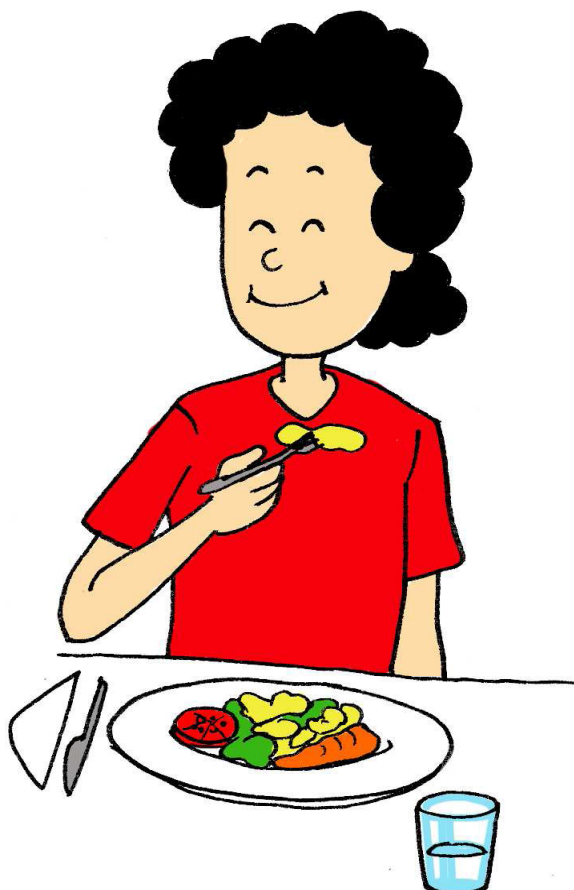


“Projecte de PREVENCIÓ DE L’OBESITAT INFANTIL en
escolars de Barcelona (POIBA)”

COM MENGEM?

Enquesta als nens i nenes de 8-9 anys

(1^a part)



C S B Consorci Sanitari
de Barcelona



Agència
de Salut Pública

Les preguntes d'aquest qüestionari tracten sobre el que mengen els nens i nenes de la teva edat. Les teves respostes ens ajudaran a saber més sobre els escolars de la ciutat de Barcelona.

Llegeix cada pregunta amb molta atenció.

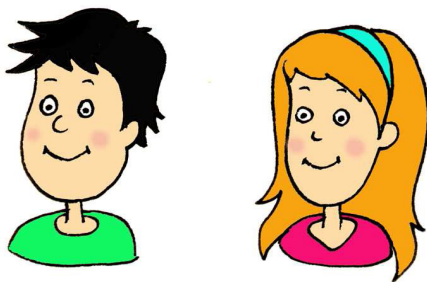
No es tracta d'un examen, no hi ha respostes bones ni dolentes. Únicament has de donar la teva opinió, per això és molt important que contestis el que tu penses, sense deixar-te influenciar per les respostes dels teus companys, ni pel que penses que agradaria als teus professors.

ID # _____

Per començar, algunes preguntes sobre tu mateix/a:

1. Ets nen o nena? Marca amb una creu:

Nen Nena



2. Quina és la teva data de naixement?

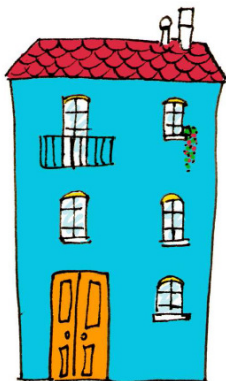
Dia: ____ Mes: _____ Any: ____

3. Quants anys tens?



_____ anys

4. Quantes persones viuen a casa teva? (Compta't a tu mateix també).



Número de persones: _____

5. Qui són les persones que viuen a casa teva? Marca les caselles corresponents a cada una de les persones que viuen a casa teva.

Mare

Pare

Àvia

Avi

La parella de la meua mare

La parella del meu pare

Mare i/o pare adoptius

Germà (germans)

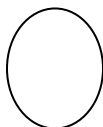
Germana (germanes)

Altres. Digues qui: _____

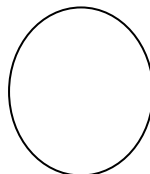
6. La teua família té cotxe, furgoneta o camió? Marca una resposta:



No



Sí, un



Sí, dos o més

7. Tens la teua pròpia habitació per a tu sol/a? Marca una resposta:

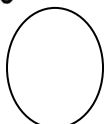
No

Sí

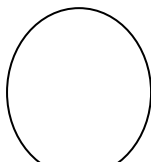
8. Durant els últims 12 mesos, quantes vegades has anat de viatge de vacances amb la teva família? Marca una resposta:



