A. No tuve ninguna lesión seria 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. Me intoxicqué o tomé demasiado de una droga
  - H. Me sucedió otra cosa
35. Durante los últimos 12 meses, ¿Cuál fue la causa principal de la lesión más seria que sufriste?
- A. No sufrí ninguna lesión seria 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. Fui agredido (a), asaltado (a), abusado (a) o estaba peleando con alguien
  - F. Estuve en un incendio o muy cerca de una llama o algo caliente
  - G. Inhalé o trague algo malo para mi
  - H. Algo distinto causó mi lesión

**Las próximas 2 preguntas se refieren a la intimidación. La intimidación ocurre cuando un estudiante o grupo de estudiantes dice o hace algo malo o desagradable a otro estudiante. También se produce intimidación cuando un estudiante es objeto de bromas desagradables o se lo excluye a propósito. No existe intimidación cuando dos estudiantes de aproximadamente la misma fuerza o capacidad discuten o luchan, o cuando se hacen bromas de manera amistosa y divertida.**

36. Durante los últimos 30 días, ¿Cuántos días fuiste intimidado o humillado?
- A. 0 días
  - B. 1 o 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
37. Durante los últimos 30 días, ¿En qué forma te intimidaron o humillaron más frecuentemente?
- A. No fui intimidado en los últimos 30 días
  - B. Fui golpeado, pateado, empujado o encerrado
  - C. Se burlaron de mí debido a mi raza o color
  - D. Se burlaron de mí debido a mi religión
  - E. Se burlaron de mí con chistes, comentarios o gestos de índole sexual
  - F. Me excluyeron de las actividades a propósito o me ignoraron
  - G. Se burlaron de mí debido al aspecto de mi cuerpo o mi cara
  - H. Fui intimidado de otra manera

**Las siguientes 6 preguntas se refieren a tus sentimientos y amistades.**

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

39. 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. Algunas veces
- D. Casi siempre
- E. Siempre

40. Durante los últimos 12 meses, ¿Alguna vez consideraste seriamente la posibilidad de suicidarte?

- A. Si
- B. No

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

- A. Si
- B. No

42. Durante los últimos 12 meses, ¿Cuántas veces intentaste realmente suicidarte?

- A. 0 veces
- B. 1 vez
- C. 2 o 3 veces
- D. 4 o 5 veces
- E. 6 o más veces

43. ¿Cuántos amigos o amigas muy cercanos tienes?

- A. 0
- B. 1
- C. 2
- D. 3 o más

**Las próximas 6 preguntas se refieren al consumo de cigarrillos y otro tipo de tabaco.**

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

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

45. Durante los últimos 30 días, ¿Cuántos días fumaste cigarrillos?

- A. 0 días
- B. 1 o 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

46. Durante los últimos 30 días, ¿Cuántos días usaste otra forma de tabaco, como puros, tabaco en pipa y tabaco masticado?

- 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

47. 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. Si
- D. No



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

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

49. ¿Cuál de tus padres o cuidadores usa alguna forma de tabaco?

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

**Las próximas 7 preguntas se refieren al consumo de bebidas alcohólicas. Esto incluye la ingesta o bebida de cerveza, guaro o ron. El consumo de alcohol no incluye beber unos pocos sorbos de vino en actividades religiosas.**

**Una” bebida estándar” es un vaso de vino, una botella o lata de cerveza, un vaso pequeño de destilado.**

50. ¿Qué edad tenías cuando tomaste tu primer trago de bebida alcohólica más que unos pocos sorbos?

- A. Nunca he tomado bebida alcohólica a parte 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

51. Durante los últimos 30 días, ¿Cuántos días tomaste al menos una bebida que contenía alcohol?

- A. 0 días
- B. 1 o 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

52. 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 o más tragos

53. Durante los últimos 30 días, ¿Cómo conseguiste normalmente la bebida alcohólica que tomaste?  
**SELECCIONA SOLO 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 dí dinero a otra persona para que lo comprara por mí
- D. Lo conseguí de mis amigos
- E. Lo conseguí de mi familia
- F. Lo robe o cogí sin permiso
- G. Lo conseguí de otra manera

54. ¿Qué tipo de bebida alcohólica tomas habitualmente? SELECCIONA UNA SOLA RESPUESTA.

