

# Waltham Encuesta de Acceso a Una Buena Nutrición

Esta encuesta es traída a usted por la Coalición de Acceso a Alimentos Saludables en Waltham, coordinado por Healthy Waltham. Nuestro objetivo es que a través de esta encuesta vamos a poder abordar mejor los desafíos que enfrentan los que viven y trabajan en Waltham para acceder a alimentos sanos. Con la información recopilada, esperamos tomar medidas para hacer que la opción saludable sea la elección fácil.

Muchas gracias por tomarse el tiempo para tomar esta encuesta. Agradecemos sus comentarios!

(Por favor, complete la encuesta sólo una vez y sólo si usted vive, trabaja, y/o estudia en Waltham.)

**\*Obligatorio**

**1. ¿Cuál de los siguientes es su código postal? \***

*Marca solo un óvalo.*

- 02451
- 02452
- 02453
- 02454
- Yo no vivo en Waltham, pero trabajo / voy a la escuela en Waltham.
- No lo sé

**2. Por favor, marque la opción que mejor le describe. \***

*Marca solo un óvalo.*

- Masculino
- Femenino
- Otro
- Prefiero no contestar.

3. **¿Cual es tu ingreso anual del hogar? \***

*Marca solo un óvalo.*

- menos de \$10,000
- \$10,000 - \$29,000
- \$30,000 - \$49,000
- \$50,000 - \$69,000
- \$70,000 - \$89,000
- \$90,000 - \$125,000
- más de \$125,000
- Prefiero no contestar.
- No lo sé

4. **¿Cuántos años tiene Ud.? \***

*Marca solo un óvalo.*

- Menor de 18
- 18 - 25
- 26 - 39
- 40 - 64
- 65 - 75
- Mayor de 75

5. **¿Con qué frecuencia usted come bocadillos y comidas saludables? \***

Bocadillos y comidas saludables incluyen frutas, verduras, granos enteros y carnes magras, aves, pescado, frijoles, huevos, nueces y semillas y son bajos en sal (sodio) y azúcares agregados.

*Marca solo un óvalo.*

- 0 veces por día
- 1-2 veces por día
- 3-4 veces por día
- 5 o más veces por día

6. **¿Cuando usted no come bocadillos y comidas saludables, ¿cuál es la razón / obstáculo principal? \***

Por favor, elija uno  
*Marca solo un óvalo.*

- Precio
- Conveniencia
- Sabor o gusto
- No tener la información que necesita
- Tiempo para ir de compras
- Distancia a la tienda
- Facilidad / Capacidad para utilizar el transporte
- Tradición cultural
- No aplicable (Yo siempre como bocadillos y comidas saludables) *Pasa a la pregunta 8.*
- Otros: .....

7. **¿Cuando usted no come bocadillos y comidas saludables, qué tan importantes son los siguientes factores para usted? \***

Por favor, ordene los siguientes factores sobre la base de la importancia que tienen para usted al tomar la elección de alimentos.  
*Marca solo un óvalo por fila.*

	Muy importante	Algo importante	Neutral	Muy poco importante	Nada importante
Precio	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Conveniencia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sabor o gusto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
No tener la información que necesita	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tiempo para ir de compras	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Distancia a la tienda	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Facilidad / Capacidad para utilizar el transporte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tradición cultural	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8. **¿Con qué frecuencia usted come comida rápida? \***

ejemplos: McDonald's, Burger King, Subway, Wendy's, Taco Bell  
*Marca solo un óvalo.*

- Nunca
- Una o dos veces al año
- Una o dos veces al mes
- Una o dos veces a la semana
- Tres o más veces a la semana

9. **¿Con qué frecuencia usted come comidas caseras? \***

*Marca solo un óvalo.*

- Nunca
- Una o dos veces al año
- Una o dos veces al mes
- Una o dos veces a la semana
- Tres o más veces a la semana

10. **En los últimos 12 meses, ¿cuántas veces no ha podido comer una comida saludable debido a que su familia no tenía el dinero suficiente? \***

*Marca solo un óvalo.*

- Muy a menudo
- A veces
- Nunca
- No estoy seguro

11. **En los últimos 12 meses, ¿con qué frecuencia sus comidas sólo incluyen unos pocos tipos de alimentos baratos porque su familia se estaba quedando sin dinero para comprar comida? \***

*Marca solo un óvalo.*

- Muy a menudo
- A veces
- Nunca
- No estoy seguro

12. **En los últimos 12 meses, estabas alguna vez con hambre porque no había suficiente dinero para comprar alimentos para su hogar? \***

*Marca solo un óvalo.*

- Sí
- No
- No estoy seguro

13. **¿Cuál de las siguientes haría que la elección de opciones de alimentos más saludables sería más fáciles para usted?**

Elija todas las que apliquen

*Selecciona todas las opciones que correspondan.*

- Otra tienda para comprar alimentos
- Más mercados de productores (campesinos)
- Mejor calidad y variedad en los productos de la tienda o supermercado
- Más lugares que acepten SNAP (Estampillas de comida)
- Más lugares que acepten la tarjeta de WIC
- Transporte gratis o a bajo costo para ir a las tiendas o supermercados
- Más huertos comunitarios
- Clases de cocina / preparación de alimentos
- Clases de envasar / preservar alimentos
- Talleres de jardinería y cultivos caseros
- Más agencias de distribución de alimentos (por ejemplo: las despensas de alimentos, comedores, albergues, comidas a domicilio)
- Otros: .....

14. **¿Qué tan importante cree usted que es comer bocadillos y comidas saludables? \***

*Marca solo un óvalo.*

1      2      3      4

---

Nada importante                    Muy importante

---

15. **¿Cuál es la única cosa que le gustaría mejorar sobre tu salud? \***

.....