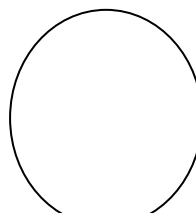
Mai



1 vegada



2 vegades

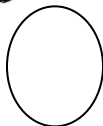


Més de 2
vegades

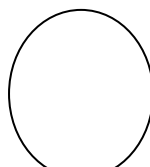
9. Quants ordinadors té la teva família? Marca una resposta:



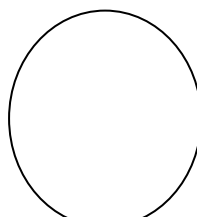
Cap



1



2

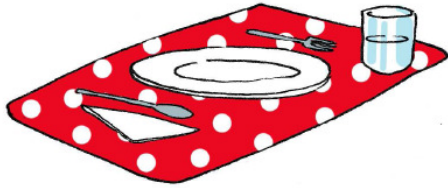


Més de 2

En les següents preguntes et demanem sobre informació relacionada amb l'alimentació. Fixa't bé com has de respondre a cada pregunta:

FREQÜÈNCIA DELS ÀPATS

10. Quins dels següents menjars fas cada dia o quasi cada dia? Pots marcar més d'una resposta:



Esmorzar abans de començar les classes (a casa o a l'escola)

Esmorzar a mig matí (hora del pati)

Dinar

Berenar

Sopar

DURANT ELS ÀPATS

11-0 Esmorzes?

Si No

Amb qui menges els dies de cada dia (de dilluns a divendres)? Pots marcar més d'una resposta:

11. Esmorzar

(abans de començar les classes, tant si esmorzes a casa com si ho fas a l'escola)

Mare

Pare

Algun germà/na

Àvia / avi

Companys d'escola

Ningú

Altres, indica qui: _____

12. Dinar



Mare

Pare

Algun germà/na

Àvia / avi

Amics

Companys de menjador

Ningú

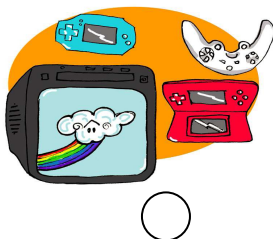
Altres, indica qui: _____

13. Sopar

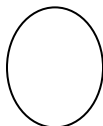


Mare
Pare
Algun germà/na
Àvia / avi
Amics
Ningú
Altres, indica qui: _____

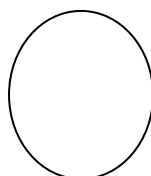
14. Durant el SOPAR, mires la televisió o estàs davant d'alguna pantalla? (ordinador, Nintendo®, PlayStation®, Xbox®, GameBoy®, Nintendo DS®, etc.). Marca una resposta:



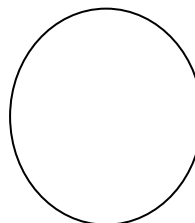
Quasi mai o
mai



A vegades



Quasi sempre



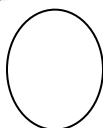
Sí, sempre

ESMORZAR

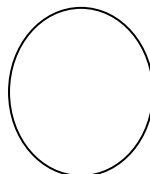
15. Et prens l'esmorzar assegut a taula abans de començar les classes? Marca una resposta:



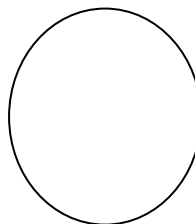
Mai o
pràcticament
mai



A vegades



Quasi cada
dia



Sí, sempre

Si a la pregunta anterior has marcat “Mai esmorzo abans de començar les classes”, passa a la pregunta 17.

16. Marca amb una creu els aliments que menges per esmorzar abans de començar les classes. Pots marcar més d'una resposta:

Llet (sola, amb cacau,...), batuts (Cacaolat®, Colacao Energy®, etc.), iogurt, Actimel®, Dan-Up®, Danonino®, etc.

Cereals

Entrepà o torrades

Pastes (galetes, croissants, ensaïmades, Donuts®, Bollycao®, magdalenes, etc.)

Peça de fruita (poma, pera, taronja, mandarines, plàtan, etc.)

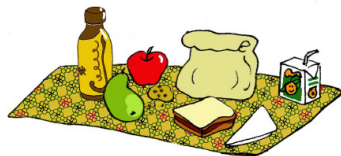
Suc de fruita

Aigua

Refrescos (Coca-cola®, Pepsi®, Fanta®, Seven up®, Sunny Delight®, Nestea®, etc).

Altres aliments, quins: _____

17. Marca amb una creu els aliments que menges per esmorzar a l'hora del pati. Pots marcar més d'una resposta:



Llet (sola, amb cacao,...), batuts (Cacaolat®, Colacao Energy®, etc.), iogurt, Actimel®, Dan-Up®, Danonino®, etc.

