

ENCUESTA

TEIC



Trayectoria y Experiencia en Investigación de Campo

¿Cómo cuidas tu alimentación?



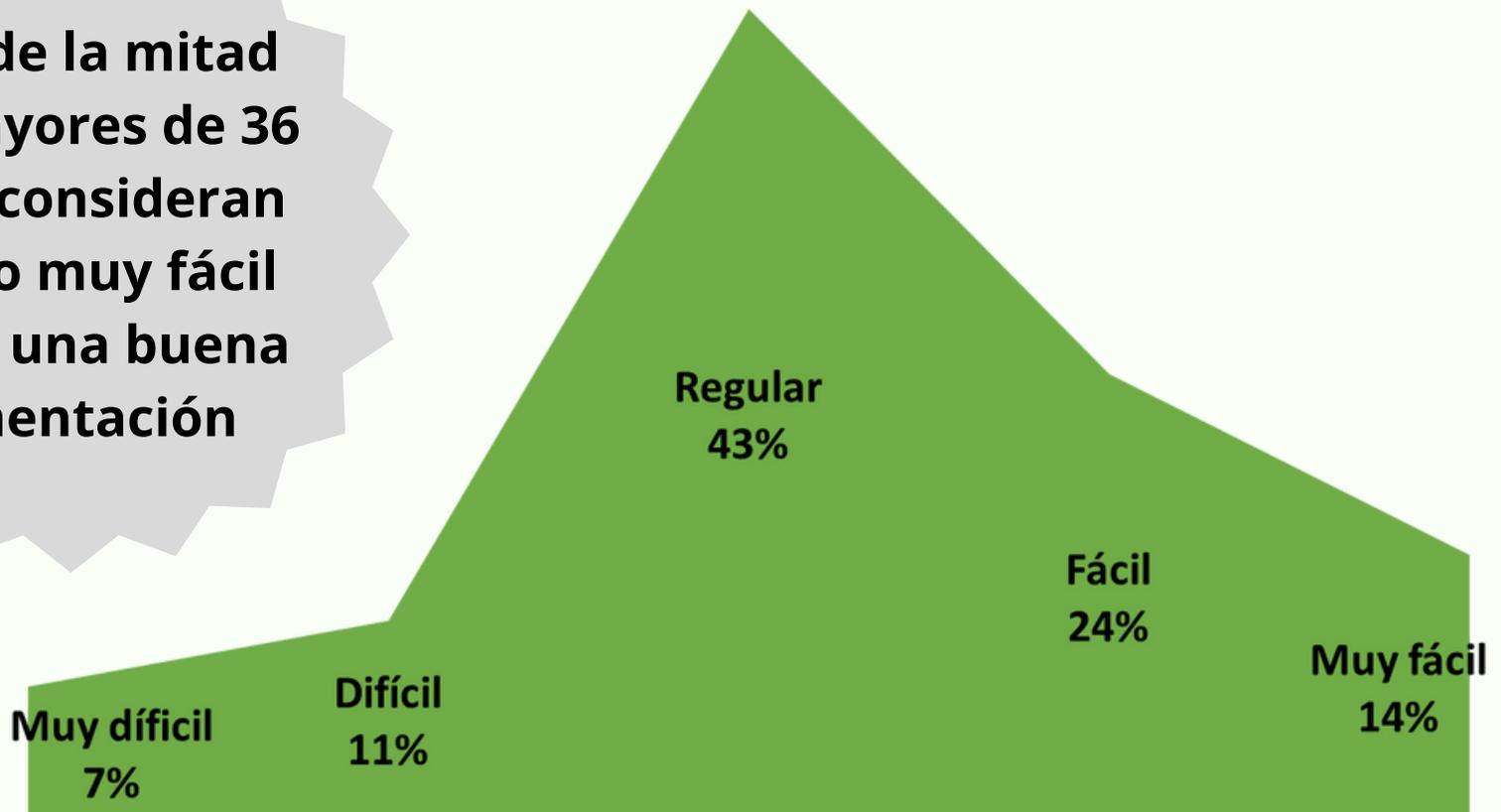
Del 1 al 5, ¿Qué tan saludable diría usted que es su alimentación diaria?

Los de 35 años y menos, 14.8% evalúan poco o nada saludable su alimentación.

