

Multi-Ethnic Study of Atherosclerosis



Food Frequency Questionnaire

Participant ID:

Visit Date:

| | | | | | | | | | |
|--|--|---|--|--|---|--|--|--|--|
| | | / | | | / | | | | |
|--|--|---|--|--|---|--|--|--|--|

Acrostic:

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|

INSTRUCCIONES:

Las preguntas en este formulario se refieren a sus hábitos usuales de comida en el último año. Por favor, siga las instrucciones y complete el cuestionario.

Intente completar el cuestionario de una vez, pero usted tiene la libertad de tomar descansos cortos si se siente cansado. Si tiene alguna pregunta, puede llamar a _____ al _____.

Por favor, traiga este cuestionario cuando venga a la clínica para su examen programado el _____.

Un miembro del personal de la clínica revisará con usted el cuestionario durante su examen, brindándole la oportunidad de hacer preguntas o aclaraciones que usted piense que son importantes.

Por favor, responda a las preguntas rellenando los círculos usando un LÁPIZ NO. 2. Asegúrese de rellenar completamente el círculo. Si se equivoca, borre el error y rellene el círculo correcto.

Indique TANTO la frecuencia COMO el tamaño de la ración en cada comida y bebida listadas.

De esta manera:



No de esta manera:



Primero, por favor responda a las siguientes preguntas:

¿Cuántas veces al día suele comer (incluya comidas y refrigerios/snack)?

- ☐ 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3
☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7
☐ 8 ☐ 9+

¿Cuántas veces por semana come en restaurantes, incluyendo comidas preparadas (rápidas o de llevar)?

- ☐ 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3
☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7
☐ 8 ☐ 9+

Las siguientes páginas incluyen una lista de alimentos y un lugar para que nos indique con qué frecuencia típicamente come esos alimentos, y si el tamaño usual de la porción que se sirve es pequeño, mediano o grande.

A. En cada línea, por favor, marque el círculo que mejor describa con QUÉ FRECUENCIA consumió esos alimentos.

B. Luego, marque el círculo que mejor describa el TAMAÑO USUAL DE SU PORCIÓN. Marque simplemente "pequeño", "mediano" o "grande" comparado con lo que le parezca típico para otros hombres o mujeres de su edad.

EJEMPLO: John come una banana de tamaño mediano, 5 días a la semana.

| Tipo de alimento | Consumo promedio durante el año pasado | | | | | | | | | | Su tamaño de porción | | |
|--------------------|--|------------------------|----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|------------------------|---------------------------|-----------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------------------|
| | Rara Vez o Nunca | 1 Vez Por Mes | 2-3 Veces Por Mes | 1 Vez Por Se- mana | 2 Veces Por Se- mana | 3-4 Veces Por Se- mana | 5-6 Veces Por Se- mana | 1 Vez Por Día | 2+ Veces Por Día | | pequeño | mediano | grande |
| | | | | | | | | | | | | | |
| Plátanos o bananas | <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 checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Si Ud. no come el alimento, puede dejar el tamaño de la porción en blanco.

Si Ud. no reconoce el nombre de una comida, probablemente no la come y puede marcar "Raro o Nunca".

Por favor, incluya comidas que come en casa y en restaurantes, también como las comidas preparadas congeladas (TV dinners u otras).

Nadie recuerda cada detalle de lo que come. Relájese y responda lo mejor que pueda. Muchas gracias por tomarse el tiempo de llenar este cuestionario.