- A. Yo no tomo alcohol
- B. Cerveza
- C. Licor como Aguardiente (guaro)
- D. Vino (coyol, papa, naranja, mora, otros)
- E. Ron
- F. Tequila
- G. Bebidas caseras (Guifiti, chicha, cususa)
- H. Otro tipo

**Tambalearse cuando uno camina, no ser capaz de hablar correctamente y vomitar, son algunos signos de tener una borrachera.**

55. Durante tu vida, ¿Cuántas veces tomaste tanta bebida alcohólica que llegaste a emborracharte?

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

56. Durante tu vida, ¿Cuántas veces has tenido problemas con tu familia o amigos, has faltado a la escuela o te has metido en peleas como resultado de tomar bebidas alcohólicas?

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

**Las próximas 7 preguntas se refieren a las relaciones sexuales.**

57. ¿Alguna vez has tenido relaciones sexuales?

- A. Si
- B. No

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

- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
- B. 11 años o menos
- C. 12 años
- D. 13 años
- E. 14 años
- F. 15 años
- G. 16 años o más

59. ¿Cuál es la razón principal por la que no has tenido relaciones sexuales?

- A. Si he tenido relaciones sexuales
- B. Quiero esperar hasta que sea mayor
- C. Quiero esperar hasta que me case
- D. No me quiero arriesgar de quedar embarazada
- E. No me quiero arriesgar a contagiarme de alguna infección de transmisión sexual como SIDA o VIH
- F. No he tenido la oportunidad de tener relaciones sexuales o conocido a alguien con quien quería tenerlas
- G. Está en contra de mis creencias religiosas
- H. Alguna otra razón

60. 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 o más personas

61. La última vez que tuviste relaciones sexuales, ¿Usaste tu o tu pareja un condón o preservativo?

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

62. La última vez que tuviste relaciones sexuales, ¿Usaste tu o tu pareja algún otro método de control de natalidad como la retirada, método del ritmo (Período seguro), pastillas anticonceptivas o cualquier otro método de control de embarazo?

- A. Nunca he tenido relaciones sexuales
- B. Si
- C. No
- D. No sé

63. ¿Tomaste bebidas alcohólicas o consumiste algún tipo de drogas antes de tener tu última relación sexual?

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

**Las próximas 4 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, karate, baloncesto, voleibol, karate, baloncesto, voleibol, entre otros.**

64. Durante los últimos 7 días, ¿Cuántos días practicaste una actividad física por un total de al menos 60 minutos al día? SUMA TODO EL TIEMPO QUE PASAS HACIENDO ALGÚN TIPO DE ACTIVIDAD FÍSICA CADA 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

65. Durante los últimos 7 días, ¿Cuántos días practicaste cualquier deporte por un total de al menos 60 minutos al día? SUMA TODO EL TIEMPO QUE PASAS PRACTICANDO ALGUN DEPORTE CADA 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

66. Durante los últimos 7 días, ¿Cuántos días fuiste de la casa a la escuela (colegio) o regresaste caminando o en bicicleta?

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

67. En este curso académico ¿Cuántos días a la semana fuiste a clase de educación física en la escuela o colegio?

- 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 sueño**

68. Durante los días que tienes clases, ¿Cuántas horas duermes habitualmente por noche?

- A. 4 o menos horas
- B. 5 horas
- C. 6 horas
- D. 7 horas
- E. 8 horas
- F. 9 horas
- G. 10 horas o más

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

69. 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 jugando Nintendo, Wii o otros aparatos como teléfonos inteligentes?.

- 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 8 preguntas se refieren a tus experiencias personales en la escuela y la casa.**

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

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

71. Durante los últimos 30 días, ¿Con qué frecuencia la mayoría de los estudiantes en tu escuela (colegio) fueron amables contigo y te prestaron ayuda?

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

72. Durante los últimos 30 días, ¿Con que frecuencia verificaron tus padres o cuidadores que hacías la tarea?

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

73. Durante los últimos 30 días, ¿Con que frecuencia tus padres o cuidadores entendieron tus problemas y preocupaciones?

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

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

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

75. Durante los últimos 30 días, ¿Con que frecuencia tus padres o cuidadores buscaron entre tus cosas sin tu permiso?

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

76. Durante los últimos 30 días, ¿Con qué frecuencia tus padres o cuidadores han asistido a las reuniones de la escuela (colegio) u otros eventos escolares?

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

77. Durante los últimos 30 días ¿Qué tan seguido tus padres o cuidadores han tratado de saber quienes son tus amigos?

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