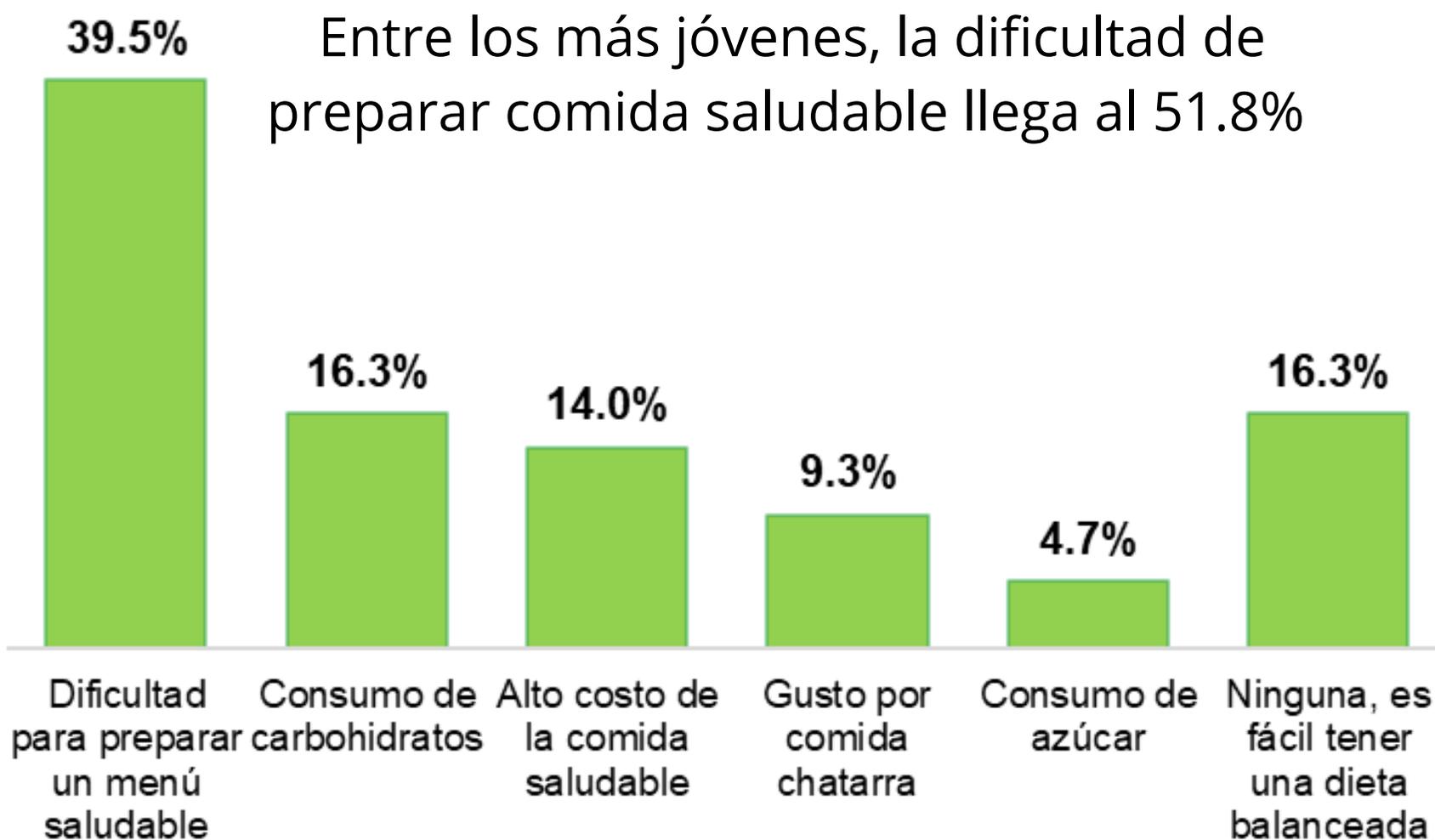


¿Qué tan fácil o difícil es para usted tener una buena alimentación? siendo 1 muy difícil y 5 muy fácil