Cereals

Entrepà o torrades

Pastes (galetes, croissants, ensaïmades, Donuts®, Bollycao®, magdalenes, etc.)

Peça de fruita (poma, pera, taronja, mandarines, plàtan, etc.)

Suc de fruita

Aigua

Refrescos (Coca-cola®, Pepsi®, Fanta®, Seven up®, Sunny Delight®, Nestea®, etc).

Altres aliments, quins: _____

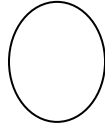
Res

AMB QUINA FREQUÈNCIA MENGES AQUESTS ALIMENTS? T'AGRADEN AQUESTS ALIMENTS?

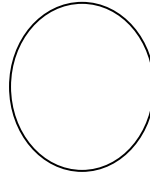
18. Acostumes a beure aigua durant els menjars (dinar, sopar, etc.)?



Quasi mai o
mai

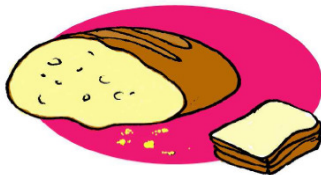


A vegades

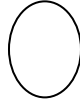


Quasi sempre
o sempre

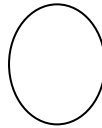
19. Quan menges pa? (pa de barra, pa de motlle com el pa Bimbo®, pita, pa àrab, *tortitas*, pa torrat, etc.). Marca una resposta:



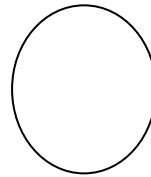
Menys d'1
vegada al mes



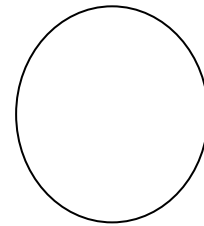
Entre 1 i 3
vegades
al mes



Entre 1 i 6
vegades a la
setmana



1 vegada
cada dia

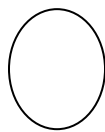


2 o més
vegades
cada dia

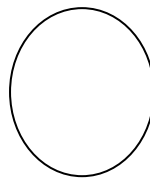
20. T'agrada el pa? Marca una resposta:



Poc o gens



No gaire



Bastant
o molt

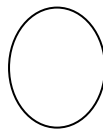
21. Quan menges patates (patates al forn o bullides), yuca o plátano macho? (No tinguis en compte aquí les patates fregides o de bossa). Marca una resposta:



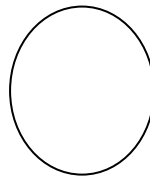
Menys d'1
vegada al mes



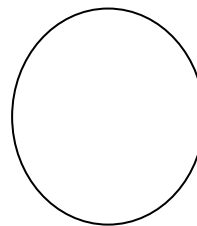
Entre 1 i 3
vegades
al mes



Entre 1 i 6
vegades a la
setmana



1 vegada
cada dia

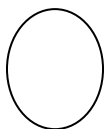


2 o més
vegades
cada dia

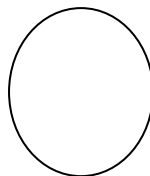
22. T'agraden les patates (patates el forn o bullides), la *yuca* i el *plátano macho*? (No tinguis en compte aquí les patates fregides o de bossa). Marca una resposta:



Poc o gens



No gaire

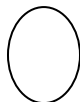


Bastant
o molt

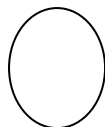
23. Quan menges arròs? Marca una resposta:



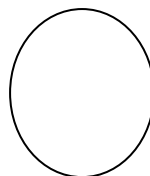
Menys d'1
vegada al mes



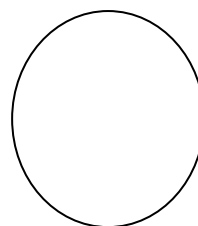
Entre 1 i 3
vegades
al mes



Entre 1 i 6
vegades a la
setmana



1 vegada
cada dia

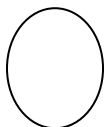


2 o més
vegades
cada dia

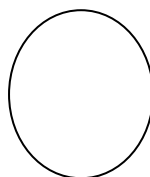
24. T'agrada l'arròs? Marca una resposta:



Poc o gens

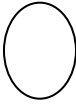
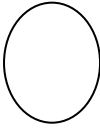
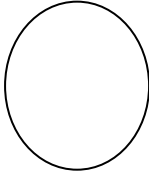
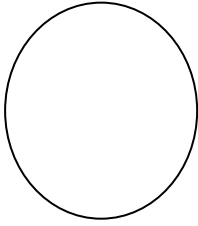


No gaire

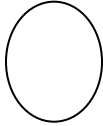
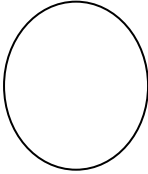


