

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 22-nov-2018 Curso: segundo Edad: 7 años.
Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.23 ¿Sabes cuánto pesas? 25Kg.

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? mamá, abuela, tío, prima, Bisabuela.

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? manzana, banano, Fresa, Uvas.

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? Arveja. Zandhoira.

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? Queso, yogurth.

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? Jugo, Fruta, charorrumo,

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? _____

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? Papás, Chocitos, chitos.

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugo de Naranja.

Describe cuál serían las onces ideales para ti Jugo de Naranja, charorrumo, manzana.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Futbol, ajedrez, bicicleta, patinaje.

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Salto lazo

Correr.

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? Piscina,

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido mateo Vasquez TOVAR - Wendy TOVAR Niño

Doc. de Identidad 1.107.757.705 - 1.097.332.639

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAVATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 26-11-18 Curso: 5° Edad: 11

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.38 ¿Sabes cuánto pesas? _____

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Mamá y hermana

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces _____ Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre _____ Algunas veces _____ Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre _____ Algunas veces _____ Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No _____

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos _____ 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos _____ >10 vasos _____

1.7 ¿Comes frutas? Sí No _____

¿Cuáles? Naranja, banana, Mamorillos, Mangos y Mandarinas...

1.8 ¿Comes verduras? Sí No _____

¿Cuáles? Brócoli, Acelga, Espinaca, Zanahorias, alverja, ayama...

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No _____

¿Cuáles? leche, queso

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No _____

¿Qué traes? una fruta, un jugo y algo para acompañar

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? _____

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No _____

¿Cuáles? Papas y paquetes

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? los jugos naturales

Describe cuál serían las onces ideales para ti fruta, unos lácteos, Harina y un postre

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus _____ Moto _____ Bicicleta _____

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No _____

¿Cuál practicas? Patino, Natación...

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Baloncesto, Fútbol debo.

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí _____ No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Tubos con queso rallado
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Arepa de maíz blanco
¿Qué le cambiarías? Arepa por galletas

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Galletas cracker
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Huevo cocido
¿Qué le cambiarías? Huevo por un dulce

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Bebida achocolatada
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Pancake de banano
¿Qué le cambiarías? Pancake por una banana

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Sorbete de fresa
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Arepuela
¿Qué le cambiarías? Arepuela por unas galletas

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Sorbete de curuba
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Diana V. Vargas G. ~~Rosa M. Castro~~
Doc. de Identidad 1097332471 1032403419 Bto

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta Nov-26-18 Curso: 3° Edad: 8

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 125 ¿Sabes cuánto pesas?

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? mamá y hermana

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? banano, mangos, naranja, papaya, mandarina

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? espinacas, cebollas, zanahoria, alverga, ayuama...

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? leche, queso y galletas

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? fruta, jugo

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes?

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? papas, chitos, choclitos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? los jugos naturales

Describe cuál serian las onces ideales para ti fruta, lacteos, agua y dulces

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? patino, natacion, salto cuerda...

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? (correr, futbol)

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan?

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Yogurt

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Arepa de maíz blanco

¿Qué le cambiarías? galletas

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? las galletas

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Huevo cocido

¿Qué le cambiarías? enpuetadas

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Bebida achocolatada

¿Qué No te agrada de este refrigerio? me gusta todo

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? sorbete de fresa

¿Qué No te agrada de este refrigerio? arepuela

¿Qué le cambiarías? un gansito

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? brocheta de frutas y queso

¿Qué No te agrada de este refrigerio? todo me gusta

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Ashley Daniela Luengas Guadalupe M. GARCIA

Doc. de Identidad 1034578752 1032403419 BT

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 22-11-18 Curso: 8° Edad: 13

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.60 ¿Sabes cuánto pesas? 50

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Madre y hermano

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? Mango, manzana.

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? _____

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? Yogurt, queso.

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? Gelatina, Montecado, Agua.

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? _____

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? Wapas de todito.

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? baseosa.

Describe cuál serían las onces ideales para ti Fruta, sandwich, jugo.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Futbol.

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Estiramientos, correr.

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Yogurt y arepa.
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Fruta con queso
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Avena
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Huevo cocido.
¿Qué le cambiarías? Avena y huevo.

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Pancake
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Bebida achocolatada.
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Sorbete y Arepuela
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Sorbete, Galleta, Fruta.
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Olivia Alej Muñoz
Doc. de Identidad 521561095.

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPO DE GUAATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta Nov-26-18 Curso: 1° Edad: 6

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.22 ¿Sabes cuánto pesas? 24

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Padres y abuelos

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? manzana, mango, uva, mora, fresa, mandarina, naranja.

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? _____

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? leche, yogurt

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? Fruta picada, jugos naturales, sandwich, papas

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? _____

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? papas de limon.

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugo de mandarina.

Describe cuál serían las onces ideales para ti Fruta picada con yogurt o jugos naturales.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? patinaje.

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? estiramientos, correr.

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo.

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Huevo y Galletas.

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Avena.

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo.

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo.

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo.

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Yuly Carolina Muñoz Quiroga

Doc. de Identidad 1097332557.

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta 26-11-18 Curso: 10 Edad: 15
Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.57 ¿Sabes cuánto pesas? 57

1. HABITOS ALIMENTARIOS

- 1.1 ¿Con quién vives? papa, madrastra, hermana, hermano
- 1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:
Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida
- 1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No
- 1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?
3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos
- 1.7 ¿Comes frutas? Sí No
¿Cuáles? manzanas, uvas, peras, zapotes, mango frescos, etc.
- 1.8 ¿Comes verduras? Sí No
¿Cuáles? _____
- 1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No
¿Cuáles? quesos, leche, yoguros, etc.

2. RECREO

- 2.1 ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No
¿Qué traes? _____
Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? si
jugos, galletas, ponques, etc.
- 2.2 ¿Te gusta comer paquetes? Sí No
¿Cuáles? de toda clase
- 2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? coca-cola
Describe cuál serían las onces ideales para ti _____

3. ACTIVIDAD FISICA

- 3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?
Caminando Bus Moto Bicicleta
- 3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No
¿Cuál practicas? corres, montar bici, jugar Futbol
- 3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física?
jugar Futbol, saltar lazo, etc.
- 3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No
¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Frutas con queso rallado
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Arepa de maíz blanco
¿Qué le cambiarías? Yogurt

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Avena fría
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Galletas cracker
¿Qué le cambiarías? Huevo cocinado

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? bebida achocolatada
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? pancake de banano

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? sorbete de fresa
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? Arepuela

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? sorbete de curuba
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Galleta wafer
¿Qué le cambiarías? brocheta de frutas y queso

Nombre y Apellido William Gonzalez Trujano
Doc. de Identidad _____

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPO DE GUAATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta Nov-16-18 Curso: sexto Edad: 12

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 160 ¿Sabes cuánto pesas?

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? con mis padres

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? mandarina, fresas, manzana

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? queso, leche

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? queso, leche

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? papas, galletas

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes?

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? de frutas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita?