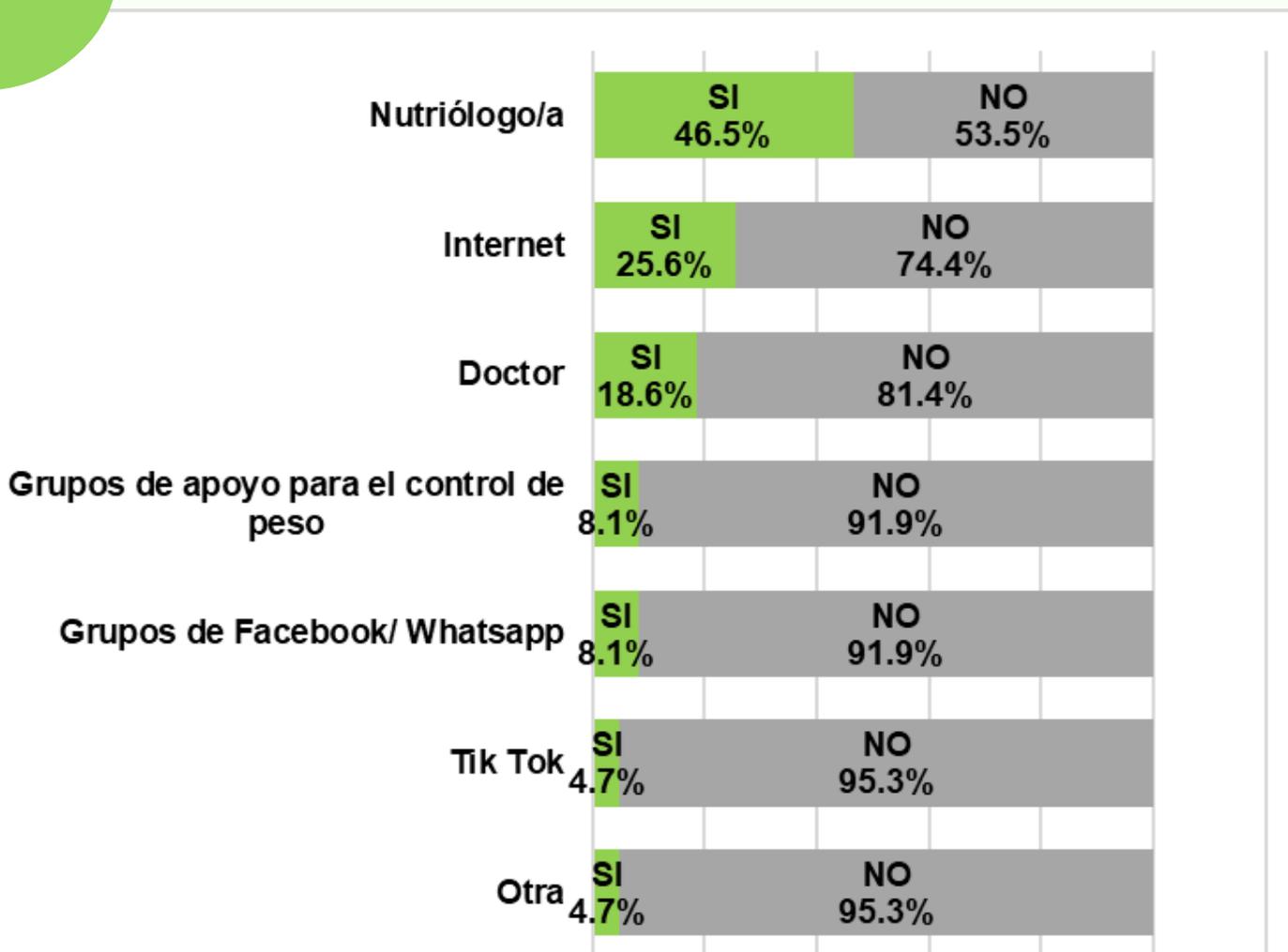
Más de la mitad de mayores de 36 años consideran fácil o muy fácil tener una buena alimentación



¿Cuál es para usted el mayor obstáculo para tener una alimentación saludable?