Bastant
o molt

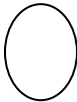
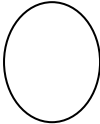
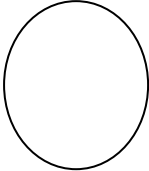
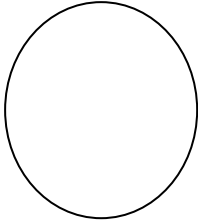
**25. Quan menges pasta? (macarrons, espaguetis, pasta en sopes, etc.).
Marca una resposta:**

				
Menys d'1 vegada al mes	Entre 1 i 3 vegades al mes	Entre 1 i 6 vegades a la setmana	1 vegada cada dia	2 o més vegades cada dia

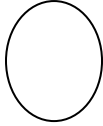
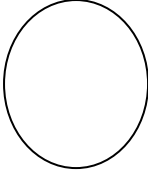
26. T'agrada la pasta? Marca una resposta:

		
Poc o gens	No gaire	Bastant o molt

**27. Quan menges cereals? (cereals de l'esmorzar, cuscús, blat de moro, etc.).
Marca una resposta:**

				
Menys d'1 vegada al mes	Entre 1 i 3 vegades al mes	Entre 1 i 6 vegades a la setmana	1 vegada cada dia	2 o més vegades cada dia

28. T'agraden els cereals? Marca una resposta:

		
Poc o gens	No gaire	Bastant o molt

29. Quan menges verdures cuites (espinacs, albergínies, bròquil, col-i-flor, mongeta tendra, etc.), verdures crues o amanides (enciam, tomàquet, pastanaga, pebrot, ceba, etc.) o verdures en purés/cremes o en truites? Marca una resposta:

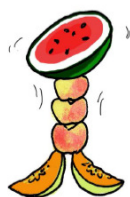


☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mai o menys d'1 vegada al mes	Entre 1 i 3 vegades al mes	Entre 1 i 3 vegades a la setmana	Entre 4 i 6 vegades a la setmana	1 vegada cada dia	2 vegades cada dia	3 o més vegades cada dia

30. T'agraden les verdures? Marca una resposta:

☐	☐	☐
Poc o gens	No gaire	Bastant o molt

31. Quan menges fruita? (poma, pera, taronja, plàtan, meló, *papaya*, dàtils, orellanes, macedònia, etc.). Marca una resposta:



☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mai o menys d'1 vegada al mes	Entre 1 i 3 vegades al mes	Entre 1 i 3 vegades a la setmana	Entre 4 i 6 vegades a la setmana	1 vegada cada dia	2 vegades cada dia	3 o més vegades cada dia

32. T'agrada la fruita? Marca una resposta:

☐ Poc o gens ☐ No gaire ☐ Bastant o molt

33. Quan beus sucs de fruita? Marca una resposta:



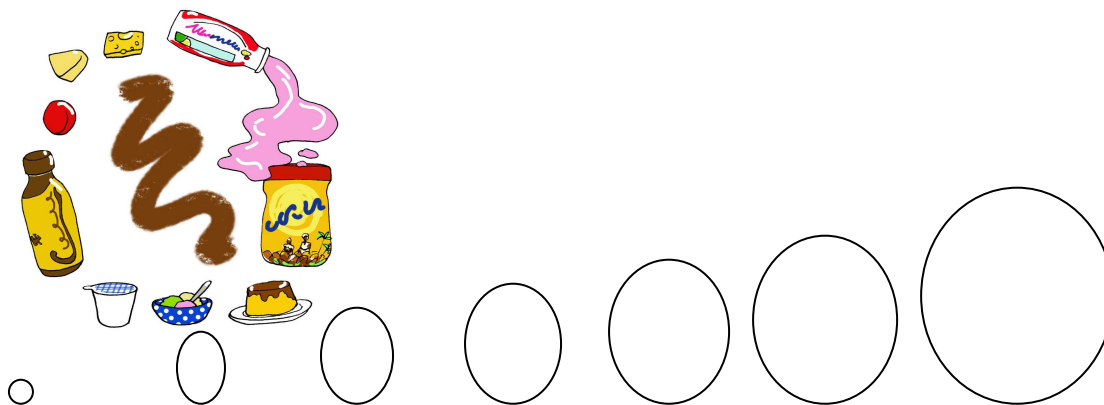
☐ Mai o menys d'1 vegada al mes ☐ Entre 1 i 3 vegades al mes ☐ Entre 1 i 3 vegades a la setmana ☐ Entre 4 i 6 vegades a la setmana ☐ 1 vegada cada dia ☐ 2 vegades cada dia ☐ 3 o més vegades cada dia

34. T'agraden els sucs de fruita? Marca una resposta:

☐ Poc o gens ☐ No gaire ☐ Bastant o molt

35. Quan menges productes làctics? Llet sola, llet amb cacau, llet amb cereals, batuts (Cacaolat®, Colacao Energy®, etc.), iogurt, Danonino®, Actimel®, Dan-Up®, formatge (Babybel®, Vaca que ríe®, formatge rallat, etc.), etc.

