



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

VEGETALES (VERDURAS) ESENCIALES

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

Después del día de hoy, ¿qué tan seguido te lavarás tus manos antes de preparar los alimentos?

1 2 3 4 5

Antes del día de hoy, ¿qué tan seguido te lavabas tus manos antes de preparar los alimentos?

1 2 3 4 5

Después de hoy, ¿qué tan seguido comerá comidas que incluyan una variedad de alimentos del Plan Mi Pirámide?

1 2 3 4 5

Antes del día de hoy, ¿qué tan seguido comía comidas que incluían una variedad de alimentos del Plan Mi Pirámide?

1 2 3 4 5

VEGETALES (VERDURAS) ESENCIALES

Nunca Algunas
 Veces Siempre

Después del día de hoy, ¿qué tan seguido comerás más de una clase de vegetal o fruta al día?

1 2 3 4 5

Antes del día de hoy, ¿qué tan seguido comías más de una clase de vegetal o fruta al día?

1 2 3 4 5

Después del día de hoy, ¿qué tan seguido planearás por adelantado tus comidas del día?

1 2 3 4 5

Antes del día de hoy, ¿qué tan seguido planeabas por adelantado tus comidas del día?

1 2 3 4 5

Después de hoy, ¿cuántas tazas de frutas y vegetales comerá al día? _____

Ejemplos equivalentes a 1 taza de frutas y vegetales son:

1 banano o naranja grande

1 taza de jugo de fruta 100%

1 taza de fruta enlatada

1 taza de vegetales cocidos

2 tazas de ensalada de lechuga

Antes del día de hoy, ¿cuántas tazas de frutas y vegetales comía al día? _____

Continuar

VEGETALES (VERDURAS) ESENCIALES

¿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) Vison 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) Vison 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