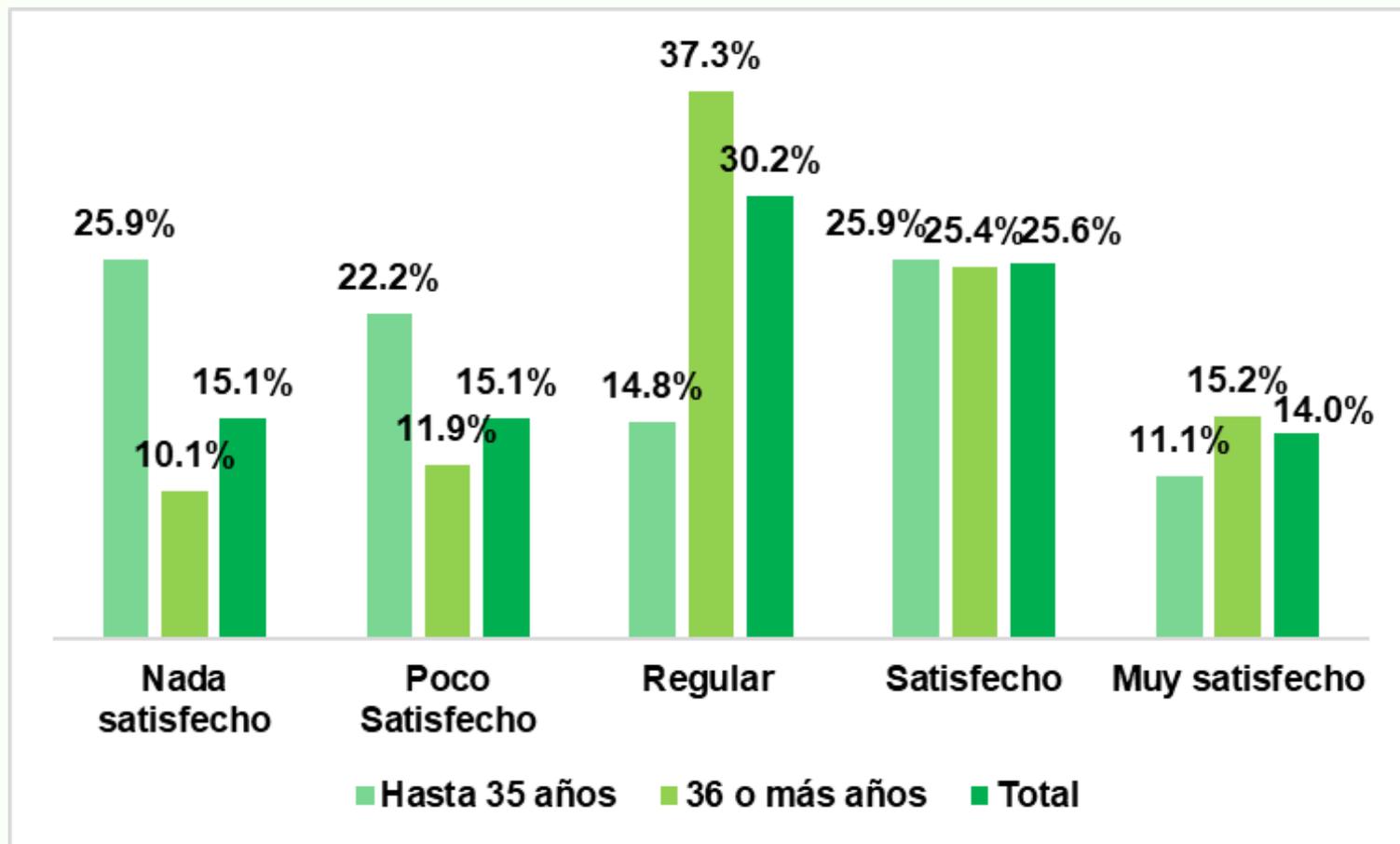


¿Cómo se informa usted sobre hábitos de alimentación saludable?