Marca una resposta:



Mai o
menys d'1
vegada al
mes

Entre
1 i 3
vegades al
mes

Entre
1 i 3
vegades a
la setmana

Entre
4 i 6
vegades a
la setmana

1 vegada
cada dia

2 vegades
cada dia

3 o més
vegades
cada dia

36. T'agraden els productes làctics? Marca una resposta:

Poc o gens

No gaire

Bastant
o molt

37. Quan menges llegums? (mongetes blanques, llenties, cigrons, pèsols, faves, frijoles, dhal, etc.). Marca una resposta:



Mai o menys
d'1 vegada al
mes

Entre
1 i 3 vegades al
mes

1 vegada
a la setmana

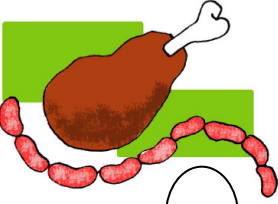
2 vegades
a la setmana

3 o més
vegades
a la setmana

38. T'agraden els llegums? Marca una resposta:

☐ Poc o gens ☐ No gaire ☐ Bastant o molt

39. Quan menges carn? (pollastre, gall d'indi, conill, porc, vedella, salsitxes, hamburgueses, pernil dolç, pernil salat etc.). Marca una resposta:

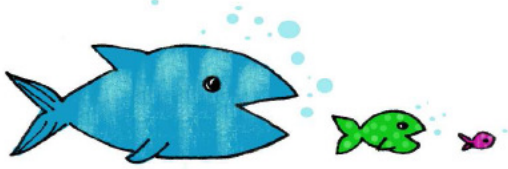


☐ Mai o menys d'1 vegada al mes ☐ Entre 1 i 3 vegades al mes ☐ 1 vegada a la setmana ☐ 2 vegades a la setmana ☐ 3 o més vegades a la setmana

40. T'agrada la carn? Marca una resposta:

☐ Poc o gens ☐ No gaire ☐ Bastant o molt

41. Quan menges peix? (lluç, bacallà, sardines, gambes, salmó, sèpia, anxoves, llauna de tonyina, llauna de sardina, etc.). Marca una resposta:

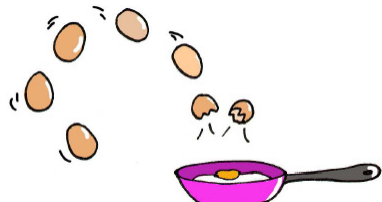


☐ Mai o menys d'1 vegada al mes ☐ Entre 1 i 3 vegades al mes ☐ 1 vegada a la setmana ☐ 2 vegades a la setmana ☐ 3 o més vegades a la setmana

42. T'agrada el peix? Marca una resposta:

☐ Poc o gens ☐ No gaire ☐ Bastant o molt

43. Quan menges ous? (truita, ou ferrat, ou bullit, etc.). Marca una resposta:



☐ Mai o menys d'1 vegada al mes ☐ Entre 1 i 3 vegades al mes ☐ 1 vegada a la setmana ☐ 2 vegades a la setmana ☐ 3 o més vegades a la setmana

44. T'agraden els ous? Marca una resposta:

☐ Poc o gens ☐ No gaire ☐ Bastant o molt

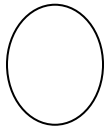
45. Quan menges fruita seca? (ametlles, avellanes, nous, pistatxos, cacauets, etc.). Marca una resposta:

☐ Mai o menys d'1 vegada al mes ☐ Entre 1 i 3 vegades al mes ☐ 1 vegada a la setmana ☐ 2 vegades a la setmana ☐ 3 o més vegades a la setmana

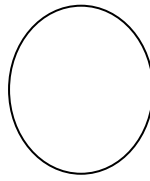
46. T'agraden els fruits secs? Marca una resposta:



Poc o gens



No gaire



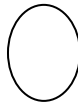
Bastant
o molt

MENGES O BEUS AQUESTS ALTRES ALIMENTS O BEGUDES?

