



**INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA**  
**ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN DE MEDIO CAMINO 2016**  
**CUESTIONARIO DE PERCEPCIONES DE LA POBLACIÓN RESPECTO AL DAÑO A LA SALUD**  
**POR LA OBESIDAD PARA ADULTOS DE 20 A 59 AÑOS DE EDAD**

Lea el siguiente encabezado: A continuación le voy a hacer algunas preguntas para conocer su opinión sobre alimentación, actividad física y su relación con la salud.

No.	PREGUNTA	OPCIONES DE RESPUESTA	
<b>Para las siguientes preguntas, por favor responda SÍ o NO</b>			
1	¿Considera que es usted una persona físicamente activa?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">perc101</div> <input style="width: 30px; height: 15px; margin-left: 10px;" type="text"/>
2	¿Actualmente hace actividad física como caminar, subir y bajar escaleras, trotar, correr, andar en bicicleta o nadar, entre otras?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block; width: 150px; height: 20px; margin-left: 10px;">           SÍ= PASE A PREGUNTA 4.            NO= PASE A PREGUNTA 3            Y LUEGO A PREGUNTA 6.         </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block; margin-left: 10px;">perc102</div> <input style="width: 30px; height: 15px; margin-left: 10px;" type="text"/>
3	Actualmente no hace actividad física, ¿pero tiene la intención de hacerla dentro de los siguientes seis meses?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">perc103</div> <input style="width: 30px; height: 15px; margin-left: 10px;" type="text"/>
4	¿Actualmente hace actividad física en forma regular, es decir por lo menos 30 minutos al día, de tres a cinco días por semana?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">perc104</div> <input style="width: 30px; height: 15px; margin-left: 10px;" type="text"/>
5	¿Ha estado haciendo actividad física en forma regular los últimos seis meses?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">perc105</div> <input style="width: 30px; height: 15px; margin-left: 10px;" type="text"/>
6	En años pasados, digamos dos años atrás ¿ha hecho actividad física en forma regular, al menos por tres meses seguidos?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">perc106</div> <input style="width: 30px; height: 15px; margin-left: 10px;" type="text"/>
7	¿Considera que su alimentación es saludable?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">perc107</div> <input style="width: 30px; height: 15px; margin-left: 10px;" type="text"/>

8	¿Actualmente come frutas y verduras?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	SÍ= PASE A PREGUNTA 10. NO= PASE A PREGUNTA 9 Y LUEGO A PREGUNTA 12.	perc108
9	Actualmente no consume frutas y verduras, ¿pero tiene la intención de hacerlo dentro de los siguientes seis meses?	3) Si 4) No 89) No sabe 99) No responde	perc109	perc109
10	¿Actualmente come por lo menos cinco frutas o verduras al día?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc110	perc110
11	¿Ha estado comiendo por lo menos cinco frutas o verduras al día en los últimos seis meses?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc111	perc111
12	En años pasados, digamos dos años atrás ¿ha consumido por lo menos cinco frutas o verduras al día, al menos por tres meses seguidos?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc112	perc112

**De los siguientes beneficios de comer saludablemente y hacer actividad física...**

13	Dígame ¿cuál considera que es el más importante para usted?	1) Sentirse bien física y emocionalmente 2) Evitar enfermedades 3) Rendir más en sus actividades diarias 4) Disminuir gastos en médicos y medicinas 88) No sabe 99) No responde	<p><b>IMPORTANTE:</b></p> <p>LEER EL NÚMERO Y EL BENEFICIO PERMITIR SOLAMENTE UNA OPCIÓN</p>	perc113
----	---	--	--	---------

**A continuación le voy a leer algunas recomendaciones sobre alimentación y actividad física. Por favor dígame si se siente “MUY CAPAZ”, “CAPAZ”, “POCO CAPAZ” O “NADA CAPAZ” de llevarlas a cabo.**

**¿Qué tan capaz se siente de...?**

14	...comer por lo menos cinco frutas o verduras al día.	1) Muy capaz 2) Capaz 3) Poco capaz 4) Nada capaz 88) No sabe 99) No responde	perc114	perc114
----	---	--	---------	---------