Frutas y Jugos

| Tipo de alimento | Consumo promedio durante el año pasado | | | | | | | | | | Su tamaño de porción | | |
|---|--|------------------------|----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|------------------------|---------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Rara Vez o Nunca | 1 Vez Por Mes | 2-3 Veces Por Mes | 1 Vez Por Se- mana | 2 Veces Por Se- mana | 3-4 Veces Por Se- mana | 5-6 Veces Por Se- mana | 1 Vez Por Día | 2+ Veces Por Día | pequeño | mediano | grande | |
| Frutas que se comen los meses en que están de época o de estación | | | | | | | | | | | | | |
| 1. Duraznos o melocotones, albaricoques, | <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"/> |
| 2. Melón, mango, papaya | <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"/> |
| 3. Fresas o frutillas, arándanos (blueberries), otro | <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"/> |
| Otras frutas que se comen todo el año | | | | | | | | | | | | | |
| 4. Manzana, puré de manzana, peras | <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"/> |
| 5. Plátanos o bananas, guineos o plátano macho (plantain) | <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"/> |
| 6. Naranjas, toronja o pomelo, mandarinas, kiwi | <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"/> |
| 7. Frutas secas (uvas pasas, ciruelas pasas, higos, chabacabos o damascos) | <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"/> |
| 8. Cualquier otra fruta (piña o ananá, persimmon, uvas, otros tipos de melón, duraznos o melocotones en lata, cóctel de frutas, etc.) | <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"/> |
| Jugos de frutas | | | | | | | | | | | | | |
| 9. Jugo de naranja, jugo de toronja o pomelo | <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"/> |
| 10. Cualquier otro jugo de frutas (manzana, uvas, punch, kool aid, jugo de guayaba, etc) | <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"/> |

CEREALES Y OTRA COMIDA DE DESAYUNO (por favor, también marque aquí si consume estos alimentos en comidas que no sean el desayuno)

| Tipo de alimento | Consumo promedio durante el año pasado | | | | | | | | | | Su tamaño de porción | | |
|---|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Rara Vez o Nunca | 1 Vez Por Mes | 2-3 Veces Por Mes | 1 Vez Por Semana | 2 Veces Por Semana | 3-4 Veces Por Semana | 5-6 Veces Por Semana | 1 Vez Por Día | 2+ Veces Por Día | | pequeño | mediano | grande |
| 11. Huevos, tortilla, huevos rancheros | <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"/> |
| 12. Salchicha, chorizo, scrapple, tocino, o bacon | <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"/> |
| 13. Panqueques, waffles, o tostadas | <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"/> |
| 14. Avena | <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"/> |
| 15. Otros cereales cocidos (grits, crema de trigo, cereal cocido, congee) | <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"/> |
| 16. Cereales fríos | <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"/> |

16a. Si come cereal frío ¿cuál es el nombre del cereal que come con más frecuencia?

Clinical use only:

PANES

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 17. Pan o panecillos blancos (panecillo o bolillo de hamburguesa, bagel, pita, English muffin, etc) | <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"/> |
| 18. Pan o panecillos negros o de harina integral (panecillo o bolillo de hamburguesa, bagel, pita, English muffin, etc) | <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"/> |
| 19. Muffin de salvado | <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"/> |
| 20. Biscuits, otros muffins, croissants, pan de maíz, hush puppies | <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"/> |
| 21. Margarina o mayonesa untada en pan o en panecillos | <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"/> |
| 22. Mantequilla untada en pan o en panecillos | <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"/> |

REFRIGERIOS O MERIENDAS

| Tipo de alimento | Consumo promedio durante el año pasado | | | | | | | | | | Su tamaño de porción | | |
|---|--|------------------------|----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|------------------------|---------------------------|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Rara Vez o Nunca | 1 Vez Por Mes | 2-3 Veces Por Mes | 1 Vez Por Se- mana | 2 Veces Por Se- mana | 3-4 Veces Por Se- mana | 5-6 Veces Por Se- mana | 1 Vez Por Día | 2+ Veces Por Día | | pequeño | mediano | grande |
| 23. Papas fritas (chips) de bolsa, chips de maíz (corn chips), tortilla chips | <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"/> |
| 24. Galletas, pretzels, palomitas de maíz | <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"/> |
| 25. Almendras, nueces, pecanas (pecans) u otras nueces | <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"/> |
| 26. Semillas de girasol, piñones, otras semillas | <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"/> |
| 27. Cacahuates o maní, mantequilla de cacahuete (peanut butter) | <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"/> |

QUESO, YOGUR

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 28. Queso cottage o ricotta | <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"/> |
| 29. Queso Cheddar, Americano, Chihuahua, Suizo, queso crema, quesos para untar, cualquier otro queso | <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"/> |
| 30. Yogur sin sabor | <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"/> |
| 31. Yogur con sabor | <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"/> |

31a. SI USTED TOMA YOGUR (sin sabor), ¿con qué frecuencia es bajo en grasa o sin grasa?