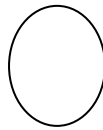
**47. Quan beus refrescs? (Coca-cola®, Fanta®, Aquarius®, Nestea®, etc.).
Marca una resposta:**



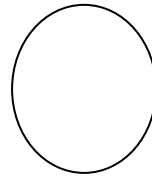
Mai o menys
d'1 vegada al
mes



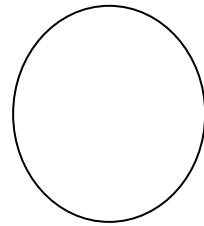
Entre
1 i 3 vegades
al mes



Entre 1 i 6
vegades a la
setmana



1 vegada
cada dia

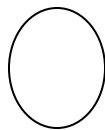


2 o més
vegades
cada dia

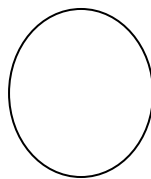
48. T'agraden els refrescs? Marca una resposta:



Poc o gens



No gaire

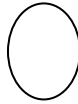


Bastant
o molt

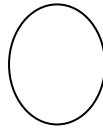
49. Quan menges patates fregides? Marca una resposta:



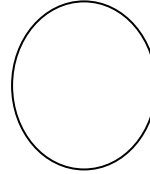
Mai o menys
d'1 vegada al
mes



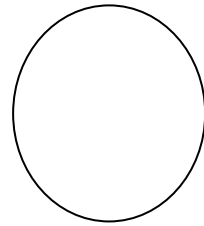
Entre
1 i 3 vegades
al mes



Entre 1 i 6
vegades a la
setmana



1 vegada
cada dia

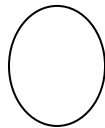


2 o més
vegades
cada dia

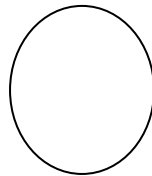
50. T'agraden les patates fregides?



Poc o gens



No gaire

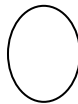


Bastant
o molt

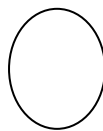
51. Quan menges patates de bossa, ganxets, crispets de bossa, boca bits, doritos, etc.? Marca una resposta:



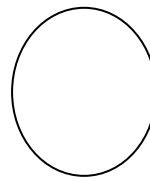
Mai o menys
d'1 vegada al
mes



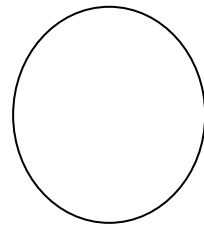
Entre
1 i 3 vegades
al mes



Entre 1 i 6
vegades a la
setmana



1 vegada
cada dia

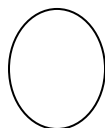


2 o més
vegades
cada dia

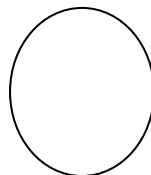
52. T'agraden les patates de bossa, les crispets de bossa, els boca bits, els doritos, etc? Marca una resposta:



Poc o gens

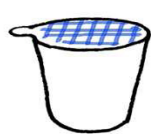


No gaire



Bastant
o molt

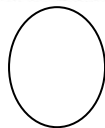
53. Quan menges postres làctiques (flam, natilles, crema catalana, gelats de llet, etc.)? Marca una resposta:



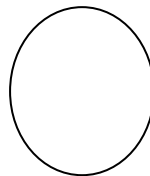
Mai o menys
d'1 vegada al
mes



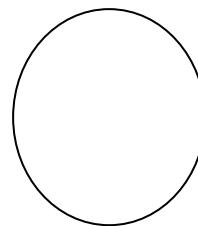
Entre
1 i 3 vegades
al mes



Entre 1 i 6
vegades a la
setmana



1 vegada
cada dia

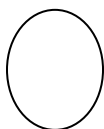


2 o més
vegades
cada dia

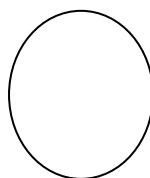
54. T'agraden les postres làctiques? Marca una resposta:



Poc o gens



No gaire



Bastant
o molt

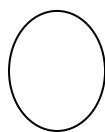
55. Quan menges brioixeria o pastissos? (galletes, croissants, ensaïmades, Donuts®, Bollycao®, magdalenes, pa de llet, etc.). Marca una resposta:



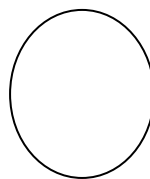
Mai o menys
d'1 vegada al
mes



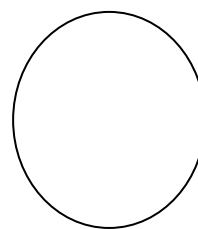
Entre
1 i 3 vegades
al mes



Entre 1 i 6
vegades a la
setmana



1 vegada
cada dia

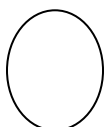


2 o més
vegades
cada dia

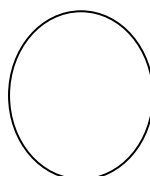
56. T'agrada la brioixeria? Marca una resposta:



Poc o gens



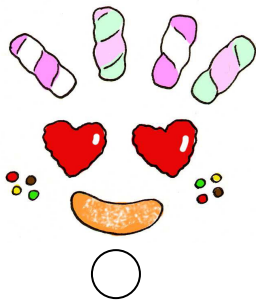
No gaire



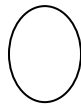
Bastant
o molt

57. Quan menges dolços? Caramels, xiclets, gominol·les, xocolata (bombons, Nocilla®, etc.), polos de gel, flig-flags, etc.