Describe cuál serían las onces ideales para ti jugos, papas

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Fútbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física?

correr, Fútbol

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? retiro espiritual

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? YOGURT
¿Qué No te agrada de este refrigerio? AREPA
¿Qué le cambiarías? FRUTA CON QUESO

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? AVENA FRÍA
¿Qué No te agrada de este refrigerio? GALLETAS CRACKER
¿Qué le cambiarías? HUEVO COCIDO

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? BEBIDA ACHOCOLATADA
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? PANCAKE DE BANANO

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? AREPUELA
¿Qué No te agrada de este refrigerio? SORBETE DE FRESA
¿Qué le cambiarías? BRUCHETA DE FRUTAS

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? GALLETAS WAFER
¿Qué No te agrada de este refrigerio? SORBETE DE FRUTAS
¿Qué le cambiarías? BRUCHETA DE FRUTAS Y QUESO

Nombre y Apellido WENDY MARÍA WERRY PERAZA WERREROS
Doc. de Identidad _____

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 22/11/2018 Curso: 7º Edad: 12
Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.50 ¿Sabes cuánto pesas? 37

1. HABITOS ALIMENTARIOS

- 1.1 ¿Con quién vives? con hermanos y papá
- 1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:
Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida
- 1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adionas sal?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No
- 1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?
3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos
- 1.7 ¿Comes frutas? Sí No
¿Cuáles? manzana, fresa, uvas, guayava
- 1.8 ¿Comes verduras? Sí No
¿Cuáles? _____
- 1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No
¿Cuáles? leche, queso

2. RECREO

- 2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No
¿Qué traes? _____
Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? papas, gaseosa empanada, etc
- 2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No
¿Cuáles? papas etc
- 2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? gaseosa
Describe cuál serían las onces ideales para ti galleta, frutas

3. ACTIVIDAD FISICA

- 3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?
Caminando Bus Moto Bicicleta
- 3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No
¿Cuál practicas? meo
- 3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? correr
- 3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No
¿Qué actividades físicas realizan? correr, saltar,

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? yogurt fruta con queso rallado
¿Qué No te agrada de este refrigerio? arepa de maíz blanco
¿Qué le cambiarías? arepa de maíz blanco

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? huevo cocido Galletas cracker
¿Qué No te agrada de este refrigerio? avena fría
¿Qué le cambiarías? avena fría

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Bebida achocolatada Pancake
¿Qué le cambiarías? las 2 cosas que hay

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? arepuela
¿Qué No te agrada de este refrigerio? sorbete de fresa
¿Qué le cambiarías? sorbete de fresa

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Galleta wafer
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Brocheta de frutas y queso
¿Qué le cambiarías? Brocheta de frutas y queso

Nombre y Apellido Broque julio Gerena Mateus
Doc. de Identidad _____

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta 26-11-18 Curso: 5º Xto Edad: 11

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.60 ¿Sabes cuánto pesas?

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? padres y hermana

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? manzanas, papayas

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? lechuga, zanahoria, papaya, uva

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? leche, queso

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes?

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? no

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? paños, papitas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? juo de falo

Describe cuál serían las onces ideales para ti jugos, paños

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? futbol, natacion

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? estiramientos

correr, futbol

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? rotico, espiritual

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Yogurt

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Arepa de maíz

¿Qué le cambiarías? fruta con queso rallado

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Avena fría

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Galletas cracker

¿Qué le cambiarías? Huevo cocido

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Bebida achocolatada

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? pancake de banano

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Arepuela

¿Qué No te agrada de este refrigerio? sorbete de fresa

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Galleta wafer

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Sorbete de frutas

¿Qué le cambiarías? brocheta de frutas y queso

Nombre y Apellido Deyanira Castellano

Doc. de Identidad _____

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta 26-11-2018 Curso: 5to Edad: 11

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.67 ¿Sabes cuánto pesas? 55

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Mi papá Abuela, Abuelo y Mi hermano

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno si Medias nueves si Almuerzo si Onces Comida si

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre x Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces x Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí y No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos x 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí x No

¿Cuáles? Mango Manzana Cuscuta pera

1.8 ¿Comes verduras? Sí y No

¿Cuáles? Lechuga cebolla zanahoria

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí x No

¿Cuáles? el yogurt leche

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí / No

¿Qué traes? peces frito

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? No

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí x No

¿Cuáles? de todos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? el jugo de mango

Describe cuál serían las onces ideales para ti no se

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando / Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí y No

¿Cuál practicas? futbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Coner estiramiento

y micro

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí x No

¿Qué actividades físicas realizan?

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Yogurt

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Arepa de maíz blanco

¿Qué le cambiarías? Le da con queso rallado

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Avena fría

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Galletas cracker

¿Qué le cambiarías? Huevo cocido

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Bebida achocolatada

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? pan de banana

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? sorbete de fresa

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? arepuela

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? sorbete de curuba

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Galletas wafer

¿Qué le cambiarías? Brocheta de frutas y queso

Nombre y Apellido Roberto Sanchez Ruiz

Doc. de Identidad _____

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta 26-11-18 Curso: 4º Edad: 9

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? ¿Sabes cuánto pesas?

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? con mis papas.

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? Manzana, uvas, banana, papaya, mango

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? lentejas, albahaca, frijoles

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? yogurt, leche, queso

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? fruta, jugos, galletas

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes?

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? papas, chitos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? jugos de fresa

Describe cuál serían las onces ideales para ti coladao con galletas

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas?

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? juegos.

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? jugar

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Fruta con queso rayado
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Avena Fría
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Bebida achocolatada
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Arepuela
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Galleta wafer
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Olga Luengas pasc
Doc. de Identidad 52-316-215

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 22/11/2018 Curso: 5º PHM Edad: 13

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.47 ¿Sabes cuánto pesas? 47.2

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? con mis 2 hermanos y mi mamá

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? MANZANA, DORTINO, PLAMBARINA, NARANJA

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? WUJAMA, AUCHUELA

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? leche, QUESO

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? galletas, gaseosa

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? _____

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? platanitos, papas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? JUGO

Describe cuál serían las onces ideales para ti fruta, jugos

patatas

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? volley, micro fútbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? trata, ejercicios

de piernas, brazos, cabeza, etc...

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? ateptamientos

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? el yogurt y la fruta
¿Qué No te agrada de este refrigerio? la arepa
¿Qué le cambiarías? la arepa

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? nada
¿Qué le cambiarías? nada

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? bebida achocolatada
¿Qué No te agrada de este refrigerio? pancake de banano
¿Qué le cambiarías? pancake de banano

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? nada
¿Qué le cambiarías? nada

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? nada
¿Qué le cambiarías? nada

Nombre y Apellido María Esperanza Pabonillo A
Doc. de Identidad 02254310

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAVATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta NOV-18-26 Curso: _____ Edad: _____

Sexo: M ___ F ___ ¿Sabes cuánto mides? _____ ¿Sabes cuánto pesas? _____

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Mi mamá y hermanos

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces _____ Nunca _____

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces _____ Nunca _____

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No _____

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos _____ 7 a 9 vasos _____ >10 vasos _____

1.7 ¿Comes frutas? Sí No _____

¿Cuáles? Uvas, manzana

1.8 ¿Comes verduras? Sí No _____

¿Cuáles? Zanahoria, tomate

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No _____

¿Cuáles? leche, queso

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No _____

¿Qué traes? Fruto

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? _____

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No _____

¿Cuáles? papas fritas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? jugo natural

Describe cuál serían las onces ideales para ti _____

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus _____ Moto _____ Bicicleta _____

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No _____

¿Cuál practicas? futbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? _____

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No _____

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? YOGURT
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Arepa de maíz blanco
¿Qué le cambiarías? Arepa de maíz blanco.

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Avena fría
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Huevo cocido
¿Qué le cambiarías? Huevo cocido

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? bebida achocolatada
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Sorbete de fresa
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Brocheta de frutas y queso.
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido [Firma]
Doc. de Identidad 29179161

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta Nov-26-18 Curso: _____ Edad: _____

Sexo: M _____ F X ¿Sabes cuánto mides? 160 ¿Sabes cuánto pesas? 55

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Abuela, nietas, e hija

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adionas sal?

Siempre Algunas veces _____ Nunca _____

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre _____ Algunas veces _____ Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No _____

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos _____ 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos _____ >10 vasos _____

1.7 ¿Comes frutas? Sí No _____

¿Cuáles? banano, Papaya, fresa

1.8 ¿Comes verduras? Sí No _____

¿Cuáles? brocoli, acelgas, quinoa, Zanaoria, etc.