15	...consumir uno o menos vasos a la semana de bebidas azucaradas industrializadas y caseras como refrescos, jugos, néctares y aguas saborizadas.	1) Muy capaz 2) Capaz 3) Poco capaz 4) Nada capaz 88) No sabe 99) No responde	perc115	__
16	...realizar por lo menos 30 minutos de actividad física al día como caminar, subir y bajar escaleras, trotar, correr, andar en bicicleta o nadar entre otras.	1) Muy capaz 2) Capaz 3) Poco capaz 4) Nada capaz 88) No sabe 99) No responde	perc116	__
<b>De los siguientes factores dígame cuáles considera que LE PUEDEN IMPEDIR realizar actividad física. Responda SÍ o NO</b>				
17	La preferencia por actividades como ver televisión, usar la computadora o leer, entre otras.	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc117	__
18	La falta de espacios adecuados y seguros.	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc118	__
19	La falta de tiempo.	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc119	__
20	La falta de actividad física en su familia.	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc120	__
21	El desagrado por hacer actividad física.	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc121	__
22	El tener problemas de salud (incluyendo alguna	1) Si 2) No 88) No sabe	perc122	__

	discapacidad).	99) No responde	
23	La falta de motivación.	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc123  __
<b>De los siguientes factores dígame cuáles considera que le PUEDEN IMPEDIR llevar una alimentación saludable. Responda "SÍ" o "NO".</b>			
24	El desagrado por el sabor de las verduras.	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc124  __
25	La falta de conocimientos para preparar alimentos saludables.	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc125  __
26	La falta de una alimentación saludable en su familia.	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc126  __
27	La preferencia por consumir bebidas azucaradas, pastelillos, dulces y botanas como papitas y frituras.	1) Si 2) No 89) No sabe 99) No responde	perc127  __
28	La falta de tiempo para preparar o consumir alimentos saludables.	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc128  __
29	La falta de dinero para comprar verduras y frutas.	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc129  __
30	La falta de motivación.	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc130  __

Por favor, dígame...			
31	¿Con qué frecuencia acostumbra tomar bebidas azucaradas? <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <b>IMPORTANTE:</b>  <b>LEA LAS OPCIONES DE RESPUESTA</b> </div>	1) Menos de una vez al mes o nunca 2) Una a tres veces por mes 3) Varias veces a la semana 4) Diariamente 88) No sabe 99) No responde	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">perc131</div> <input style="width: 30px; height: 20px; margin-left: 10px;" type="text"/>
Ahora dígame si... ¿...en los DOS ÚLTIMOS AÑOS usted considera que...? (Para toda la sección lea las opciones de respuesta)			
32	... su consumo de bebidas azucaradas industrializadas y caseras...	1) Disminuyó 2) Es el mismo 3) Incrementó 88) No sabe 99) No responde	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">perc132</div> <input style="width: 30px; height: 20px; margin-left: 10px;" type="text"/>
33	... su consumo de agua pura...	1) Disminuyó 2) Es el mismo 3) Incrementó 88) No sabe 99) No responde	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">perc133</div> <input style="width: 30px; height: 20px; margin-left: 10px;" type="text"/>
34	... el costo de las bebidas azucaradas industrializadas...	1) Disminuyó 2) Se mantuvo 3) Incrementó 88) No sabe 99) No responde	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">perc134</div> <input style="width: 30px; height: 20px; margin-left: 10px;" type="text"/>
35	...el número de campañas y mensajes sobre el daño para la salud de tomar muchas bebidas azucaradas...	1) Disminuyó 2) Se mantuvo 3) Incrementó 88) No sabe 99) No responde	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">perc135</div> <input style="width: 30px; height: 20px; margin-left: 10px;" type="text"/>
36	...el consumo de bebidas azucaradas en los niños del hogar...	1) Disminuyó 2) Se mantuvo 3) Incrementó 4) No aplica (en caso de que no haya niños) 88) No sabe 99) No responde	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">perc136</div> <input style="width: 30px; height: 20px; margin-left: 10px;" type="text"/>
De las siguientes afirmaciones por favor dígame si está "TOTALMENTE DE ACUERDO", "DE ACUERDO", "EN DESACUERDO" O "TOTALMENTE EN DESACUERDO":			
37	El sabor de las bebidas azucaradas le gusta	1) Totalmente de acuerdo 2) De acuerdo 3) En desacuerdo 4) Totalmente en desacuerdo	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">perc137</div> <input style="width: 30px; height: 20px; margin-left: 10px;" type="text"/>

		88) No sabe 99) No responde	
38	Piensa que las bebidas azucaradas son saludables	1) Totalmente de acuerdo 2) De acuerdo 3) En desacuerdo 4) Totalmente en desacuerdo 88) No sabe 99) No responde	perc138  __
39	Puede beber agua pura de forma gratuita o a bajo costo en su comunidad	1) Totalmente de acuerdo 2) De acuerdo 3) En desacuerdo 4) Totalmente en desacuerdo 88) No sabe 99) No responde	perc139  __

**A continuación le voy a pedir que para las siguientes preguntas responda con SÍ o NO.**

**Por favor, dígame si considera que el consumir bebidas azucaradas favorece el desarrollo de:**

40	Presión alta	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc140  __
41	Obesidad	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc141  __
42	Diabetes (también conocida como azúcar alta en sangre)	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc142  __
43	Caries dental	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc143  __