Los de menos de 35 años recurren por igual al nutriólogo y el internet

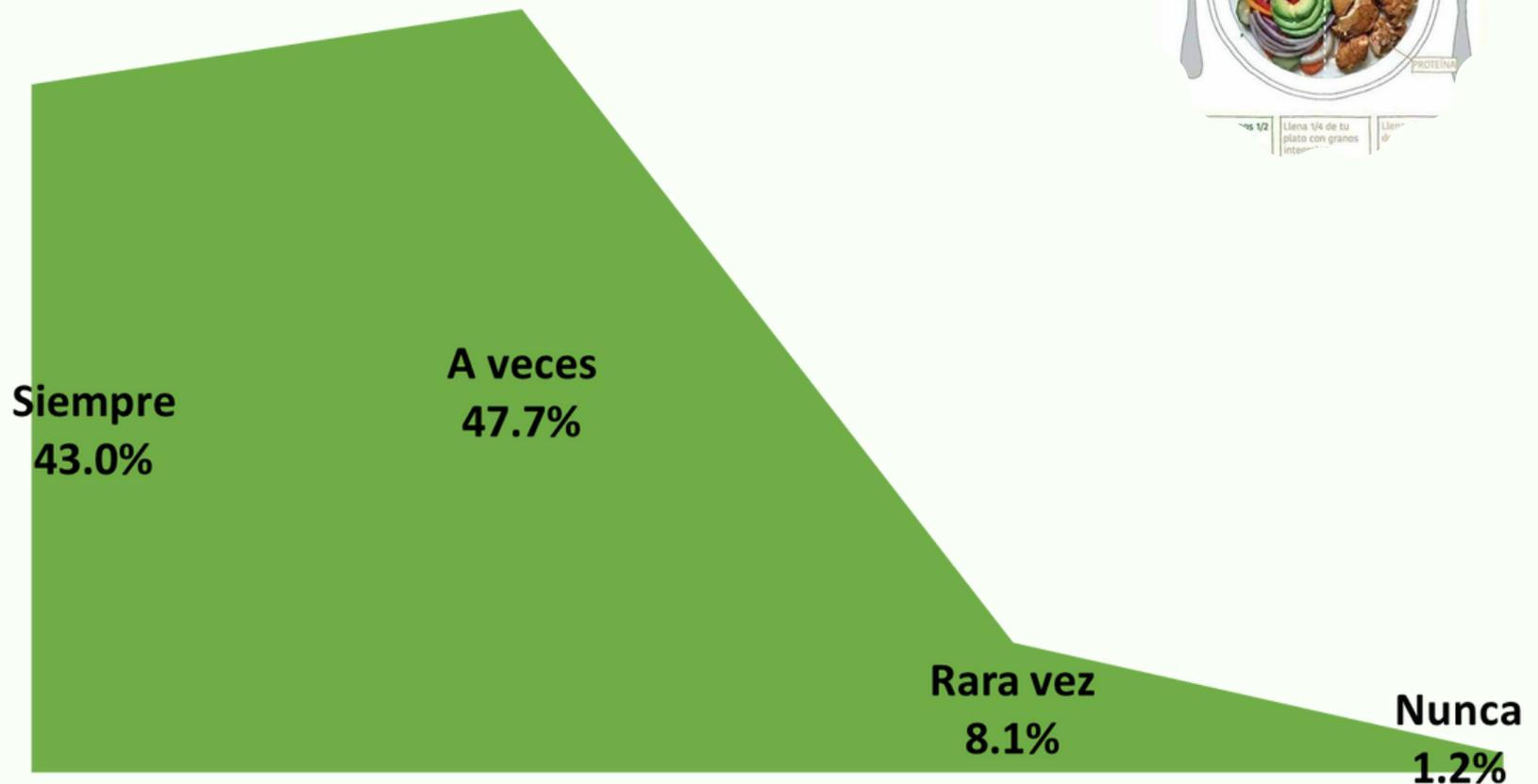
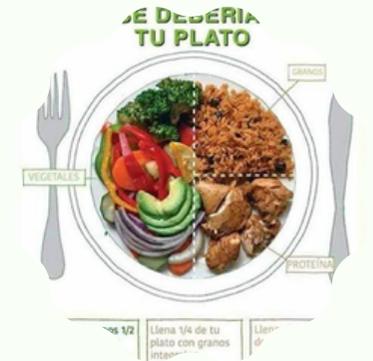
¿Qué tan satisfecho se siente usted con su peso? siendo 1 nada satisfecho y 5 muy satisfecho