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No _____

¿Cuáles? leche, queso, yogurt

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No _____

¿Qué traes? Fruta, jugo, Galletas

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? _____

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No _____

¿Cuáles? Papas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Coca cola

Describe cuál serían las onces ideales para ti _____

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus _____ Moto _____ Bicicleta _____

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No _____

¿Cuál practicas? _____

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? correr, saltar

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí _____ No X

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? le cambiaría la arepuela por Sandwin

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Gina Novoa
Doc. de Identidad 1013653089

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPO DE GUA VATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta 26-11-18 Curso: _____ Edad: _____

Sexo: M _____ F ¿Sabes cuánto mides? 160 ¿Sabes cuánto pesas? _____

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Esposa e hija

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre _____ Algunas veces Nunca _____

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre _____ Algunas veces Nunca _____

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No _____

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos _____ 7 a 9 vasos _____ >10 vasos _____

1.7 ¿Comes frutas? Sí No _____

¿Cuáles? lima, papaya

1.8 ¿Comes verduras? Sí _____ No

¿Cuáles? _____

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No _____

¿Cuáles? yogur, leche

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No _____

¿Qué traes? jugos, frutas

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? Empanada, avena, jugo, frutas

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No _____

¿Cuáles? papas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? yogur

Describe cuál serían las onces ideales para ti avena, mantecado, queso

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus _____ Moto _____ Bicicleta _____

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? correr, jugar, saltar, bailar

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? _____

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí _____ No _____

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Yogurt, Frutas, Arepa
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Fahdy Nereida Romero Ruiz
Doc. de Identidad 1097332289

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta Noviembre 22 del 2018 Curso: Primero Edad: 16

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.85 ¿Sabes cuánto pesas? 60 K

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Padre y Hermano

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? Mandarina, Mango, Pera, Fresas, Durazno, Mandarina.

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles?

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? Yogurt, Avena, Leche

2. RECREO

2.1 ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? Fruta y Magenta Jages

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes?

2.2 ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? Papas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? El jugo de fomento de árbol

Describe cuál serían las onces ideales para ti Fruta, jages naturales

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? futbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Trotar, Correr

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? Correr, andar

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? Nada

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? Nada

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Bebida achocolatada
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Pancake de banano
¿Qué le cambiarías? Por Fruta

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Arepuela
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Sorbete de Fresa
¿Qué le cambiarías? Por Avena

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? Nada

Nombre y Apellido Johan Sosa Ardele Nino Botey Nino Ardele
Doc. de Identidad 1005244092 2877738 Gonzalez

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 22 de noviembre 2018 Curso: NOVENO Edad: 14

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? NO ¿Sabes cuánto pesas? 52

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? con mi mamá - Tío - Abuela - Primo

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? manzanas - naranjas - ciruelas - Naranjas - Mandarinas - bananas

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? _____

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? YOGURT

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? galletas - jugo o gelatina

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? no

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? PAPAS

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? bimonada y jugo de mora.

Describe cuál serían las onces ideales para ti empanada, arepa u ugo.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? caminar

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Trotar -

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? no ninguna

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? YOGURT Y AREPA ES RICO
¿Qué No te agrada de este refrigerio? EL QUESO
¿Qué le cambiarías? QUE LA FRUTA NO LLEVE QUESO

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? ME GUSTA Y JENA RICO COMO
¿Qué No te agrada de este refrigerio? ME AGRADA TODO
¿Qué le cambiarías? NAIDA

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? TODO
¿Qué No te agrada de este refrigerio? NAIDA
¿Qué le cambiarías? NAIDA

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? LAS GALLITAS WAFER
¿Qué No te agrada de este refrigerio? EL SORBETE DE CURUBA Y EL QUESO
¿Qué le cambiarías? QUE NO TUVIERA QUESO

Nombre y Apellido Sandra Patricia Peña
Doc. de Identidad 28.777.900

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAVATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 22 Nov 2018 Curso: 9º Edad: 15

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.70 ¿Sabes cuánto pesas? 60

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? con mis padres

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? mandarina Naranja Papaya etc.

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? zanahoria brinjola etc.

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? leche etc.

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? galletas jugos Puros

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? _____

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? _____

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? jugos de Guayaba con leche

Describe cuál serían las onces ideales para ti _____

avocado galletas manzanas

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? microfutbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? _____

matanza de jorjona beisbol

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? camincatas

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? la arepa por un sandwich

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? huevo por una fruta

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Si me gusta el chocolate

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? si me gusta todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? ninguna

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Zoila Teresa Queiroga -
Doc. de Identidad 211727932

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta 22 - diciembre - 2018 Curso: Primero Edad: 16

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? ¿Sabes cuánto pesas?

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Padres

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? Manzana - Fresa - Cereza - Mango - Papaya - Naranja

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? Alverja, Frijol, lenteja, Cebolla, Tomate, Lechuga

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? Leche, Yogur

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? Fruta

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? _____

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? Todos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugos

Describe cuál serían las onces ideales para ti _____

Fruta, Jugo y galleta.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Futbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? _____

Futbol

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? Futbol

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Huevo cocido

¿Qué le cambiarías? Huevo cocido

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Sorbete de curuba

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Dorian Harvey Ardila Lopez

Doc. de Identidad 1097 332825

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta 22/11/2018 Curso: 1 Edad: 8 años
Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? ¿Sabes cuánto pesas? 28kg

1. HABITOS ALIMENTARIOS

- 1.1 ¿Con quién vives? PAPA, MAMA
- 1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:
Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida
- 1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No
- 1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?
3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos
- 1.7 ¿Comes frutas? Sí No
¿Cuáles?
- 1.8 ¿Comes verduras? Sí No
¿Cuáles? Abicucia Arveja Zanahoria
- 1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No
¿Cuáles? Leche Yogor

2. RECREO

- 2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No
¿Qué traes? jugos naturales y galletitas
Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes?
- 2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No
¿Cuáles? Papas etc
- 2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Yogor
Describe cuál serían las onces ideales para ti jugos naturales Todo natural nada de paquete

3. ACTIVIDAD FISICA

- 3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?
Caminando Bus Moto Bicicleta
- 3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No
¿Cuál practicas? mancha bicicleta
- 3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física?
- 3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No
¿Qué actividades físicas realizan?

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido EDY JEBANA COIBOGA PEÑA
Doc. de Identidad 1007332392

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta Nov-16-18 Curso: 4 Edad: 9

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? NO ¿Sabes cuánto pesas? NO

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Mamá Papá y hermano

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno x Medias nueves x Almuerzo x Onces y Comida x

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre _____ Algunas veces x Nunca _____

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre _____ Algunas veces x Nunca _____

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí x No _____

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos _____ 4 a 6 vasos x 7 a 9 vasos _____ >10 vasos _____

1.7 ¿Comes frutas? Sí x No _____

¿Cuáles? Manzana, fresa, mango, mandarina y naranja

1.8 ¿Comes verduras? Sí x No _____

¿Cuáles? zanahoria, habichuela, olveja

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí x No _____

¿Cuáles? yogur, leche, avena, queso

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí x No _____

¿Qué traes? fruta, golosinas, jugos

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? _____

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí x No _____

¿Cuáles? papas, chitos, doritos, chocalitos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? jugo de mango

Describe cuál serían las onces ideales para ti papas, jugo de mango

manzana

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando x Bus _____ Moto _____ Bicicleta _____

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí x No _____

¿Cuál practicas? fútbol, ajedrez y patinaje, y bicicleta

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? salto, lazo, flexiones

de pecho, corcetas

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí x No _____

¿Qué actividades físicas realizan? piscina

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Maikol Niño - Deisy Maryith Niño
Doc. de Identidad 1097332627 - 1097332458

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta 16-11-18 Curso: 3° Edad: 10
Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? No ¿Sabes cuánto pesas? No

1. HABITOS ALIMENTARIOS

- 1.1 ¿Con quién vives? Padres, abuelos y hermana.
- 1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:
Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida
- 1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?
Siempre _____ Algunas veces _____ Nunca
- 1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?
Siempre _____ Algunas veces _____ Nunca
- 1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí _____ No
- 1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?
3 vasos _____ 4 a 6 vasos _____ 7 a 9 vasos _____ >10 vasos _____
- 1.7 ¿Comes frutas? Sí No _____
¿Cuáles? manzana, mango, uva, mora.
- 1.8 ¿Comes verduras? Sí No
¿Cuáles? _____
- 1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No _____
¿Cuáles? Yogurt, queso, leche.

2. RECREO

- 2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No _____
¿Qué traes? Fruta, jugos, sandwich.
Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? NO
- 2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No _____
¿Cuáles? Papas
- 2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugo uva
Describe cuál serían las onces ideales para ti Jugos, Frutas, sandwich, porques, yogurt.

