

ANEXO

Cuestionario: Estilo de vida, hábitos alimentarios y consumo de tabaco

1. Semestre cursando:		2. Propuesta:				
3. Sexo: Femenino () Masculino ()		4. Edad: _____ años				
5. Te molesta que fumen en tu presencia: () Sí () No						
6. Fuma alguien en:						
a) ¿El interior de tu casa?	Quién:	Papá	Mamá	Hermanos	Yo	Otros
() Sí () No						
b) ¿El salón de clases?	Quién:	Compañero(s)		Maestro(s)	Yo	
() Sí () No						
7. ¿Sabes que el fumar causa diversas enfermedades y afecta a quienes conviven con el fumador?						
a) No sé pero voy a tomarlo en cuenta			c) Sí sé y sigo fumando			
b) No sé y no fumo			d) Sí sé y no fumo			
8. Crees tú que es difícil dejar de fumar una vez que alguien ha comenzado a hacerlo?:						
() Sí () No						
9. ¿Estás expuesto al humo de tabaco de terceros en espacios cerrados?:			Contestaste NO, pasa por favor a la pregunta 12			
() Sí () No						
10. ¿Qué tiempo estás expuesto al día?						
1-15 min.	16-30 min.	31-1 hr	1-4 hrs	5-8 hrs	Más de 8 hrs	
11. ¿En qué lugares estás expuesto al humo de tabaco?						

En mi casa	En la facultad	En casa de amigos	En reuniones sociales	En el trabajo
12. ¿Conoces el Programa Espacios Universitarios Libres de Humo de Tabaco?: () Sí () No			Contestaste NO, pasa por favor a la pregunta 14	
13. ¿Qué opinas del programa? _____ _____ _____				
14. En tu vida ¿has fumado por lo menos un cigarrillo?: () Sí () No			Contestaste NO, pasa por favor a la pregunta 46 NO FUMADORES	
15. ¿Qué edad tenías cuando fumaste por primera vez un cigarrillo? _____ años				
16. En toda tu vida ¿has fumado más de 100 cigarrillos, es decir, 5 cajetillas?: () Sí () No			Contestaste NO, pasa por favor a la pregunta 37 EXPERIMENTALES	
17. ¿Has fumado en los últimos 2 años?: () Sí () No			Contestaste NO, pasa por favor a la pregunta 27 EXFUMADORES	
FUMADORES ACTIVOS: Persona que ha fumado más de 100 cigarrillos y lo ha hecho en los 30 días previos.				
18. ¿A qué edad iniciaste el consumo regular de cigarros? _____ años				
19. ¿Cuál fue la razón principal por la que empezaste a fumar?				
a) En mi familia alguien fuma	b) Por presión de grupo (mis compañeros o amigos fuman)	c) Por curiosidad	d) Por gusto	
e) Para tranquilizarme/relajarme	f) Para sentirme o parecer mayor	g) Para bajar de peso	h) Para no sentir apetito	

i) Otras

20. ¿Notaste algún cambio en el sabor de los alimentos cuando empezaste a fumar?
¿Cuáles?

21. ¿Con qué frecuencia fumas? Marca una sola opción

a) Diario, ¿cuántos? _____	b) Semanal, ¿cuántos? _____	c) Mensual, ¿cuántos? _____
-------------------------------	--------------------------------	-----------------------------

22. ¿Cuánto tiempo pasa después de que te levantas, para que fumes tu primer cigarrillo?

a) Hasta 5 minutos	b) Entre 6 y 30 minutos	c) Entre 31 y 60 minutos	d) Más de 60 minutos
--------------------	-------------------------	--------------------------	----------------------

23. ¿Fumas más frecuente durante las primeras horas después de despertarte, que durante el resto del día?

() Sí	() No
--------	--------

24. ¿En qué lugares fumas regularmente?

a) En mi casa	b) En la entrada de la escuela	c) En casa de amigos
d) En reuniones sociales	e) En el trabajo	f) Espacios abiertos

25. ¿Quieres dejar de fumar en algún momento?: () Sí () No

26. ¿Cuáles son las razones por las que continúas fumando?

34. ¿En qué lugares fumabas regularmente?			
a) En mi casa	b) En la entrada de la escuela	c) En casa de amigos	
d) En reuniones sociales	e) En el trabajo	f) Espacios abiertos	
35. ¿Cuál fue la causa principal por la que dejaste de fumar?			
a) Afectó mi salud	b) A mi familia no le gustaba	c) Para ahorrar dinero	
d) Me informé de los riesgos	e) Por actividad deportiva	f) Otras _____	
36. ¿Notaste algún cambio en el sabor de los alimentos cuando dejaste de fumar? ¿Cuáles? _____ _____			
FUMADORES EXPERIMENTALES: Persona que sí ha fumado pero menos de 100 cigarrillos.			
37. Aproximadamente, ¿cuántos cigarros has fumado? _____			
38. ¿Has fumado en los últimos 30 días?: () Sí () No		Contestaste Sí, por favor pasa a la pregunta 42	
39. ¿Qué tiempo ha transcurrido desde que no fumas? _____			
40. ¿Cuál fue la causa principal por la que no continuaste fumando?			
a) Por los riesgos para mi salud y la de los demás	b) Ya no me llama la atención	c) Por problemas de salud	d) Por la educación recibida en casa
e) Por temor a la adicción	f) Por actividad deportiva	g) Gastaba dinero innecesariamente	h) Otras _____ _____

41. ¿Notaste algún cambio en el sabor de los alimentos cuando dejaste de fumar? ¿Cuáles? _____			
PASA a la pregunta 44			
42. ¿Cuál fue la razón principal por la que empezaste a fumar?			
a) En mi familia alguien fuma(ba)	b) Por presión de grupo (mis compañeros o amigos fuman o fumaban)	c) Por curiosidad	d) Por gusto
e) Para tranquilizarme/relajarme	f) Para sentirme o parecer mayor	g) Para bajar de peso	h) Para no sentir apetito
i) Otras _____			
43. ¿Notaste algún cambio en el sabor de los alimentos cuando empezaste a fumar? ¿Cuáles? _____			
44. ¿En qué lugares fumabas o fumas?			
a) En mi casa	b) En la entrada de la escuela	c) En casa de amigos	
d) En reuniones sociales	e) En el trabajo	f) Espacios abiertos	
45. Si continuas fumando ¿quieres dejar de fumar?: () Sí () No			
NO FUMADORES: Personas que nunca han fumado			
46. ¿Por qué nunca has fumado?			
a) Por los riesgos para mi salud y la de los demás	b) No me llama la atención	c) Por problemas de salud	d) Por la educación recibida en casa
e) Por temor a la adicción	f) Me es desagradable y molesto	g) Me enferma	h) Otras _____ _____