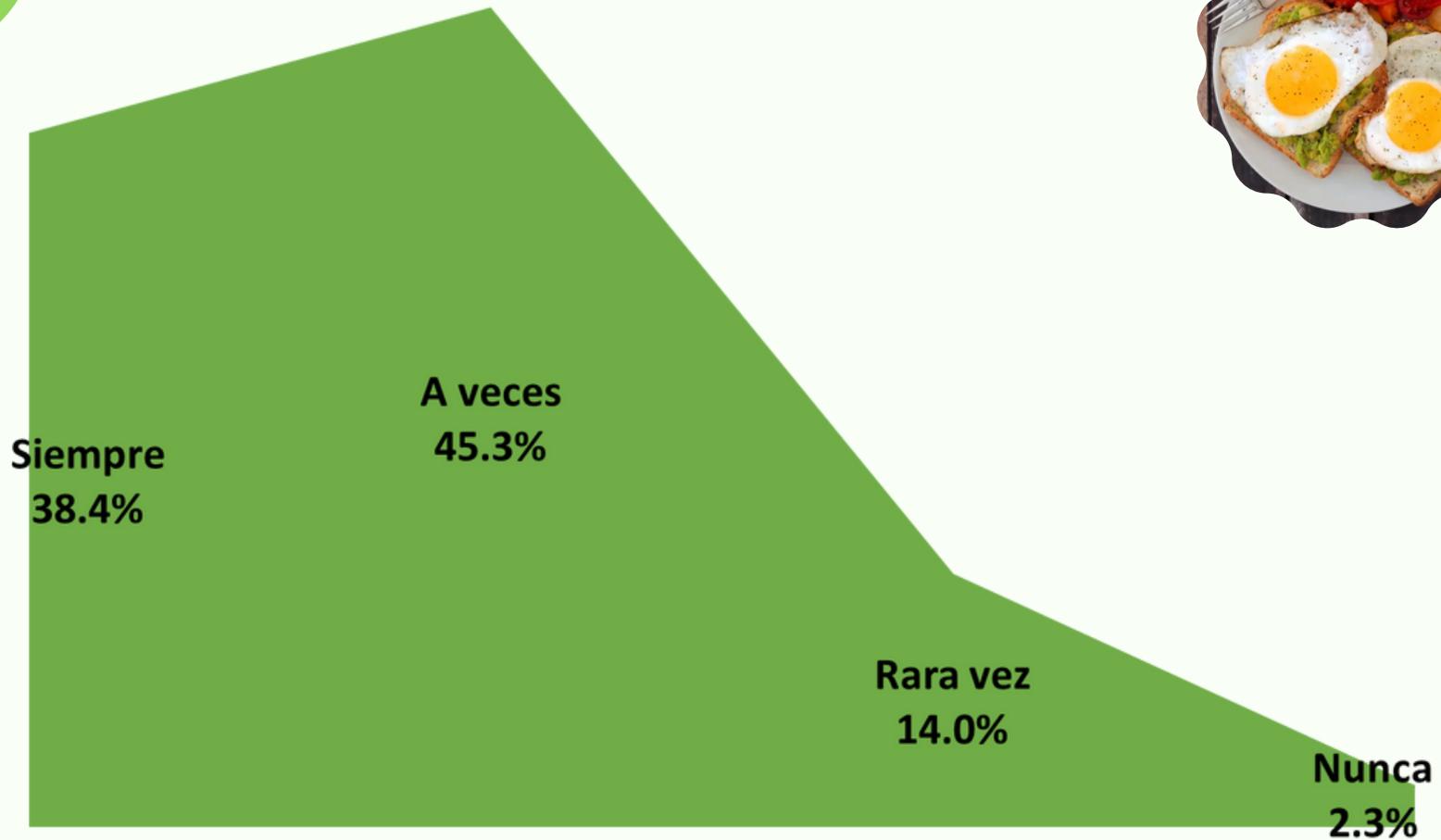
Tiene horarios establecidos para sus comidas