- ☐ Casi nunca/nunca
☐ Algunas veces
☐ Con frecuencia / siempre

SOPAS

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 32. Sopas cremosas como chowders o sopas de papa o queso | <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"/> |
| 33. Sopas de chícharos, arvejas o guisantes, de lentejas, de frijoles negros, o potajes | <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"/> |
| 34. Miso soup o salsa con pasta de soya o soja | <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"/> |
| 35. Otras sopas, incluyendo de res con vegetales, de tomate, de huevo batido o de fideos con pollo | <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"/> |

ENSALADAS, VEGETALES Y FRIJOLES (no incluya los vegetales que come como parte de platillos mixtos o combinados porque se preguntan más adelante)

| Tipo de alimento | Consumo promedio durante el año pasado | | | | | | | | | Su tamaño de porción | | |
|--|--|------------------------|----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|------------------------|---------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Rara Vez o Nunca | 1 Vez Por Mes | 2-3 Veces Por Mes | 1 Vez Por Se- mana | 2 Veces Por Se- mana | 3-4 Veces Por Se- mana | 5-6 Veces Por Se- mana | 1 Vez Por Día | 2+ Veces Por Día | pequeño | mediano | grande |
| 36. Ensalada con lechuga tipo iceberg o lechuga verde | <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"/> |
| 37. Ensalada con espinaca, con lechuga tipo romana o dark greens, espinaca cocida, hojas de nabo, collards | <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"/> |
| 38. Tomates (crudos o cocidos), jugo de tomate | <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"/> |
| 39. Aguacate, guacamole | <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"/> |
| 40. Zanahorias | <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"/> |
| 41. Brócoli, repollo, coliflor, colesitas de Bruselas, sauerkraut o chucrut, kimchee | <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"/> |
| 42. Judías verdes, habichuelas, chícharos, arvejas o guisantes, snow peas | <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"/> |
| 43. Maíz, elote | <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"/> |
| 44. Calabazas de invierno (winter squash), acorn | <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"/> |
| 45. Frijoles pinto, frijoles negros, frijoles rojos, frijoles con cerdo, frijoles carita | <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"/> |
| 46. Cualquier otro vegetal incluyendo calabaza de verano (summer squash), calabacín o zucchini, espárragos, vegetales mixtos | <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"/> |

ARROZ Y PAPAS

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 47. Arroz blanco, arroz mexicano, arroz pegajoso (stickv rice) | <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"/> |
| 48. Arroz integral o arroz moreno | <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"/> |
| 49. Arroz frito | <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"/> |

ARROZ Y PAPAS (Continuación)

| Tipo de alimento | Consumo promedio durante el año pasado | | | | | | | | | | Su tamaño de porción | | |
|--|--|------------------------|----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|------------------------|---------------------------|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Rara Vez o Nunca | 1 Vez Por Mes | 2-3 Veces Por Mes | 1 Vez Por Se- mana | 2 Veces Por Se- mana | 3-4 Veces Por Se- mana | 5-6 Veces Por Se- mana | 1 Vez Por Día | 2+ Veces Por Día | | pequeño | mediano | grande |
| 50. Papas fritas, frech fries o hash browns | <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"/> |
| 51. Papas cocidas, asadas, en puré o de otra forma, nabos | <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"/> |
| 52. Batatas o camotes amarillos o morados (sweet potato, yams) | <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"/> |
| 53. Margarine o aceite vegetal, arroz, o papas | <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"/> |
| 54. Mantequilla en los vegetales, el arroz o las papas | <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"/> |

ALIMENTOS CHINOS Y TOFU

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 55. Fideos orientales con carne (saimen, ramen, wonton mein) | <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"/> |
| 56. Dumplings chinos, rollo de primavera (spring rolls), dim sum (sin freir), panecillo chino con carne, salchicha y vegetales | <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"/> |
| 57. Chow mein | <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"/> |
| 58. Res, cerdo o pollo salteado (stir-fried) con vegetales incluyendo res con brócoli | <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"/> |

58a. SI USTED COME LOS ALIMENTOS listados anteriormente, ¿cuáles de estas cosas contienen? Marque todas las opciones que correspondan.

