



# CONDUCTAS DE ALTO RIESGO

## RESULTADOS SOBRE LAS CONDUCTAS RIESGOSAS EN LA JUVENTUD

Tomado del *Youth Risk Behavior Survey* de marzo de 2007

**Arlington, Virginia**

*Las opciones que los jóvenes hacen hoy tendrán un gran efecto sobre su salud y bienestar, ahora y en el futuro.*

*La Encuesta sobre conductas riesgosas en la juventud (YRBS) preguntó a los jóvenes sobre los comportamientos y costumbres que están relacionadas más estrechamente con la salud.*

*Este folleto presenta un sumario de los resultados de la encuesta que se ha administrado a un grupo de alumnos de las escuelas medias y secundarias en marzo del 2007.*

### LAS CONDUCTAS RIESGOSAS SON MUY COMUNES

La mayoría de los jóvenes que participaron en la Encuesta asumieron una o más formas de conducta riesgosa. Cuando examinamos los datos de diez conductas comunes (vean la lista abajo), notamos que sólo unos pocos jóvenes no tienen conductas riesgosas.

1. Aproximadamente uno de tres alumnos del sexto grado no tienen conductas riesgosas;
2. Aproximadamente uno de cada cuatro alumnos del octavo grado y uno de cada cinco alumnos del décimo grado no tienen conductas riesgosas; y
3. Sólo uno de cada diez alumnos de duodécimo grado no tienen una conducta riesgosa.

*La buena salud y la prudencia son dos de las bendiciones más grandes de la vida.*

Publius Serrus, 42 B.C.

### LAS DIEZ CONDUCTAS RIESGOSAS MÁS COMUNES

- ✓ Fumar cigarrillos
- ✓ El consumo de bebidas alcohólicas
- ✓ Fumar marihuana
- ✓ Uso de inhalantes
- ✓ Participar en peleas
- ✓ Síntomas continuos de depresión
- ✓ Falta de ejercicio
- ✓ Demasiado uso de la televisión
- ✓ Uso de métodos para adelgazar poco saludables
- ✓ Relaciones sexuales irresponsables

## LOS RESULTADOS MÁS IMPORTANTES

Estos son los resultados sobre las conductas de alto riesgo:

- ✓ 28% peleó en el año anterior; 15% portó un arma en el mes anterior.
- ✓ 14% fumó marihuana; 13% fumó cigarrillos; y 26% tomó bebidas alcohólicas.
- ✓ 22% se sienten muy tristes o sin esperanzas durante más de dos semanas.
- ✓ 60% no hacen bastante ejercicio aeróbico.

## ¿QUIÉN ESTÁ HACIENDO QUÉ?

Aunque las conductas riesgosas son muy comunes, algunos grupos de jóvenes son más propensos a participar en actividades particulares. Por ejemplo:

- ✓ Los niños tienen más probabilidades de pelear, fumar cigarrillos, usar marihuana y mirar demasiada televisión. Las niñas tienen más probabilidades de indicar síntomas relacionados con la depresión y no hacen bastante ejercicio.
- ✓ Los alumnos en los grados superiores tienen más probabilidades de indicar el consumo de alcohol y marihuana. Pero los alumnos en los grados de la escuela media tienen más probabilidades de pelear y usar los inhalantes.

## POCOS CAMBIOS DESDE EL 2001

Pocos han sido los cambios desde el 2001, el año de la primera encuesta. Algunas excepciones incluyen:

- ✓ Hay menos jóvenes que indican que han peleado.
- ✓ Hay menos jóvenes que indican que han fumado cigarrillos.
- ✓ Hay menos jóvenes que indican que han tenido síntomas relacionados con la depresión y de intento de suicidio.

## NO ES SÓLO UNA PARTE DEL DESARROLLO

Aunque las conductas riesgosas son comunes en la juventud de Arlington, estas no necesitan ser una parte del desarrollo. Las investigaciones demuestran que las comunidades pueden influir positivamente sobre los adolescentes, y pueden ayudarles a aprender cómo tomar decisiones saludables. ¿Cómo? Asegurando que los jóvenes tienen aquellos “Factores Positivos” que necesitan para convertirse en adultos sanos, amables, y responsables.

Los “factores positivos” son ciertos elementos tales como una familia de que les apoyan, los vecinos y maestros que se preocupan por su bienestar, los compañeros que son un buen ejemplo y una comunidad que estima a la juventud como un recurso vital. También incluyen aquellas calidades personales tales como la honestidad, la capacidad de planear y la motivación para tener éxito en la escuela.

## CONNECT WITH KIDS

Una de las mejores maneras para construir los “Factores Positivos” en la juventud y reducir las conductas riesgosas en nuestra comunidad es que los adultos logren comunicarse con ellos (“Connect with Kids”). Cuando los jóvenes saben que los adultos los cuidan, valoran sus contribuciones, tienen altas expectativas para ellos y hacen cumplir los valores de la comunidad, será menos probable que participen en las actividades que ponen en riesgo su salud y bienestar.

Todos los adultos pueden “Connect with Kids”. Estas son unas pocas sugerencias:

1. Sea un buen ejemplo para sus hijos. Ellos siempre están observándole y escuchándole.
2. Encuentre las maneras de incluir a jóvenes en sus organizaciones cívicas, voluntarias o religiosas. Ayúdeles a tener una voz en la comunidad.
3. Sonría a los niños y adolescentes que encuentra en la calle o en una tienda.
4. Ofrézcase como voluntario para trabajar en las escuelas u otras organizaciones que trabajan con la juventud.

## INFORMACIÓN ADICIONAL

Los resultados en más detalle de la Encuesta de 2007 de los Comportamientos Riesgosos, pueden ser consultados en nuestro sitio Web haciendo clic en “Publications” y seleccionados “*Chartbook of Statistics: 2007 Youth Risk Behavior Survey.*”

Para preguntas sobre estos datos o saber cómo fue administrada la encuesta, llame a Amy Graham, al (703) 228-1668 (Habla español) o envíe un mensaje por correo electrónico a [agraha@arlingtonva.us](mailto:agraha@arlingtonva.us).

Para saber más sobre la campaña de “Connect with Kids,” llame a Mary Ann al (703) 228-1671 o envíe un mensaje por correo electrónico a [mmoran@arlingtonva.us](mailto:mmoran@arlingtonva.us)

### COMO ADMINISTRAMOS LA ENCUESTA

Estos resultados surgen de una encuesta de casi 2500 alumnos matriculados en los grados seis, ocho, diez y doce en las escuelas públicas secundarias de Arlington. La participación fue voluntaria y anónima. Los padres tuvieron la oportunidad de decidir si querían que sus hijos participaran o no. Menos de 2% decidieron que sus hijos no participaran. La mayoría de los que no participaron no estuvo en la escuela cuando se tomó la encuesta.

Partnership for Children,  
Youth, and Families  
3033 Wilson Blvd., Suite 600A  
Arlington, VA 22201  
Phone (703) 228-1667  
[www.arlingtonpartnershipforyouth.org](http://www.arlingtonpartnershipforyouth.org)