Come en cantidades moderadas



Comienza el día con un buen desayuno



Se mantiene bien hidratado

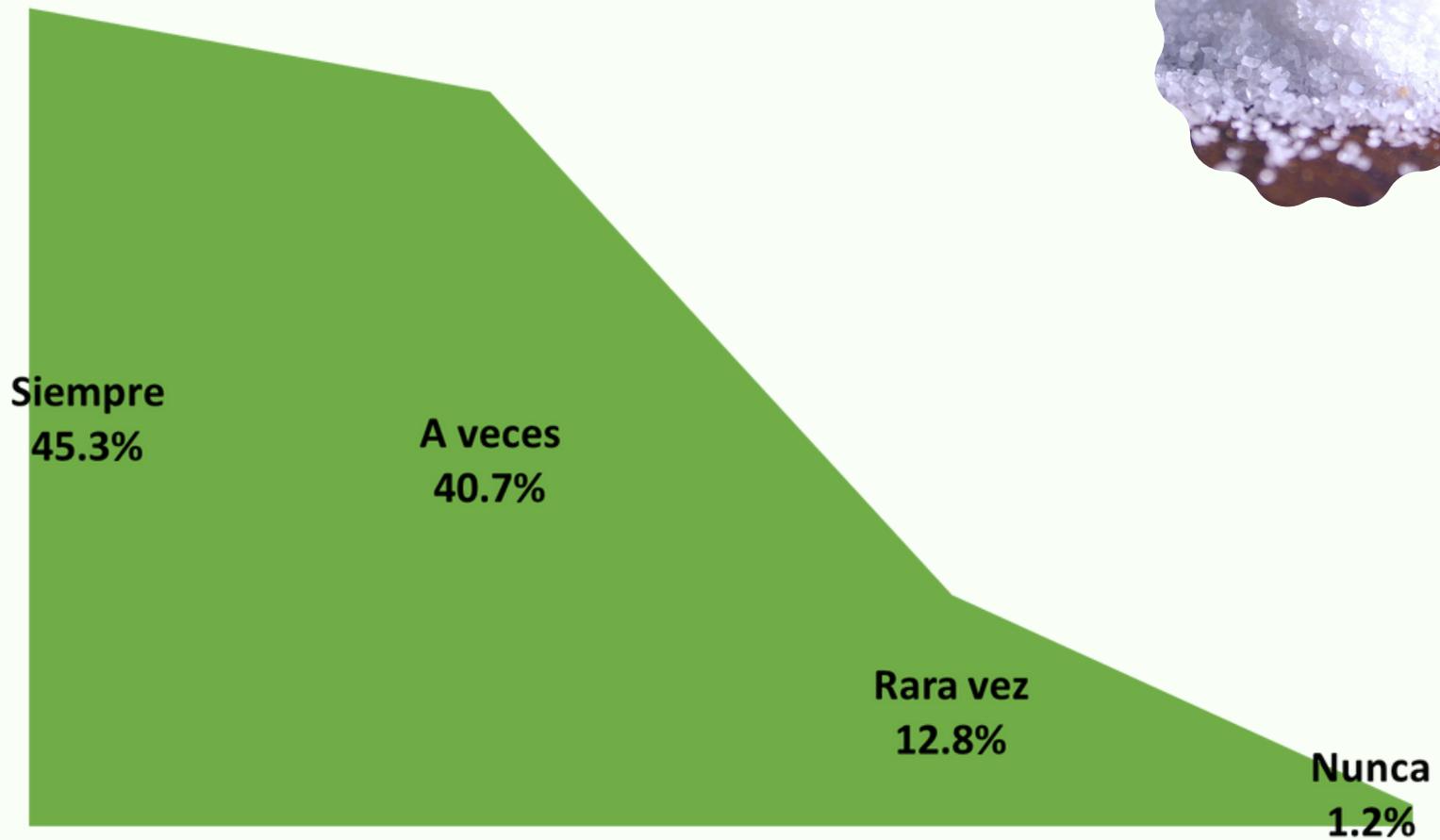


Siempre
53.5%

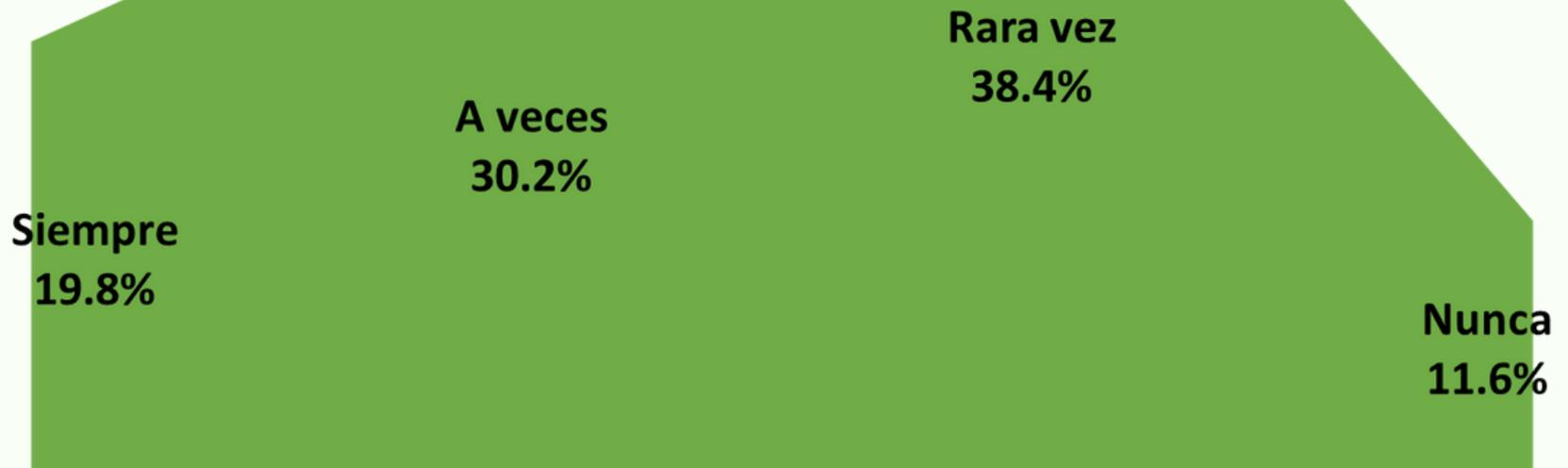
A veces
33.7%

Rara vez
12.8%

Consume poca sal o alimentos salados



Consume refrescos



Consume “comida rápida” (hamburguesas, pizza)



Come alimentos altos en grasas



Come carnes rojas



Come carnes blancas



A veces
68.6%

Siempre
17.4%

Rara vez
14.0%