- ☐ cerdo
☐ pollo
☐ res

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 59. Camarón o pescado salteado con Vegetales | <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"/> |
| 60. Tofu o tempeh salteado con vegetales | <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"/> |
| 61. Vegetales salteados (sin carne) | <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"/> |

ALIMENTOS MEXICANOS

| Tipo de alimento | Consumo promedio durante el año pasado | | | | | | | | | | Su tamaño de porción | | |
|--|--|------------------------|----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|------------------------|---------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Rara Vez o Nunca | 1 Vez Por Mes | 2-3 Veces Por Mes | 1 Vez Por Se- mana | 2 Veces Por Se- mana | 3-4 Veces Por Se- mana | 5-6 Veces Por Se- mana | 1 Vez Por Día | 2+ Veces Por Día | | pequeño | mediano | grande |
| 62. Burritos o quesadillas sin carne | <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"/> |
| 63. Burritos, quesadillas o fajitas con carne, aves o mariscos | <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"/> |

63a. SI USTED COME LOS ALIMENTOS listados anteriormente, ¿cuáles de estas cosas contienen? Marque todas las opciones que correspondan.

- ☐ Carne (incluyendo cerdo, res o cordero)
☐ Aves (incluyendo pavo o pollo)
☐ Mariscos (incluyendo cangrejo, camarones o langosta)

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 64. Enchiladas, tamales, tacos o nachos sin carne | <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"/> |
| 65. Enchiladas, tamales, tacos o nachos con carne, aves o mariscos | <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"/> |

65a. SI USTED COME LOS ALIMENTOS listados anteriormente, ¿cuáles de estas cosas contienen? Marque todas las que correspondan.

- ☐ Carne (incluyendo cerdo, res o cordero)
☐ Aves (incluyendo pavo o pollo)
☐ Mariscos (incluyendo cangrejo, camarones o langosta)

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 66. Picadillo, carne quisada, menudo | <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"/> |
| 67. Arroz con pollo | <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"/> |
| 68. Chile con carne y frijoles | <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"/> |
| 69. Chile rojo con carne | <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"/> |
| 70. Chile verde con carne | <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"/> |
| 71. Frijoles refritos, como acompañante | <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"/> |
| 72. Salsa, pico de gallo | <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"/> |
| 73. Tortilla de harina o maíz, como acompañante | <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"/> |

1273493357

FIDEOS, GUISADOS, ESPAGETTI Y PIZZA

| Tipo de alimento | Consumo promedio durante el año pasado | | | | | | | | | | Su tamaño de porción | | |
|---|--|------------------------|----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|------------------------|---------------------------|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Rara Vez o Nunca | 1 Vez Por Mes | 2-3 Veces Por Mes | 1 Vez Por Se- mana | 2 Veces Por Se- mana | 3-4 Veces Por Se- mana | 5-6 Veces Por Se- mana | 1 Vez Por Día | 2+ Veces Por Día | | pequeño | mediano | grande |
| 74. Pasta con salsa de crema o queso (sin carne), incluyendo macarrón con queso, quiche, pesto | <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"/> |
| 75. Pasta con salsa de crema o queso con carne, o con aves o mariscos, incluyendo guisados de fideos con atún | <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"/> |

75a. SI USTED COME LOS ALIMENTOS listados anteriormente, ¿cuáles de estas cosas contienen?

Marque todas las opciones que correspondan.

