



# Encuesta

## Información del Participante

- Edad: (por favor marque uno)
- Adolescente
  - Adulto de 19-40 años de edad
  - Adulto de 41-59 años de edad
  - Adulto de 60+ de edad

Sexo: (por favor marque uno)  
 Varón      Mujer

## GAMA DE COLORES DE LA PROTEÍNA: ROJO, BLANCO, AMARILLO

Por favor ayudanos a hacer mejor nuestros programas y materiales contestando las siguientes preguntas. Primero piensa en los cambios que harás de ahora en adelante y luego en lo que hacías antes.

Encierra en un círculo la mejor respuesta a cada pregunta.

	Nunca	Algunas Veces	Siempre
<b>Después del día de hoy, ¿qué tan seguido cocinarás los huevos hasta que ya no estén blanditos?</b>	1	2    3	4    5
<b>Antes del día de hoy, ¿qué tan seguido cocinabas los huevos hasta que ya no estuvieran blanditos?</b>	1	2    3	4    5

**Después de hoy, ¿cuántos equivalentes en onza del grupo de la carne comerá al día? \_\_\_\_\_**

- Ejemplos de equivalentes a una onza son:*
- 1 onza de carne, pescado o ave
  - 1 cucharada de crema de cacahuate/maní
  - 1 huevo
  - ¼ de taza de frijoles pintos o negros

**Antes del día de hoy, ¿cuántos equivalentes en onza del grupo de la carne comía al día? \_\_\_\_\_**

Continúa en la parte de atrás

## GAMA DE COLORES DE LA PROTEÍNA: ROJO, BLANCO, AMARILLO

	Nunca	Algunas Veces	Siempre
<b>Después del día de hoy</b> , ¿qué tan seguido dejarás sin refrigerar las carnes y los productos lácteos por más de 2 horas?	1	2 3	4 5
<b>Antes del día de hoy</b> , ¿qué tan seguido dejabas sin refrigerar las carnes y los productos lácteos por más de 2 horas?	1	2 3	4 5

**Después del día de hoy**, ¿qué tan seguido comerás los alimentos fritos (tales como papitas fritas)?

1. nunca
2. menos de 1 vez por semana
3. 1-3 veces por semana
4. 4-6 veces por semana
5. todos los días

**Antes del día de hoy**, ¿qué tan seguido comías los alimentos fritos (tales como papitas fritas)?

1. nunca
2. menos de 1 vez por semana
3. 1-3 veces por semana
4. 4-6 veces por semana
5. todos los días

*Continuar*

## **GAMA DE COLORES DE LA PROTEÍNA: ROJO, BLANCO, AMARILLO**

¿Cuáles de estos programas de alimentos usted piensa que usará en los próximos 12 meses? (Encierra en un círculo las que aplican a usted)

- 1) WIC
- 2) Vision Card
- 3) Desayunos de las Escuelas
- 4) Almuerzos de las Escuelas
- 5) Despensa de Alimentos
- 6) Programa de Alimentación Para los Niños durante el Verano

¿Cuáles de estos programas de alimentos usted usó en los últimos 12 meses?

- 1) WIC
- 2) Vision Card
- 3) Desayunos de las Escuelas
- 4) Almuerzos de las Escuelas
- 5) Despensa de Alimentos
- 6) Programa de Alimentación Para los Niños durante el Verano