3. ACTIVIDAD FISICA

- 3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?
Caminando Bus _____ Moto _____ Bicicleta _____
- 3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No _____
¿Cuál practicas? futbol, ciclismo
- 3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? calentamiento, estiramiento.
- 3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí _____ No
¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Avena

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo.

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Gustavo Muñoz

Doc. de Identidad 5.657.636

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta NOV-26-2018 Curso: 7º Edad: 17

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.65 ¿Sabes cuánto pesas? 62

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Padres

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? Guayaba, Fresa, mango, lulo

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? Aveja, Habichuela,

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? Leche, yogurt, queso

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? _____

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? no

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? chitos, papas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugo Guayaba.

Describe cuál serían las onces ideales para ti Fruta, sandwich y jugo.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Futbol, basquetball

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? estiramientos y

comer

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Strolba Ruiz

Doc. de Identidad _____

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta Nov-16-2018 Curso: _____ Edad: _____

Sexo: M F _____ ¿Sabes cuánto mides? 1.54 ¿Sabes cuánto pesas? 55.5

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? La mamá y abuela.

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre _____ Algunas veces Nunca _____

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre _____ Algunas veces Nunca _____

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No _____

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos _____ >10 vasos _____

1.7 ¿Comes frutas? Sí No _____

¿Cuáles? Mañana, uvas, piñas, duraznos

1.8 ¿Comes verduras? Sí No _____

¿Cuáles? Alcachofa, zanahoria, acelgas

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No _____

¿Cuáles? Leche

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí _____ No

¿Qué traes? _____

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? amburguesa con queso
sandwich

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No _____

¿Cuáles? paños y petardos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? La gaseosa y jugos naturales

Describe cuál serían las onces ideales para ti _____

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando _____ Bus Moto _____ Bicicleta _____

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No _____

¿Cuál practicas? patbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Aerobic entre
otros pizana

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No _____

¿Qué actividades físicas realizan? Juegos y ejercicios

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1

Yogurt

Fruta con queso rallado

Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Fruta con queso rallado

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2

Avena fría

Huevo cocido

Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Galletas cracker

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Huevo cocido

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3

Bebida achocolatada

Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Bebida achocolatada

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4

Sorbete de fresa

Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Sorbete de fresa

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5

Sorbete de curuba

Brocheta de frutas y queso

Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Brocheta de frutas y queso

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Angela cubides Pardo

Doc. de Identidad 1107752096

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta nov-16-18 Curso: _____ Edad: _____

Sexo: M _____ F ¿Sabes cuánto mides? 170 ¿Sabes cuánto pesas? 35

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? con mi mamá - abuelo

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre _____ Algunas veces Nunca _____

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre _____ Algunas veces _____ Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No _____

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos _____ 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos _____ >10 vasos _____

1.7 ¿Comes frutas? Sí No _____

¿Cuáles? mango - banano - Granadilla - Uvas - Melon - Papaya - Kiwi

1.8 ¿Comes verduras? Sí No _____

¿Cuáles? Espinacas - Acelgas - Pimientos

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No _____

¿Cuáles? Yogurt, queso descremado - Leche deslactosada.

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No _____

¿Qué traes? fruta y jugos

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? Acera - galletas mandarina

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No _____

¿Cuáles? lapas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugos

Describe cuál serían las onces ideales para ti _____

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus _____ Moto _____ Bicicleta _____

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No _____

¿Cuál practicas? Monte cicla y Patinaje

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? cover, natación

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No _____

¿Qué actividades físicas realizan? caminar

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt ✓
Fruta con queso rallado ✓
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Yogurt - Fruta con queso rallado
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Arepa de maíz blanco
¿Qué le cambiarías? Sorbo

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Avena fría, Galletas
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Huevo cocido
¿Qué le cambiarías? Fruta

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Las dos cosas
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Las dos cosas
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Sorbete de Curuba - Brocheta
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Galletas wafer
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Leyda Yomary Supelano - Mariabete Carrero
Doc. de Identidad 52826611 / 1.101.176.362

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta NOVIEMBRE 16-17 Curso: 10^o Edad: 16

Sexo: M X F ¿Sabes cuánto mides? 160 ¿Sabes cuánto pesas? 55

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? padres

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno X Medias nueves X Almuerzo X Onces X Comida X

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces X Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces X Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí X No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos X 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí X No

¿Cuáles? naranja, mango, Guayaba, bermejo

1.8 ¿Comes verduras? Sí X No

¿Cuáles? Acelgas, pepino, Espinaca.

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí X No

¿Cuáles? queso descremado, leche.

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí X No

¿Qué traes? jugos frutas

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? galletas, maní, maní, Avena

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí X No

¿Cuáles? detoditos, papas.

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? juco

Describe cuál serían las onces ideales para ti jugos frutas

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando X Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí X No

¿Cuál practicas? maratón, patinaje

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Estiramientos

Calentamiento

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí X No

¿Qué actividades físicas realizan? Caminar

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Gloria Elsi Muñoz
Doc. de Identidad 52566095

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta NOV-26-2018 Curso: 2° Edad: 7

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? NO ¿Sabes cuánto pesas? NO

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Papas y hermana.

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? lulo, banano

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? Acelgas, lechuga, brocoli, pepino.

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? Leche, yogurth, queso, cuajada.

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? _____

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? No

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? Chifos, papas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Gaseosa.

Describe cuál serían las onces ideales para ti _____

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Futbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? estiramiento, correr

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Rocio Duitian
Doc. de Identidad 287788709.

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta Nov-26-18 Curso: 3 Edad: 10

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? NO ¿Sabes cuánto pesas? no

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Mama y hermana

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? Mamona, papaya, Guayaba, tomate, lulo, mandarina.

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? _____

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? yogurt, cuajada

2. RECREO

2.1 ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? _____

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? no

2.2 ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? papas, chitos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? jugo guayaba.

Describe cuál serían las onces ideales para ti Sandwich, ensalada de frutas, jugos

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Futbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? correr, saltar

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido _____
Doc. de Identidad 52584679



**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta Noviembre 26-18 Curso: 2° Edad: 7

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? no ¿Sabes cuánto pesas? no

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Papá

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? fresa, manzana, truita, lulo, papaya, guayaba

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? _____

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? _____

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? Papas y jugo

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? no

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? papas, chitos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? borrachosa

Describe cuál serían las onces ideales para ti jugo fresa con papas de limon

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? bic

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? saltar, correr

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Fruta y arepa
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Yogurt
¿Qué le cambiarías? Jugo

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Huevo y galleta
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Avena
¿Qué le cambiarías? Jugo

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Jose Alvar
Doc. de Identidad 5.657.593

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPO DE GUAATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta Noviembre 16-2018 Curso: 2º Edad: 7

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.30 ¿Sabes cuánto pesas? 28 kg

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Hermano y Papas

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? manzana, guayaba, lulo, pera, uvas, mora, durazno, piña, naranja.

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? Coloana, lechuga.

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? queso, cuajada, paruth

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? Frutas, papas, jugos, sandwich.

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? no

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? papas, chitos, chilitos, galletas.

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugos naturales

Describe cuál serían las onces ideales para ti Las Frutas cualquiera

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Tu-bol, micro tu-bol, bicicletas

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? comer, saltar

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan?

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Diego

Doc. de Identidad 1097332000

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAVATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta Noviembre 26 2018 Curso: 3º Edad: 9
Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.35 ¿Sabes cuánto pesas? 35 kg.

1. HABITOS ALIMENTARIOS

- 1.1 ¿Con quién vives? Mama, hermano.
- 1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:
Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida
- 1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No
- 1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?
3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos
- 1.7 ¿Comes frutas? Sí No
¿Cuáles? todas
- 1.8 ¿Comes verduras? Sí No
¿Cuáles? _____
- 1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No
¿Cuáles? yogurt, leche, queso.