- ☐ Carne de res
- ☐ Cerdo
- ☐ Aves (incluyendo pavo o pollo)
- ☐ Mariscos (incluyendo cangrejo, camarones o langosta)
- ☐ Atún (como un guisado de fideos con atún)

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 76. Pasta con salsa de tomate (sin carne), incluyendo espagetti y lasagna | <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"/> |
| 77. Pasta con salsa de tomate con carne, con aves o mariscos, incluyendo espagetti y lasagna | <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"/> |

77a. SI USTED COME LOS ALIMENTOS listados anteriormente, ¿cuáles de estas cosas contienen? Marque todas las opciones que correspondan.

- ☐ Carne (incluyendo cerdo, res o cordero)
- ☐ Aves (incluyendo pavo o pollo)
- ☐ Mariscos (incluyendo cangrejo, camarones o langosta)

| | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 78. Pizza | <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"/> |
|-----------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|

OTROS PLATILLOS MIXTOS O COMBINADOS

| Tipo de alimento | Consumo promedio durante el año pasado | | | | | | | | | Su tamaño de porción | | |
|---|--|------------------------|----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|------------------------|---------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Rara Vez o Nunca | 1 Vez Por Mes | 2-3 Veces Por Mes | 1 Vez Por Se- mana | 2 Veces Por Se- mana | 3-4 Veces Por Se- mana | 5-6 Veces Por Se- mana | 1 Vez Por Día | 2+ Veces Por Día | pequeño | mediano | grande |
| 79. Estofado, pastel o empanada de carne, pollo | <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"/> |

79a. SI USTED COME LOS ALIMENTOS listados anteriormente, ¿cuáles de estas cosas contienen? Marque todas las opciones que correspondan.

- ☐ Carne (incluyendo cerdo, res o cordero)
☐ Aves (incluyendo pavo o pollo)

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 80. Estofado de pescado o seafood gumbo, paella | <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"/> |
| 81. Ensalada de pollo, ensalada de atún, ensalada de huevo | <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"/> |
| 82. Ensalada de pasta, ensalada de macarrones, ensalada de papa, cole slaw | <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"/> |

CARNES Y AVES (no incluya carnes como parte de los platillos mixtos anteriores)

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 83. Hamburguesa, hamburguesa con queso, meat loaf o pastel de carne, picadillo | <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"/> |
| 84. Filete, asado, barbecue o costillas de res, cerdo o cordero | <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"/> |
| 85. Hueso de jamón (ham hock), patas de cerdo. | <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"/> |
| 86. Jamón, perros calientes, salchichón, salami y otras tiambres | <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"/> |
| 87. Pollo o pavo asado, a la parrilla, al horno, molido o picado | <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"/> |

CARNES Y AVES (Continuación)

| Tipo de alimento | Consumo promedio durante el año pasado | | | | | | | | | | Su tamaño de porción | | |
|--|--|------------------------|----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|------------------------|---------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Rara Vez o Nunca | 1 Vez Por Mes | 2-3 Veces Por Mes | 1 Vez Por Se- mana | 2 Veces Por Se- mana | 3-4 Veces Por Se- mana | 5-6 Veces Por Se- mana | 1 Vez Por Día | 2+ Veces Por Día | | pequeño | mediano | grande |
| 88. Pollo frito | <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"/> |
| 89. Hígado incluyendo hígado de pollo y otras vísceras | <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"/> |
| 90. Salsa preparada con jugo y grasa de carne o aves (gravy) | <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"/> |

PESCADOS (no incluya pescado consumido como parte de los platillos combinados de arriba)

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 91. Pescado frito o sandwich de pescado, camarones fritos, calamares | <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"/> |
| 92. Camarón, langosta, cangrejo, ostras, ostiones o mejillones (no fritos) | <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"/> |
| 93. Atún, salmón, sardinas (incluyendo sashimi o sushi) | <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"/> |
| 94. Otros pescados asados, al vapor, al horno o crudos (trucha, lenguado, hipogloso o halibut, poke, mero o grouper) | <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"/> |

POSTRES Y DULCES

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 95. Azúcar, mermeladas, jaleas, melaza en pan o cereal | <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"/> |
| 96. Helado (regular, no dietético) | <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"/> |
| 97. Yogur congelado, helado dietético o bajo en grasa, helado de agua (sherbert), helado con leche descremada | <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"/> |
| 98. Postre elaborado con tofu | <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"/> |
| 99. Donuts blancas, galletas, torta (cake), pasteles, pastelillos, Pop Tarts, postres chinos, postres mexicanos | <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"/> |

