



# Mini ECCA

Mini Encuesta de Calidad de Consumo Alimentario



1. ¿Bebe, por lo menos, 1.5 litro de **agua natural** al día?



SI

1  
2.5

6

NO



2. ¿Consume por lo menos, 200g de **verduras** cocidas o crudas al día?

---



SI



NO

---



3. ¿Consume **pescado fresco o congelado (100g)** por lo menos, un día por semana?

---



SI



NO

---



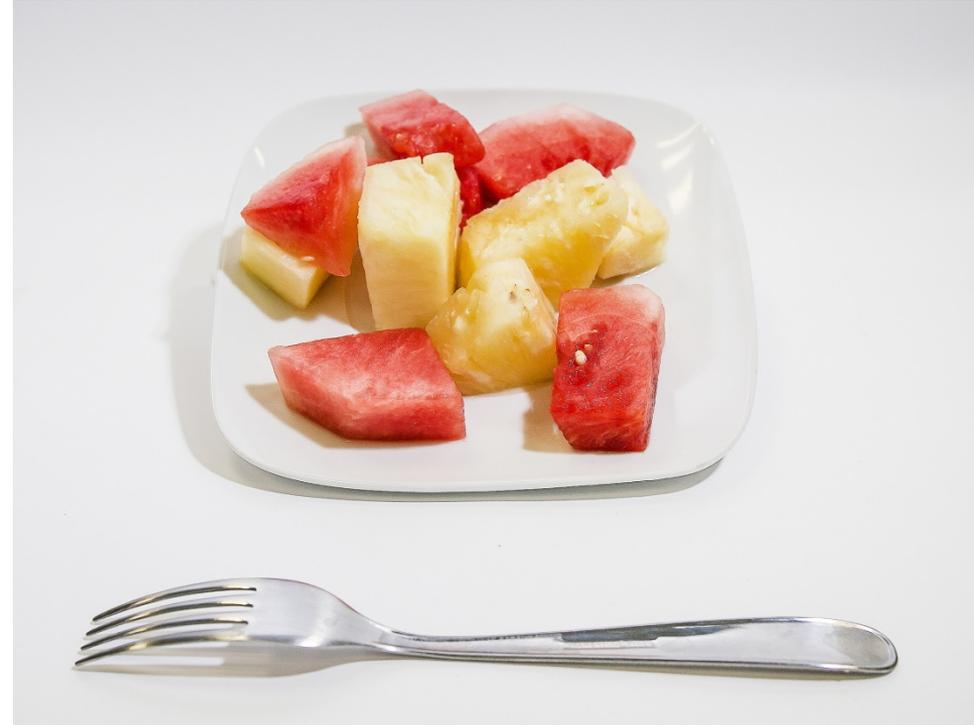


5. ¿Consume por lo menos, 200g de **frutas** al día?