2. RECREO

- 2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No
¿Qué traes? _____
Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? NO
- 2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No
¿Cuáles? chitos, papas, galletas, doreitos
- 2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Juagás
Describe cuál serían las onces ideales para ti jugoso, frutas

3. ACTIVIDAD FISICA

- 3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?
Caminando Bus Moto Bicicleta
- 3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No
¿Cuál practicas? Patinaje
- 3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? estriramientos, botes, relevos
- 3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No
¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Yogurt y Fruta
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Arepa
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Bebida achocolatada
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Pancake de banano
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Fuente
Doc. de Identidad 1097332638

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta Noviembre - 26 - 18 Curso: 1° Edad: 6

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.25 ¿Sabes cuánto pesas? 26

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Papás

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? lulo, manzana, durazno, fresas, guayaba.

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? _____

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? Queso, rojada, yogurt, leche.

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? _____

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? No

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? choditos, papas pollo

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Gaseosa.

Describe cuál serían las onces ideales para ti Jugo, papas, manzana.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Patinaje

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Correr, estiramien-

tos, saltar.

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Yogurt y la Fruta
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Arepa.
¿Qué le cambiarías? Porque

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Huevo y Galletas
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Avena.
¿Qué le cambiarías? Jugo mora.

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo.
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Sorbete
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Arepuela.
¿Qué le cambiarías? Porque

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo.
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Xamile Suarez
Doc. de Identidad 28 177 968

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 18-11-76 Curso: 3º Edad: 70

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? no ¿Sabes cuánto pesas? 30 kg

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Nana, tata, abuelos, hermana.

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? Pazaya, tomate, manzana, mango, uvas, mora, naranja, mandarina

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? _____

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? yogur, leche, queso.

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? jugo, papas, galletas

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? no.

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? pasitos, papas, pasitos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Coca cola

Describe cuál serían las onces ideales para ti Fruta, jugo, papas, pizza,

hamburguesa, papas fritas

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Futbol y natación

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? coner, saltar

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Samuel Andres Socha Muñoz

Doc. de Identidad 7097332557

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 26-Nov-2018 Curso: 7 Edad: 13

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 39 ¿Sabes cuánto pesas? 140

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Mama, Papa, hermano

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:
Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adionas sal?
Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?
Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?
3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No
¿Cuáles? papaya, manzana, tula, uva, mora, papaya

1.8 ¿Comes verduras? Sí No
¿Cuáles? calabaza, lechuga

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No
¿Cuáles? Queso, leche, yogur

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No
¿Qué traes? lodo, frutas, paquetes
Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? No

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No
¿Cuáles? papas, quadis, cochinitas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? baseada
Describe cuál serían las onces ideales para ti galletas, jugos, paquetes

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?
Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No
¿Cuál practicas? basquet

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? salto, correr

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No
¿Qué actividades físicas realizan?

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Yogur, Fresa, Arepa
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Avena, Huevo, Galletas
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Pancake, Bebida
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? sorbete, arepuela
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Sorbete, Frutas, Galletas
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Aina Aina Yarina
Doc. de Identidad 28778097

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 26-NOV-18 Curso: 8 Edad: 15
Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.60 ¿Sabes cuánto pesas? 55

1. HABITOS ALIMENTARIOS

- 1.1 ¿Con quién vives? Mamá
- 1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:
Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida
- 1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No
- 1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?
3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos
- 1.7 ¿Comes frutas? Sí No
¿Cuáles? Todas
- 1.8 ¿Comes verduras? Sí No
¿Cuáles? _____
- 1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No
¿Cuáles? _____

2. RECREO

- 2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No
¿Qué traes? Jugo
Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? No
- 2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No
¿Cuáles? papas, chitos, chaditas, galletas
- 2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? baseosa.
Describe cuál serían las onces ideales para ti _____

3. ACTIVIDAD FISICA

- 3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?
Caminando Bus Moto Bicicleta
- 3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No
¿Cuál practicas? Futbol
- 3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Correr, saltar relevos.
- 3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No
¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Tuta
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Yogur y avena.
¿Qué le cambiarías? Jugo

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Nuevo Galletas
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Avena
¿Qué le cambiarías? Fruta.

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Pancake
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Bebida
¿Qué le cambiarías? Fruta.

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Yesia Calvera
Doc. de Identidad 1097332703

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta NOV-16-18 Curso: 3° Edad: 8

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? NO ¿Sabes cuánto pesas? NO

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Mamá y hermano

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? manzana, fresa, Guayaba, lulo, tomate, pera, mora, banano

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? _____

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? leche, queso, cajada, yogurt

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? Jugo

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? NO

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? _____

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugo de cualquier fruta.

Describe cuál serían las onces ideales para ti Picado de fruta.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Futbol.

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? comer, saltar, caminar, relevos

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido S Villam

Doc. de Identidad 5657787

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta NOV-16-2018 Curso: 5° Edad: 17 años
Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.40 ¿Sabes cuánto pesas? 45 kg.

1. HABITOS ALIMENTARIOS

- 1.1 ¿Con quién vives? Ninguno
- 1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:
Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida
- 1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No
- 1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?
3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos
- 1.7 ¿Comes frutas? Sí No
¿Cuáles? Lulo, Fresa, uvas, mandarina, naranjas, guayaba, ciruelas.
- 1.8 ¿Comes verduras? Sí No
¿Cuáles? calabaza, jiluzama.
- 1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No
¿Cuáles? _____

2. RECREO

- 2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No
¿Qué traes? baseosa, jugos, frutas, galletas,
Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? NO
- 2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No
¿Cuáles? paquetes de chitos, papas
- 2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugos
Describe cuál serían las onces ideales para ti Jugos, galletas,

3. ACTIVIDAD FISICA

- 3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?
Caminando Bus Moto Bicicleta
- 3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No
¿Cuál practicas? Fútbol.
- 3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Comer, estiramientos.
- 3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No
¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Fruta y arepa.
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Yogurt
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? huevo y Galleta
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Avena
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Pancake
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Bebida achocolatada.
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Morales
Doc. de Identidad 1097332725

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 26-11-18 Curso: 1º Edad: 6

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? no ¿Sabes cuánto pesas? no.

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Padres y hermanos.

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? manzana, lulo, mora, uvas, naranja, mandarina, mango, guayaba.

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? calabacín, chayota, pimentón.

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? queso, leche, yogurt, cuajada.

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? jugos naturales y galletas

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? no

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? panes, helado, queso, chitas.

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Agua.

Describe cuál serían las onces ideales para ti Fruta, sandwich, milo, helado.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Patín.

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? correr, trotar.

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan?

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Galletas y avena.

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Huevo

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo.

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Sorbete de fresa.

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Arepuela

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo.

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Diana Gerena.

Doc. de Identidad 1097332976

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta Nov-16-2018 Curso: 4º Edad: 9 años.

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? no ¿Sabes cuánto pesas? no

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? mamá, papá, primo.

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? Todas

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? Todas.

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? Todos

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? jugo, fruta, panque, papas

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? no

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? papas, chitos, fritos, galletas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? jugo

Describe cuál serían las onces ideales para ti jugos, papas, sandwich.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? patinaje

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? saltos, correr

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Daniel Garena

Doc. de Identidad 1097332405

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta Nov-16-18 Curso: 5 Edad: 10°

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? NO ¿Sabes cuánto pesas? NO

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Papa, mama, hermanos

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? Todas

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles?

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? Queso, yogurt, cajada.

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes?

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? NO

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? chitos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Agua

Describe cuál serían las onces ideales para ti Jugo, Fruta, tortas.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Beisbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Comer,

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan?

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de panano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido FLOR MARIA ESPITA

Doc. de Identidad 28177/331

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 26-NOV-18 Curso: 1º Edad: 7

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.20 ¿Sabes cuánto pesas? 23

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Papá, mamá

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:
Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?
Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?
Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?
3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No
¿Cuáles? mango, Pera, Fresa, uvas, mandarina, naranja.

1.8 ¿Comes verduras? Sí No
¿Cuáles? _____

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No
¿Cuáles? yogur

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No
¿Qué traes? Fruta.
Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? No

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No
¿Cuáles? papas, chitas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? baseasa
Describe cuál serían las onces ideales para ti Sandwich, chocolate, Fruta.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?
Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No
¿Cuál practicas? patinaje

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? comer

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No
¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Carlos Andres Socarrá Manrique.