**Ahora le voy a hacer unas preguntas para conocer su opinión sobre la obesidad (Para toda la sección lea las opciones de respuesta)**

**Por favor, dígame ¿qué tan grave considera que es...?**

44	... el tener obesidad	1) Muy grave 2) Grave 3) Poco grave	perc144  __
----	-----------------------	---	-------------

		4) Nada grave 88) No sabe 99) No responde	
45	...el problema de la obesidad en México	1) Muy grave 2) Grave 3) Poco grave 4) Nada grave 88) No sabe 99) No responde	perc145  __

**Ahora dígame por favor... (Para toda la sección lea las opciones de respuesta)**

46	De las siguientes opciones que le diré, ¿cómo considera que es su peso actualmente?	1) Bajo peso 2) Peso normal 3) Sobrepeso 4) Obesidad  88) No sabe 99) No responde	perc146  <b>SI RESPONDE LA OPCIÓN 4) OBESIDAD, PASE A LA PREGUNTA 48. RECUERDE LEER EL ENCABEZADO DE LA PREGUNTA.</b>
47	¿Qué tan probable es que usted desarrolle obesidad en los próximos 5 años?	1) Muy probable 2) Probable 3) Poco probable 4) Nada probable 88) No sabe 99) No responde	perc147  __

**Por favor dígame si está “TOTALMENTE DE ACUERDO”, “DE ACUERDO”, “EN DESACUERDO” O “TOTALMENTE EN DESACUERDO”**

**La OBESIDAD es causada por ...**

48	...la herencia, como tener padres o abuelos con obesidad.	1) Totalmente de acuerdo 2) De acuerdo 3) En desacuerdo 4) Totalmente en desacuerdo 88) No sabe 99) No responde	perc148  __
49	...tomar muchas bebidas azucaradas.	1) Totalmente de acuerdo 2) De acuerdo 3) En desacuerdo 4) Totalmente en desacuerdo 88) No sabe 99) No responde	perc149  __
50	...no comer suficientes verduras y frutas.	1) Totalmente de acuerdo 2) De acuerdo	perc150  __

		3) En desacuerdo 4) Totalmente en desacuerdo 88) No sabe 99) No responde	
51	...pasar mucho tiempo haciendo actividades como ver la televisión, usar la computadora o leer, entre otras.	1) Totalmente de acuerdo 2) De acuerdo 3) En desacuerdo 4) Totalmente en desacuerdo 88) No sabe 99) No responde	perc151   <input type="checkbox"/>
52	...no realizar suficiente actividad física.	1) Totalmente de acuerdo 2) De acuerdo 3) En desacuerdo 4) Totalmente en desacuerdo 88) No sabe 99) No responde	perc152   <input type="checkbox"/>

**A continuación le voy a pedir que para las siguientes preguntas responda con SÍ o NO.**

**Por favor, dígame si considera que el tener obesidad favorece el desarrollo de:**

53	Diabetes (también conocida como azúcar alta en sangre)	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc153   <input type="checkbox"/>
54	Algunos tipos de cáncer (como cáncer de colon o cáncer de mama)	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc154   <input type="checkbox"/>
55	Dificultades para respirar y asma	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc155   <input type="checkbox"/>
56	Presión alta, enfermedades del corazón e infartos.	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc156   <input type="checkbox"/>
57	Baja autoestima y depresión	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc157   <input type="checkbox"/>

**Para las siguientes preguntas, por favor responda SÍ o NO:**



58	¿Sabía usted que desde el año de 2014 hay un impuesto sobre el precio de las bebidas azucaradas industrializadas como refrescos, jugos y aguas saborizadas?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc158	__
59	¿Considera que este impuesto está ayudando a disminuir la compra de bebidas azucaradas?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc159	__

60	¿Considera que el disminuir la compra de bebidas azucaradas puede prevenir y combatir la obesidad?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc160	__
61	¿Sabía usted que desde el año de 2010 hay una regulación sobre los alimentos y las bebidas que se venden en las escuelas?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc161	__
62	¿Considera que esta regulación en las escuelas está ayudando a prevenir y combatir la obesidad?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc162	__
63	¿Sabía usted que desde el año de 2015 hay una regulación que prohíbe la publicidad de bebidas azucaradas, dulces y botanas durante los programas de televisión infantiles, en un horario de 2:00 a 7:30 de la tarde?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc163	__
64	¿Considera que esta regulación sobre la publicidad está ayudando a prevenir y combatir la obesidad?	1) Si 2) No 88) No sabe 99) No responde	perc164	__