4385493354

POSTRES Y DULCES (Continuación)

| Tipo de alimento | Consumo promedio durante el año pasado | | | | | | | | | Su tamaño de porción | | |
|--|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Rara Vez o Nunca | 1 Vez Por Mes | 2-3 Veces Por Mes | 1 Vez Por Se-mana | 2 Veces Por Se-mana | 3-4 Veces Por Se-mana | 5-6 Veces Por Se-mana | 1 Vez Por Día | 2+ Veces Por Día | pequeño | mediano | grande |
| 100. Golosina de chocolate puro en barra o paquete (p.ej., barra de chocolate Hershey, M&M, Dove) | <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"/> |
| 101. Donut de chocolate, cookies, cakes, brownies or barras de chocolate mezclado (e.g., Snickers, 3 Musketeers, Butterfinger) | <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"/> |
| 102. Otras golosinas incluyendo caramelos duros con licor, otras golosinas en barras sin chocolate | <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"/> |
| 103. Pastel o pastelón (pies) | <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"/> |
| 104. Budin, pudin, natilla, flan | <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"/> |

BEBIDAS

Note: CHOICES FOR AVERAGE LAST YEAR. THE BEVERAGE SECTION BELOW IS DIFFERENT FROM THE FOOD SECTION ABOVE. Cuando conteste con respecto a la leche tenga en cuenta sólo la que bebe, no la que consume con cereales.

| Tipo de alimento | Consumo promedio durante el año pasado | | | | | | | | | Su tamaño de porción | | |
|--|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Rara Vez o Nunca | 1-3 Vez Por Mes | 1 Vez Por Se-mana | 2-4 Veces Por Se-mana | 5-6 Veces Por Se-mana | 1 Vez Por Día | 2-3 Veces Por Día | 4-5 Veces Por Día | 6+ Veces Por Día | pequeño | mediano | grande |
| 105. Leche entera | <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"/> |
| 106. Leche al 2% o crema o suero de la leche | <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"/> |
| 107. Leche descremada o leche al 1% | <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"/> |

BEBIDAS (Continuación)

| Tipo de alimento | Consumo promedio durante el año pasado | | | | | | | | | Su tamaño de porción | | |
|---|--|--------------------------|-----------------------------|---------------------------------|---------------------------------|------------------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Rara Vez o Nunca | 1-3 Vez Por Mes | 1 Vez Por Se- mana | 2-4 Veces Por Se- mana | 5-6 Veces Por Se- mana | 1 Vez Por Día | 2-3 Veces Por Día | 4-5 Veces Por Día | 6+ Veces Por Día | pequeño | mediano | grande |
| 108. Leche condensada azucarada | <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"/> |
| 109. Leche de soja (soya) | <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"/> |
| 110. Coke, Pepsi, 7-up u otras bebidas carbonatadas (no de dieta) | <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"/> |
| 111. Agua mineral endulzada (no de dieta) | <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"/> |
| 112. Coke de dieta, Pepsi de dieta, 7-up de dieta u otras bebidas carbonatadas de dieta | <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"/> |
| 113. Agua mineral sin endulzar | <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"/> |
| 114. Instant breakfast, Ensure, Slimfast | <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"/> |
| 115. Chocolate caliente | <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"/> |
| 116. Cafe latte, cafe au lait hechos con leche baja en grasa o descremada | <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"/> |