Doc. de Identidad 1017193 050.

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 26-Nov-18 Curso: 6° Edad: 12
Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? no ¿Sabes cuánto pesas? no

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Papa

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? manzana, julo, tomate, fresas, todas.

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? espinaca, lechuga, brocoli, calabaza.

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? _____

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? Jugo

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? NO

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? papas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Agua

Describe cuál serían las onces ideales para ti Frutas de todas

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Futbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? salvar, correr

lanzados

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Glady's Quiroga

Doc. de Identidad 28177412

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 26 - Nov - 2018 Curso: 2º Edad: 7

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? no ¿Sabes cuánto pesas? no

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Mama, abuela

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre _____ Algunas veces _____ Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre _____ Algunas veces _____ Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No _____

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos _____ 7 a 9 vasos _____ >10 vasos _____

1.7 ¿Comes frutas? Sí No _____

¿Cuáles? manzana, fresas, guayaba, mango, cerezas, uvas, mandarina, etc.

1.8 ¿Comes verduras? Sí _____ No

¿Cuáles? _____

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No _____

¿Cuáles? yogurt, queso, leche.

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No _____

¿Qué traes? Jugo de frutas.

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? no

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No _____

¿Cuáles? chitos, caramelos, papas.

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? jugos

Describe cuál serían las onces ideales para ti Sandwich, salpicon.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus _____ Moto _____ Bicicleta _____

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No _____

¿Cuál practicas? Futbol y gimnasia

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Correr, saltar

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí _____ No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Yogurt y Fruta.
¿Qué No te agrada de este refrigerio? El queso rallado
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Sorbete
¿Qué No te agrada de este refrigerio? Arepuela.
¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo.
¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____
¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido [Firma]
Doc. de Identidad 28178635

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPO DE GUAATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 26-NOV-2018 Curso: 3º Edad: 8

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? no ¿Sabes cuánto pesas? no

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Abuelos

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? Todas

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles?

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? Queso, yogurt, leche.

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? Jugos

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? no

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? galletas, papas.

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugos

Describe cuál serían las onces ideales para ti Ensalada de frutas con queso rayado y lecherita.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Futbol y natación.

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? comer, estiramien-
tos.

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan?

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Ortiz Amador

Doc. de Identidad 5657.941

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 26-NOV-2018 Curso: 4° Edad: 9.

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.40 ¿Sabes cuánto pesas? 40 kg.

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Abuelos y primo.

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? mango, manzana, naranja, guayaba, pera, mandarina

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles?

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? leche, yogurt.

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? papas y jugo.

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? NO.

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? papas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? jugo.

Describe cuál serían las onces ideales para ti Sandwich, y jugo.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? natación y Fútbol.

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? estiramientos, hotai.

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan?

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo.

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Ambrosio

Doc. de Identidad 109A3325M

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAVATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 26-NOV-2018 Curso: 5º Edad: 11

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? NO ¿Sabes cuánto pesas? NO

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Papa y abuela

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? Todas

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles?

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? yogurt, leche.

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes?

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? NO

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? Papas, Galletas, chitas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugos

Describe cuál serían las onces ideales para ti frutas con queso, gaseosa.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? patinación

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? comer

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan?

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Rosa Jerez

Doc. de Identidad 28.177.512

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 26-NOV-2018 Curso: 2 Edad: 8

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? no ¿Sabes cuánto pesas? no

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Abuela

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? mango, lulo, cítricos

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? _____

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? yogurt

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? Aguapanela con pan

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? NO

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? Papas, chitos.

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugos

Describe cuál serían las onces ideales para ti Sandwich jamon y queso
Sorbetes de Frutas

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? natacion y futbol.

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? comer

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Amanda Peña

Doc. de Identidad 28.177.524.

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAVATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29 de noviembre Curso: Patinaje Edad: 14

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? ¿Sabes cuánto pesas?

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? mamá, papá, hermanos

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? mango, manzana, uvas, etc

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? tomate, zanahoria etc

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? leche, yogur queso etc

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes?

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? no nos dan

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? todos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? cocacola

Describe cuál serían las onces ideales para ti yogur, fruta, papá etc

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? todo

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Pongeladau, etc

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? piscina

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No cambiaría nada

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No cambiaría nada

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No cambiaría nada

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No cambiaría nada

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No cambiaría nada

Nombre y Apellido Nikol Sofia Cruz Cruz
Doc. de Identidad 109 7332126

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAVATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29/11/18 Curso: Patinaje Edad: 10
Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.40 ¿Sabes cuánto pesas? 30 kg

1. HABITOS ALIMENTARIOS

- 1.1 ¿Con quién vives? Papá, mamá, hermano
- 1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:
Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida
- 1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No
- 1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?
3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos
- 1.7 ¿Comes frutas? Sí No
¿Cuáles? Manzana, banano, fresa, mango
- 1.8 ¿Comes verduras? Sí No
¿Cuáles? Brocoli, frijoles, lentejas
- 1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No
¿Cuáles? Queso, leche

2. RECREO

- 2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No
¿Qué traes? Dinero
Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? Jugos naturales y galletas
- 2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No
¿Cuáles? Sobreto, papas fritas
- 2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? la limonada
Describe cuál serían las onces ideales para ti una ensalada de frutas con un sandwich

3. ACTIVIDAD FISICA

- 3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?
Caminando Bus Moto Bicicleta
- 3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No
¿Cuál practicas? Patinaje, Natación, futbol, ajedrez
- 3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física?
Futbol
- 3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No
¿Qué actividades físicas realizan? Paseos equelógicos

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Nada

¿Qué le cambiarías? Nada

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Nada

¿Qué le cambiarías? Nada

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Nada

¿Qué le cambiarías? Todo Nada

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Nada

¿Qué le cambiarías? ~~Te~~ Nada

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Nada

¿Qué le cambiarías? Nada

Nombre y Apellido Nelson David Castellanos Castellanos

Doc. de Identidad 1097332591

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29-11-2018 Curso: Palinaje Edad: 13

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? ¿Sabes cuánto pesas?

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? con mis papas y mi abuela

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? MARIONA FIESTA

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles?

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles?

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes?

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes?

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? de toditos choquitos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugo de Guanava

Describe cuál serían las onces ideales para ti FRUTAS

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Patinaje natación

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? correr

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? MUCHAS

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Yogurt
¿Qué No te agrada de este refrigerio? todo me gusta
¿Qué le cambiarías? nada

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Galletas cracker
¿Qué No te agrada de este refrigerio? todo me gusta
¿Qué le cambiarías? nada

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? bebida achocolatada
¿Qué No te agrada de este refrigerio? pancake de banano
¿Qué le cambiarías? pancake de banano

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? arepuela
¿Qué No te agrada de este refrigerio? todo me gusta
¿Qué le cambiarías? nada

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? sorbete de curuba
¿Qué No te agrada de este refrigerio? todo me gusta
¿Qué le cambiarías? nada

Nombre y Apellido Mariana Licht Osma
Doc. de Identidad 1097332255

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29/11/18 Curso: Patinaje Edad: 12
Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.50 ¿Sabes cuánto pesas? _____

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Papá, hermanos

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves _____ Almuerzo Onces Comida _____

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre _____ Algunas veces Nunca _____

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre _____ Algunas veces _____ Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No _____

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos _____ 7 a 9 vasos _____ >10 vasos _____

1.7 ¿Comes frutas? Sí _____ No

¿Cuáles? _____

1.8 ¿Comes verduras? Sí _____ No

¿Cuáles? _____

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí _____ No

¿Cuáles? _____

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí _____ No

¿Qué traes? _____

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? _____

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No _____

¿Cuáles? Papas, detoditos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Gaseosa

Describe cuál serían las onces ideales para ti Gaseosa, empanada

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando _____ Bus Moto _____ Bicicleta _____

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No _____

¿Cuál practicas? Patinaje, natacion

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? micro

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No _____

¿Qué actividades físicas realizan? Pruebas atleticas

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? no cambiaria nada

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? na cambia ria nada

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? no cambiaria nada

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? no cambiaria nada

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? no cambiaria nada

Nombre y Apellido Mario Alejandra Sánchez Sánchez
Doc. de Identidad 1097332301

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29/11/18 Curso: Patinaje Edad: 9

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? ¿Sabes cuánto pesas?