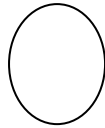
Marca una resposta:



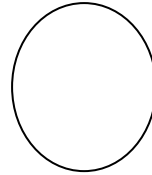
Mai o menys
d'1 vegada al
mes



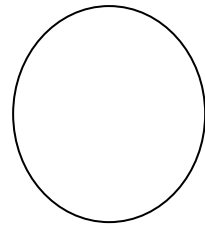
Entre
1 i 3 vegades
al mes



1 vegada
a la setmana



2 vegades
a la setmana

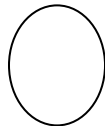


3 o més
vegades
a la setmana

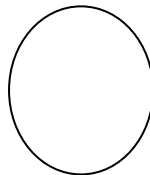
58. T'agraden els dolços? Marca una resposta:



Poc o gens

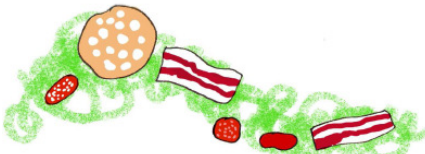


No gaire

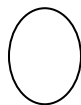


Bastant
o molt

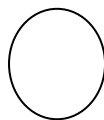
59. Quan menges embotits? (fuet, llonganissa, salami, mortadel·la, bacó, etc.). No tinguis en compte aquí el pernil dolç o el pernil salat. Marca una resposta:



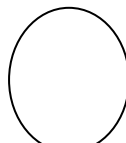
Mai o menys
d'1 vegada al
mes



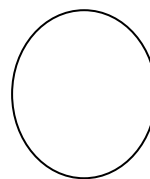
Entre
1 i 3 vegades
al mes



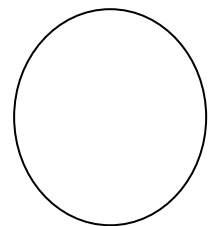
1 vegada
a la setmana



2 vegades
a la setmana



De 3 a 6
vegades
a la setmana

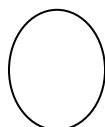


Cada dia

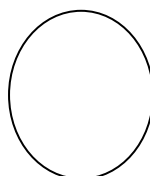
60. T'agraden els embotits? Marca una resposta:



Poc o gens



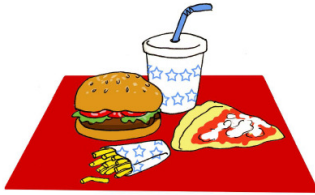
No gaire



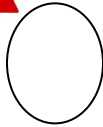
Bastant
o molt

MENGES FORA DE CASA?

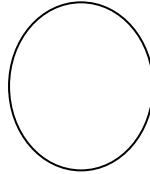
61. Quan vas a un establiment de menjar ràpid? (McDonalds®, Burger King®, Kentucky®, Telepizza®, doner kebab, frankfurt, etc.) Marca una resposta:



Mai



A vegades

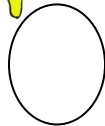


1 o més
vegades a la
setmana

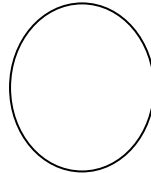
62. Quan vas a menjar a un restaurant? No tinguis en compte els
establiments de menjar ràpid.
Marca una resposta:



Mai



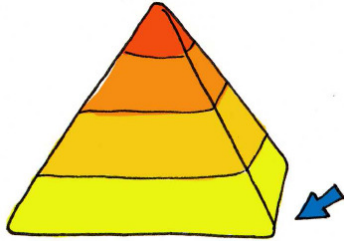
A vegades



1 o més
vegades a la
setmana

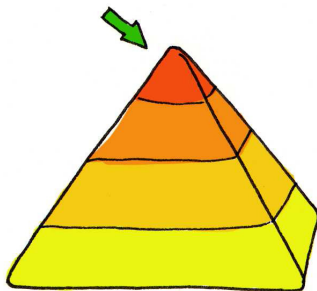
QUÈ EN SAPS SOBRE ELS SEGÜENTS ALIMENTS...