BEBIDAS (Continuación)

| Tipo de alimento | Consumo promedio durante el año pasado | | | | | | | | | Su tamaño de porción | | |
|--|--|--------------------------|-----------------------------|---------------------------------|---------------------------------|------------------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Rara Vez o Nunca | 1-3 Vez Por Mes | 1 Vez Por Se- mana | 2-4 Veces Por Se- mana | 5-6 Veces Por Se- mana | 1 Vez Por Día | 2-3 Veces Por Día | 4-5 Veces Por Día | 6+ Veces Por Día | pequeño | mediano | grande |
| 117. Cafe latte, cafe au lait hechos con leche entera | <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"/> |
| 118. Café (regular o descafeinado) sin incluir café latte, café con leche | <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"/> |
| 119. Té de hierbas | <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"/> |
| 120. Té negro o verde | <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"/> |
| 121. Leche baja en grasa o descremada con café o té | <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"/> |
| 122. Leche entera en el café o en el té | <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"/> |
| 123. Crema, half-and-half, sustituto de crema (non dairy creamer) en el café o en el té | <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"/> |
| 124. Azúcar o miel en el café o en el té (sin incluir edulcorantes o endulzantes artificiales) | <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"/> |
| 125. Vino | <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"/> |
| 126. Cerveza sin alcohol | <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"/> |
| 127. Cerveza | <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"/> |
| 128. Licor o tragos, cócteles | <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"/> |

Las preguntas que siguen nos ayudarán a conocer mejor los tipos de alimentos que come. Si nunca come la comida o el alimento por favor, marque la opción "No como este alimento".

| | No como este alimento | RARA VEZ o NUNCA | ALGUNAS VECES | SEGUIDO / SIEMPRE |
|---|-----------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| ¿Con qué frecuencia come la piel del pollo? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ¿Con qué frecuencia come la grasa de la carne? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Si come carne picada o molida ¿con qué frecuencia es con poca grasa o sin grasa (lean o extra lean)? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ¿Con qué frecuencia añade sal a la comida en la mesa? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Si come fruta fresca (no incluya naranjas o bananas) ¿Con qué frecuencia come la cáscara de la fruta? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Si come papas ¿con qué frecuencia come la cáscara de la papa? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Si come ensaladas ¿con qué frecuencia usa aderezo dietético (diet salad dressing) o la come sin aderezo (sin salad dressing)? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Si bebe jugos ¿con qué frecuencia bebe jugos fortificados con calcio? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Si bebe jugos ¿con qué frecuencia bebe jugos fortificados con vitamina C? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| No todo el pan negro o integral es 100% integral (100% whole grain). Si come pan negro o integral, ¿con qué frecuencia es 100% integral (100% whole grain)? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Continuación:

| | No como este alimento | RARA VEZ o NUNCA | ALGUNAS VECES | SEGUIDO / SIEMPRE |
|--|-----------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Si come perros calientes, bologna u otros embutidos (lunch meats) ¿con qué frecuencia son bajos en grasa (low fat)? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Si come refrigerios como chips o palomitas (popcorn) ¿con qué frecuencia los come bajos en grasa? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Si come tocino (bacon) o salchicha ¿con qué frecuencia los come bajos en grasa? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Si come queso, ¿con qué frecuencia come queso bajo en grasa ? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Si come yogur ¿con qué frecuencia lo come bajo en grasa? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Si come galletas o torta (cake) ¿con qué frecuencia las come bajas en grasa ? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Si usted come frutas frescas o toma jugo de frutas, ¿con qué frecuencia son "orgánicos" estas frutas o jugos de fruta (fruta o jugo de frutas con una etiqueta "USDA Organic", comprados localmente en una "granja de productos orgánicos" o han crecido sin pesticidas en el huerto de una casa)? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Si usted come vegetales frescos, ¿con qué frecuencia son estos vegetales "orgánicos" (vegetales con una etiqueta "USDA Organic", comprados localmente en una "granja de productos orgánicos" o han crecido sin pesticidas en el huerto de una casa)? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Si usted come frutas, jugo de frutas o vegetales orgánicos ALGUNAS VECES, CON FRECUENCIA O SIEMPRE, ¿cuánto tiempo ha estado haciéndolo?