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? con mi mamá

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? Naranja, uvas

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? Zanahoria

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? yogurt

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? Papas y galletas

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? No como nada

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? Papas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Gaseosa

Describe cuál serían las onces ideales para ti Nada

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Natación, Patinaje y ajedrez

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física?

fútbol y ajedrez

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? Paseos ecologicos

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1

Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Yogurt

¿Qué No te agrada de este refrigerio? la fruta con queso rallado y la arepa

¿Qué le cambiarías? Nada

Opción 2

Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Nada

¿Qué le cambiarías? Nada

Opción 3

Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Nada

¿Qué le cambiarías? Nada

Opción 4

Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Nada

¿Qué le cambiarías? Nada

Opción 5

Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Nada

¿Qué le cambiarías? Nada

Nombre y Apellido Ana Gabriela Olarte Vargas

Doc. de Identidad _____

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29 11-18 Curso: Dating Edad: 11

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? ¿Sabes cuánto pesas?

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Mamá Papá

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:
Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?
Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?
Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?
3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No
¿Cuáles? Casi todas

1.8 ¿Comes verduras? Sí No
¿Cuáles? Tomate

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No
¿Cuáles? Yogurt, leche en polvo

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No
¿Qué traes? Plata

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? No

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No
¿Cuáles? Papas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Cacacola

Describe cuál serían las onces ideales para ti Fruta agua

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?
Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No
¿Cuál practicas? Patinaje Natación futbol agrades

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Futbol

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No
¿Qué actividades físicas realizan?

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Nada

¿Qué le cambiarías? No cambiaría nada

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No cambiaría nada

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? Pancake de banano

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? Arepuela

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? Nada

Nombre y Apellido Nikal Sofia Quintero Quirago
Doc. de Identidad 1097332374

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAVATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29-11-18 Curso: Patinaje Edad: 9

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? ¿Sabes cuánto pesas?

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Mamá, Papá, hermanos

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? manzana, duraznos, Fresas, Moras, Uvas

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? Aguacate, Zanahoria, etc

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? leche, eneldo, yogur, queso

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? Manzana, Uvas, Fresas

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? No nos dan

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? De Todos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Colombiana

Describe cuál serían las onces ideales para ti Uvas, Fresas

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Patinaje, Natación

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Relieves (Kermis)

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? Paseos Geológicos

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Nada

¿Qué le cambiarías? Nada

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Avena Fría

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Galletas cracker

¿Qué le cambiarías? Galletas cracker

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Bebida achocolatada

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Pancake de Banano

¿Qué le cambiarías? Pancake de banano

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Sorbete de fresa Arepuela.

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Nada

¿Qué le cambiarías? Nada

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Sorbete de curuba, Brocheta de Frutos

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Galleta wafer.

¿Qué le cambiarías? Galleta wafer

Nombre y Apellido Maria José Quintero Cruz

Doc. de Identidad 1097332631

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAVATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29 11 18 Curso: Patinaje Edad: 8

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? ¿Sabes cuánto pesas?

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Mama Papa Abalo tra

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? Uvas Fresas Mango Banana

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? Espinaca Banana etc

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? Yogur leche queso etc

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? jugo naturales galletas y frutas

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? hubeses

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? Todos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Cocacola

Describe cuál serían las onces ideales para ti Yogur, Fruta, Papá's

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Todos

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Relaves congelados

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? Paseos Ecologicos

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Si

¿Qué No te agrada de este refrigerio? El Maiz

¿Qué le cambiarías? Arepa de maíz blanco

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO CAMBIARIA NADA

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO CAMBIARIA NADA

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO CAMBIARIA NADA

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO CAMBIARIA NADA

Nombre y Apellido Adi Gabriela Cubides Ojalora
Doc. de Identidad _____

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29 Nov 2018 Curso: 1ro Edad: 6
Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.25 ¿Sabes cuánto pesas? 26

1. HABITOS ALIMENTARIOS

- 1.1 ¿Con quién vives? Mamá, Papá, hermana menor
- 1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:
Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida
- 1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No
- 1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?
3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos
- 1.7 ¿Comes frutas? Sí No
¿Cuáles? Manzana, uvas, banana, naranja.
- 1.8 ¿Comes verduras? Sí No
¿Cuáles? Brocoli, zanahoria, espinaca.
- 1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No
¿Cuáles? yogurt, queso, avena en leche.

2. RECREO

- 2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No
¿Qué traes? Yogurt, Jugos, gelatina, Galletas
Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes?
Avena, galleta y Fruta.
- 2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No
¿Cuáles? Papas, "de todito"
- 2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugo de Mora "Natural"
Describe cuál serían las onces ideales para ti
Galleta y Gelatina.

3. ACTIVIDAD FISICA

- 3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?
Caminando Bus Moto Bicicleta
- 3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No
¿Cuál practicas? Patinaje, Natación
- 3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física?
Mariposas
- 3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No
¿Qué actividades físicas realizan? Salto, Lazo

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? el Yogurt.

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Todo me gusta.

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Huevo cocido - Avena fría

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Galletas cracker.

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Nada

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Nada.

¿Qué le cambiarías? _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo

¿Qué No te agrada de este refrigerio? Nada

¿Qué le cambiarías? _____

Nombre y Apellido Juan Sebastian Cepeda Téllez

Doc. de Identidad 1.187213304

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29/11/18 Curso: 5 Edad: 9

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? ¿Sabes cuánto pesas?

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? mis papas

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? mango

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? la yuca

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? queso

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? galletas

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? no

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? pasas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugo

Describe cuál serían las onces ideales para ti una Jelitina

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? futbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? futbol

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? corre

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO

Nombre y Apellido Diego Alejandro Rodriguez Gerena

Doc. de Identidad 1102092083

**ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAATÁ, SANTANDER**

Fecha Encuesta 29 \ 11 \ 18 Curso: 5 Edad: 10

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? ¿Sabes cuánto pesas?

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? abuelo

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? banana fresa

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? Zanahoria

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? Leche

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes?

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? Si

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? onduladas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Gaseosa

Describe cuál serían las onces ideales para ti

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? natacion

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Atletismo

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? de todo

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No _____

Nombre y Apellido Yemmy Ardiña

Doc. de Identidad _____

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAVATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta _____ Curso: 6° Edad: 10

Sexo: M F _____ ¿Sabes cuánto mides? _____ ¿Sabes cuánto pesas? 30

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Mamá y hermano

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves _____ Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre _____ Algunas veces Nunca _____

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre _____ Algunas veces Nunca _____

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No _____

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos _____ 7 a 9 vasos _____ >10 vasos _____

1.7 ¿Comes frutas? Sí No _____

¿Cuáles? pera manzana

1.8 ¿Comes verduras? Sí No _____

¿Cuáles? espinacas

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No _____

¿Cuáles? leche

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí _____ No

¿Qué traes? plata

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? algunos veces

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No _____

¿Cuáles? dorito popos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? gaseosa

Describe cuál serían las onces ideales para ti un sandwich y coseoso

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus _____ Moto _____ Bicicleta _____

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No _____

¿Cuál practicas? fútbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? fútbol

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No _____

¿Qué actividades físicas realizan? ir a los pinos

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1

Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No cambiaría nada

Opción 2

Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No cambiaría nada

Opción 3

Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No cambiaría nada

Opción 4

Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No cambiaría nada

Opción 5

Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? No cambiaría nada

Nombre y Apellido Ángel Andrés Póchecho Arizá
Doc. de Identidad _____

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAVATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29 Noviembre 2018 Curso: 7 Edad: 12

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 163 ¿Sabes cuánto pesas? 48

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Mama Papa

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? Manzana

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? _____

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? _____

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? _____

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? _____

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? _____

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? gasimba

Describe cuál serían las onces ideales para ti _____

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Abstracción Fútbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? todo