63. De tots aquests grups d'aliments, de quin grup n'has de menjar més racions cada dia? Marca una resposta:



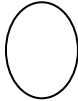
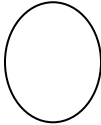
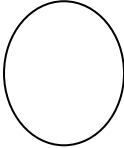
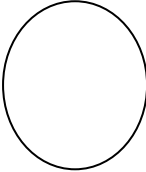
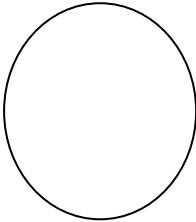
- Pa, cereals, arròs, pasta
- Productes làctics (llet, formatge, iogurt, etc.)
- Brioixeria (galetes, croissants, etc.), laminadures
- Fruïtes
- Carn, peix, ous, fruits secs
- Verdures
- No ho sé

64. De tots aquests grups d'aliments, de quin grup n'has de menjar menys racions cada dia? Marca una resposta:



- Pa, cereals, arròs, pasta
- Productes làctics (llet, formatge, iogurt, etc.)
- Brioixeria (galetes, croissants, etc.), laminadures
- Fruïtes
- Carn, peix, ous, fruits secs
- Verdures
- No ho sé

65. Quantes vegades al dia has de menjar fruites i verdures? Marca una resposta:

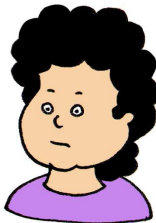
						
Cap vegada	1 vegada	2 vegades	3 vegades	4 vegades	5 vegades	No ho sé

66. El que menges pot fer que tinguis una malaltia quan siguis més gran (del cor, càncer, etc.)? Marca una resposta:



Sí
No
No ho sé

67. La gent que pesa més del que hauria de pesar pot tenir més problemes de salut que altres persones? Marca una resposta:



Sí
No
No ho sé

QUÈ EN PENSES SOBRE LES SEGÜENTS FRASES?

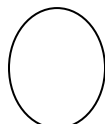
68. Els aliments que estic menjant i bevent aquests dies són bons per la meva salut. Marca una resposta:

Sí, sempre
Sí, a vegades
No

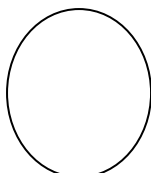
69. Quan et saltes l'esmorzar se't fa més difícil seguir bé les classes i entendre el que t'expliquen? Marca una resposta:



Quasi mai o mai



A vegades

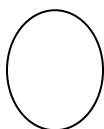


Quasi sempre o sempre

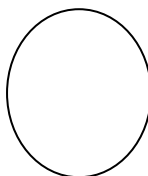
70. T'agrada provar nous aliments? Marca una resposta:



Quasi mai o mai



A vegades

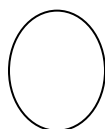


Quasi sempre o sempre

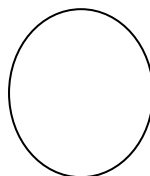
71. Dines a l'escola?:



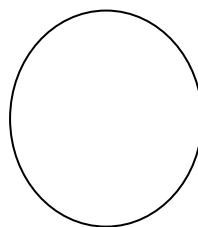
Cada dia



Fixe algun dia de la setmana



Alguna vegada



Mai

72. Situacions especials. Marca una resposta si és el teu cas, sinó deixa-ho en blanc:

Sóc vegetarià/na

Al·lèrgia al gluten

Al·lèrgia a la lactosa

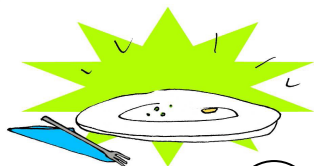
Al·lèrgia als fruits secs

Diabetis

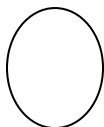
Altres, especificar: _____

Si menges a l'escola, contesta a les 3 preguntes següents. Si no menges a l'escola deixa en blanc les preguntes 73, 74 i 75, i has acabat l'enquesta.

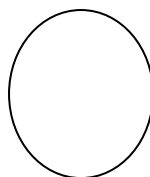
73. T'acabes el dinar que serveixen a l'escola? Marca una resposta:



Quasi mai o
mai



A vegades

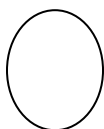


Quasi sempre
o sempre

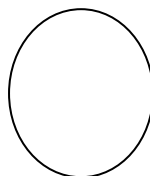
74. El dinar que serveixen a l'escola és bo pel teu cos? Marca una resposta:



Quasi mai o
mai

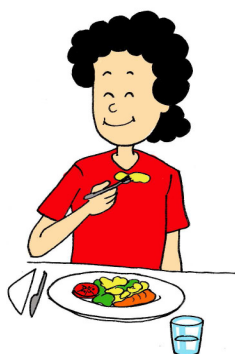


A vegades

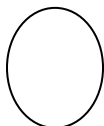


Quasi sempre
o sempre

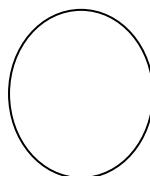
75. T'agrada el dinar que serveixen a l'escola? Marca una resposta:



Quasi mai o
mai



A vegades



Quasi sempre
o sempre

MOLTES GRÀCIES PER LA TEVA AJUDA !