- ☐ Más de 10 años
- ☐ 5-10 años
- ☐ 1-5 años
- ☐ Menos de 1 año

Las siguientes preguntas se refieren al uso de grasa en la cocina. Si otra persona se encarga de cocinar en su casa, le pedimos que conteste las preguntas lo mejor que pueda.

| | Uso Promedio Durante El Año Pasado | | | | | | | | |
|---|------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Menos de una vez por semana | 1-2 veces por semana | 3-4 veces por semana | 5-6 veces por semana | 1 vez por día | 1½ veces por día | 2 veces por día | 3 veces por día | 4+ veces por día |
| ¿Con qué frecuencia se utiliza grasa o aceite para cocinar los alimentos que come? Por ejemplo, para sofreír, saltear o freír huevos, carnes o vegetales? | <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"/> |

¿Qué tipo de grasa o aceite se utiliza normalmente para cocinar? (Puede seleccionar dos tipos de grasa o aceite que se usen para sofreír, saltear o freír los alimentos)

- | | |
|---|--|
| <input type="radio"/> No sé | <input type="radio"/> Pam o sin aceite |
| <input type="radio"/> Margarina blanda (de bote o líquida) | <input type="radio"/> Aceite de oliva |
| <input type="radio"/> Margarina dura o manteca vegetal (shortening) | <input type="radio"/> Aceite de canola |
| <input type="radio"/> Mantequilla | <input type="radio"/> Aceite de coco |
| <input type="radio"/> Manteca (lard), grasa de cerdo, grasa de tocino o panceta, grasa de hamburguesa | <input type="radio"/> Otro tipo de aceite (como vegetal, de maíz, de ajonjolí (sesame), girasol o cártamo) |

Si come frijoles refritos o frijoles pinto, ¿qué tipo de aceite o grasa utiliza para cocinar sus frijoles? (Puede seleccionar dos tipos)

- | | |
|--|--|
| <input type="radio"/> No sé / no como frijoles | <input type="radio"/> Pam o sin aceite |
| <input type="radio"/> Margarina blanda (de bote o líquida) | <input type="radio"/> Aceite de oliva |
| <input type="radio"/> Margarina dura o manteca vegetal (shortening) | <input type="radio"/> Aceite de canola |
| <input type="radio"/> Mantequilla | <input type="radio"/> Aceite de coco |
| <input type="radio"/> Manteca (lard), grasa de cerdo, grasa de tocino o panceta, grasa de hamburguesas | <input type="radio"/> Otro tipo de aceite (como vegetal, de maíz, de ajonjolí (sesame), girasol o cártamo) |

¿Qué tipo de grasa utiliza normalmente en la mesa para agregar a sus vegetales, papas y otros alimentos ? (Puede seleccionar dos tipos)

- | | | |
|--|---|--|
| <input type="radio"/> No agrego grasa | <input type="radio"/> Manteca (lard), grasa de cerdo, grasa de tocino | <input type="radio"/> Otro tipo de aceite (como vegetal, de maíz, de ajonjolí (sesame), girasol o cártamo) |
| <input type="radio"/> Margarina blanda (de bote o líquida) | <input type="radio"/> Aceite de oliva | <input type="radio"/> Crema amarga |
| <input type="radio"/> Margarina dura o manteca vegetal | <input type="radio"/> Aceite de canola | |
| <input type="radio"/> Mantequilla | <input type="radio"/> Aceite de coco | |

¿Hay algún otro alimento que coma al menos una vez a la semana y que no haya visto en este cuestionario?

☐ Sí ☐ No



Enumere:

¿Hay algo más que le gustaría contarnos acerca de sus hábitos alimentarios?

☐ Sí ☐ No



Clinical Use Only:

EDITOR: Review form for completeness and consistency, complete missing items and obtain clarifications.

Comments? ☐ 1 None
☐ 2 Yes, no review needed
☐ 3 Yes, Diet Data Center review needed (questionable accuracy, etc.)

Comments/Notes:

Is review by Diet Data Center required for coding food items? ☐ No ☐ Yes

For MESA Field Center Use Only:

Form Completed:

- ☐ 1 Self at home **(returned in clinic)** ☐ 4 By telephone **(lead interview after exam)**
☐ 2 Self at home **(sent after exam)** ☐ 5 In Clinic **(interviewer administration)**
☐ 3 Self **(during exam)**

 / /

Date

Interviewer ID:

Reviewer ID:

Data Entry ID:

4028493358