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? no le cambiaría nada

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? no cambiaría nada

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? no cambiaría nada

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? no cambiaría nada

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? no cambiaría nada

Nombre y Apellido JUAN ATIZA
Doc. de Identidad 1097332337

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29 de Nov 2018 Curso: 4 Edad: _____

Sexo: M _____ F _____ ¿Sabes cuánto mides? _____ ¿Sabes cuánto pesas? 32 kg

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Papa mama y hermano

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves _____ Almuerzo Onces Comida _____

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre _____ Algunas veces Nunca _____

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces _____ Nunca _____

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No _____

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos _____ 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos _____ >10 vasos _____

1.7 ¿Comes frutas? Sí No _____

¿Cuáles? _____

1.8 ¿Comes verduras? Sí No _____

¿Cuáles? todas

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No _____

¿Cuáles? todos

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No _____

¿Qué traes? _____

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? todo

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No _____

¿Cuáles? todos csepto detadito

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Gaseosa

Describe cuál serían las onces ideales para ti _____

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando _____ Bus _____ Moto _____ Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No _____

¿Cuál practicas? Futbol y natacion

3.3. ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? fut bol, mariposa etc

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No _____

¿Qué actividades físicas realizan? pisina

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO

Nombre y Apellido Daniel Fernando Pacheco suares
Doc. de Identidad _____

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAVATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta Nov 29 2018 Curso: 7 Edad: 12

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.37 ¿Sabes cuánto pesas? 36

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? momá, abuelo y abuela, tío

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? Variado

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? Variado

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? todos

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? jugo, galletas

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? _____

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? Papas fritas, de toditos etc.

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? jugos

Describe cuál serían las onces ideales para ti jugo, galletas, papas fritas.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? natación, futbol

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? _____

todos

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? _____

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? no cambio na

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? no cambio nada

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? no cambio nada

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? no cambio nada

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? no cambio nada

Nombre y Apellido Yeiner Diaz
Doc. de Identidad 1097332386

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29/11/2018 Curso: noveno Edad: 15.

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? ¿Sabes cuánto pesas?

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? con mi mamá y mi hermano

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? mango, fresas, uvas, piña, manzana y banana

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? Lechuga y repollo

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? Leche y yogur

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? nada

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? nada

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? todos

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? el agua

Describe cuál serían las onces ideales para ti sandwiches, fruta picada, jugos naturales y agua.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? natación y danza y baloncesto

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? Atletismo

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? tratar.

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? nada

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? nada

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? nada

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? nada

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? nada

Nombre y Apellido Maria Paola Velasco Marin

Doc. de Identidad 1097332025

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAVATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29 de nov Curso: 6- Edad: 10
Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.45 ¿Sabes cuánto pesas? 23

1. HABITOS ALIMENTARIOS

- 1.1 ¿Con quién vives? mama
- 1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:
Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida
- 1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No
- 1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?
3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos
- 1.7 ¿Comes frutas? Sí No
¿Cuáles? mango manzana
- 1.8 ¿Comes verduras? Sí No
¿Cuáles? _____
- 1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No
¿Cuáles? _____

2. RECREO

- 2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No
¿Qué traes? jugo y galletas
Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? de todo
- 2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No
¿Cuáles? pasas
- 2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? jugo de queso
Describe cuál serían las onces ideales para ti _____

3. ACTIVIDAD FISICA

- 3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?
Caminando Bus Moto Bicicleta
- 3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No
¿Cuál practicas? fútbol
- 3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física?
fútbol
- 3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No
¿Qué actividades físicas realizan? caminar

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO _____

Nombre y Apellido DAVID CAMILO BELLO CROD

Doc. de Identidad 7097332574

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUAVATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29/11/2018 Curso: 10 Edad: 15
Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? 1.73 ¿Sabes cuánto pesas? 65K

1. HABITOS ALIMENTARIOS

- 1.1 ¿Con quién vives? papás y hermano
- 1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:
Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida
- 1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adicionas sal?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?
Siempre Algunas veces Nunca
- 1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No
- 1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?
3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos
- 1.7 ¿Comes frutas? Sí No
¿Cuáles? Durazno, Fresa, papaya,
- 1.8 ¿Comes verduras? Sí No
¿Cuáles? Tomate, Pimiento, lechuga
- 1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No
¿Cuáles? leche Yogurt

2. RECREO

- 2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No
¿Qué traes? nada
Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? no
- 2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No
¿Cuáles? Papas
- 2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? Jugos
Describe cuál serían las onces ideales para ti una manzana, un paquete de papas y un jugo o un Yogurt

3. ACTIVIDAD FISICA

- 3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?
Caminando Bus Moto Bicicleta
- 3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No
¿Cuál practicas? natacion y Fútbol
- 3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? atletismo
Futbol voleibol
- 3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No
¿Qué actividades físicas realizan? ninguna

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? nada
¿Qué le cambiarías? nada

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? nada
¿Qué le cambiarías? nada

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? nada
¿Qué le cambiarías? nada

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? nada
¿Qué le cambiarías? nada

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? Todo
¿Qué No te agrada de este refrigerio? nada
¿Qué le cambiarías? nada

Nombre y Apellido
Doc. de Identidad

Carlos David Pacheco Suarez
1005248958

4. OPCIONES DE REFRIGERIO

Opción 1
Yogurt
Fruta con queso rallado
Arepa de maíz blanco

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO _____

Opción 2
Avena fría
Huevo cocido
Galletas cracker

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO _____

Opción 3
Bebida achocolatada
Pancake de banano

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO _____

Opción 4
Sorbete de fresa
Arepuela

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO _____

Opción 5
Sorbete de curuba
Brocheta de frutas y queso
Galleta Wafer

¿Qué te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué No te agrada de este refrigerio? _____

¿Qué le cambiarías? NO _____

Nombre y Apellido Luna Michel Castañeda Rodríguez
Doc. de Identidad 1097 332 295

ENCUESTA ALIMENTACION SALUDABLE
COLEGIO INSTITUTO TECNICO AGROPECUARIO
MUNICIPIO DE GUA VATÁ, SANTANDER

Fecha Encuesta 29-11-78 Curso: 8 Edad: 12

Sexo: M F ¿Sabes cuánto mides? ¿Sabes cuánto pesas?

1. HABITOS ALIMENTARIOS

1.1 ¿Con quién vives? Con mis padres y hermanas

1.2 Selecciona las comidas que realizas al día:

Desayuno Medias nueves Almuerzo Onces Comida

1.3 ¿Cuándo te sirven alimentos, le adionas sal?

Siempre Algunas veces Nunca

1.4 ¿Cuándo te sirven bebidas les añades azúcar?

Siempre Algunas veces Nunca

1.5 ¿Te gusta tomar agua? Sí No

1.6 Si tomas agua ¿cuántos vasos al día?

3 vasos 4 a 6 vasos 7 a 9 vasos >10 vasos

1.7 ¿Comes frutas? Sí No

¿Cuáles? uvas, fresas, melon

1.8 ¿Comes verduras? Sí No

¿Cuáles? lechuga, espinaca

1.9 ¿Tomas o comes productos lácteos? Sí No

¿Cuáles? Queso, leche, etc.

2. RECREO

2.1. ¿Traes de tu casa algo para comer en el recreo? Sí No

¿Qué traes? Mantecada, avena

Si te dan onces en el Colegio ¿Qué comes? pan y yogurt

2.2. ¿Te gusta comer paquetes? Sí No

¿Cuáles? de todas

2.3 ¿Cuál es tu bebida favorita? el cafe

Describe cuál serían las onces ideales para ti Sachipapas con gaseosa.

3. ACTIVIDAD FISICA

3.1 ¿Cómo llegas al Colegio?

Caminando Bus Moto Bicicleta

3.2 ¿Te gusta hacer deporte? Sí No

¿Cuál practicas? Natación

3.3 ¿Que ejercicios realizas en tu clase de educación física? lujbol y

balceibol

3.4 ¿Realizan paseos, convivencias? Sí No

¿Qué actividades físicas realizan? no se