---



SI



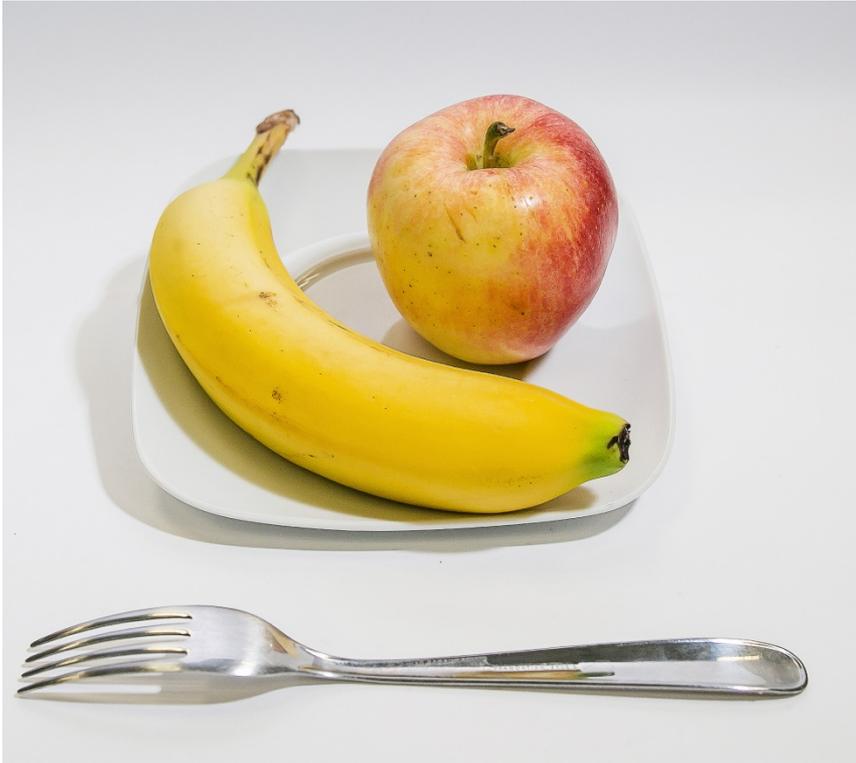
NO

---



5. ¿Consume por lo menos, 200g de **frutas** al día?

---



SI



NO

---



# 6. ¿Cuál es la **grasa** que consume con mayor frecuencia en la semana?



A



B



C

No sé



7. ¿Consume **alimentos no preparados** en casa, 3 ó más días por semana?

---



SI

NO

---

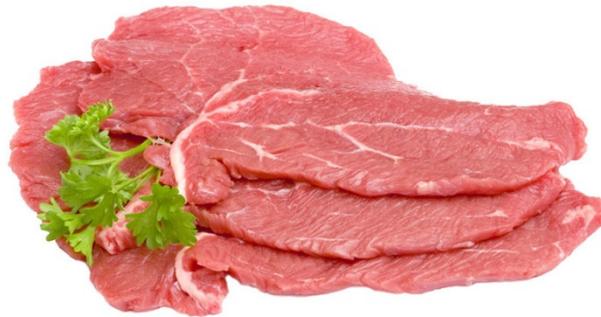


# 8. ¿Qué tipo de carne consume con mayor frecuencia?

---



A



B



C

No sé

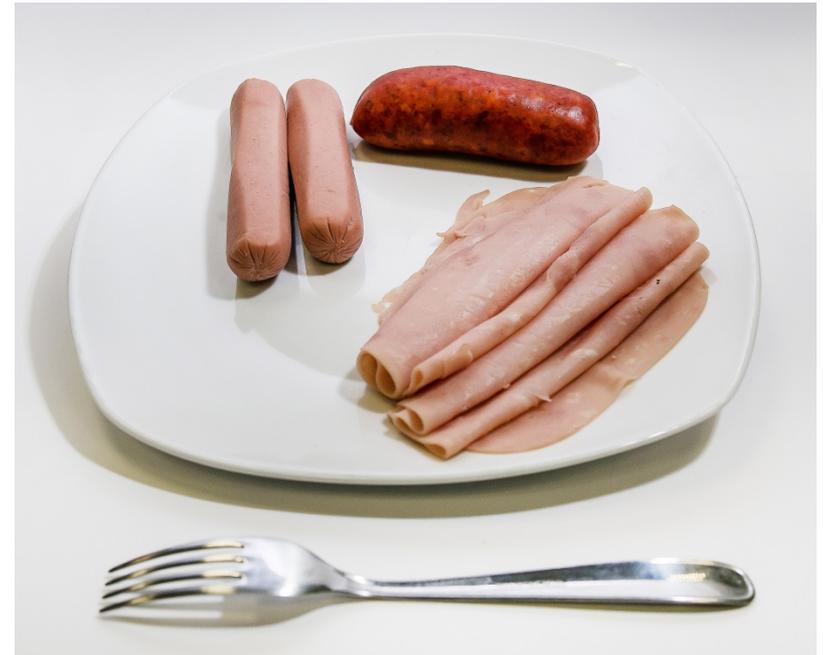
---



9. ¿Consume alimentos procesados (frituras, embutidos, platillos empaquetados listos para calentar y servir) 2 ó más días por semana?



SI



NO



# 10. ¿Consume **dulces o postres comerciales** 2 ó más días por semana?



SI

NO



11. ¿Consume **leguminosas** por lo menos, 3 días a la semana (300g a la semana)?

---



SI

NO

---