Consume más de 4 tortillas al día



Consume harinas (pan, galletas)



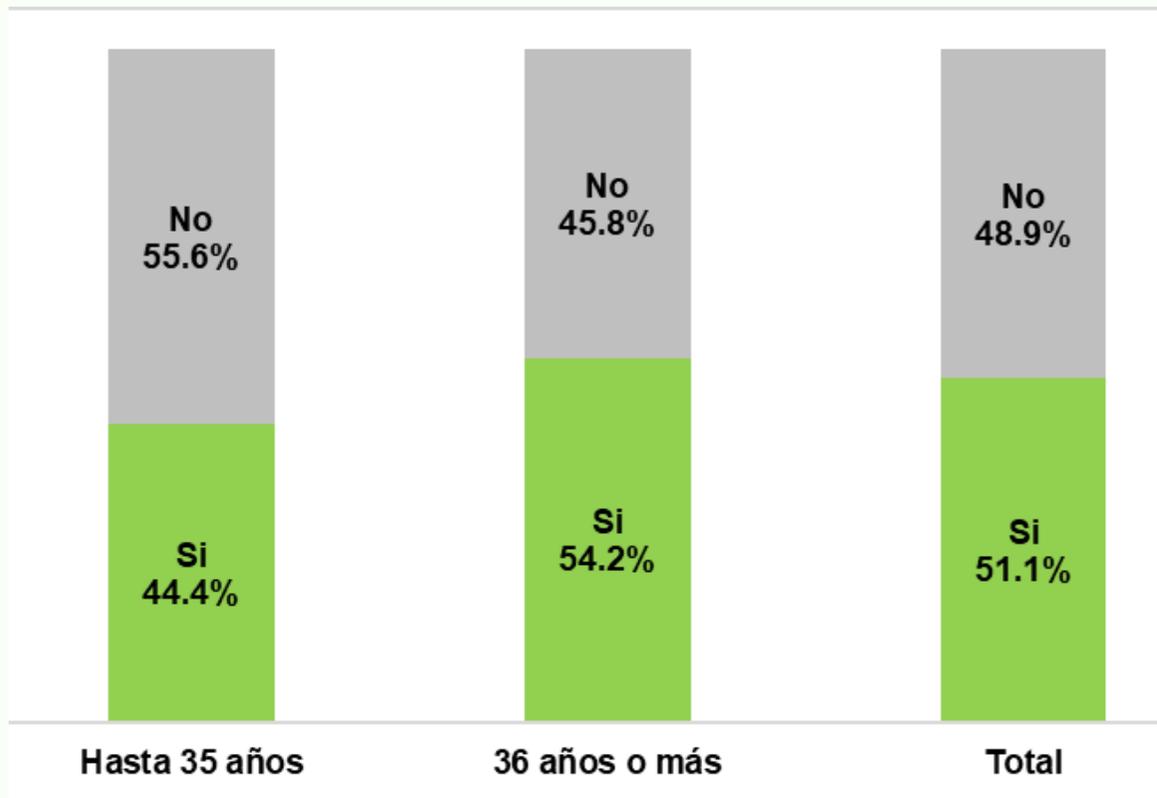
Come tacos, tortas, tamales, etc.



Come golosinas y frituras



¿Hace usted ejercicio al menos 3 veces a la semana?





CONTACTO



33 1042 8796



teic.experienciaencampo@gmail.com



tei.webador.mx

Metodología:

Encuesta online

Muestra: 103 participantes

Método de recolección:

Link WA

Fecha de levantamiento:

21 al 24 de septiembre 2023