

# ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN “ENSANUT”

## CONFIDENCIALIDAD:

LOS DATOS PROPORCIONADOS POR EL INFORMANTE SON Estrictamente CONFIDENCIALES Y SERÁN UTILIZADOS ÚNICAMENTE CON FINES ESTADÍSTICOS DE ACUERDO AL ARTÍCULO 21 DE LA LEY DE ESTADÍSTICA

## ACTIVIDAD FÍSICA DE 18 A MENORES DE 60 AÑOS

8

### 1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA

1. Regional: 1. Norte; 2. Litoral; 3. Centro; 4. Sur	<input type="text"/>	6. Zona:	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
2. Area: 1. URBANA	<input type="text"/>	7. Sector:	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
3. Provincia:	<input type="text"/>	<input type="text"/>	8. No. de vivienda según muestra:		
4. Cantón:	<input type="text"/>	<input type="text"/>	9. No. de Hogar		
5. Cabecera Cantonal o Parroquial:	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>		

### INFORMANTE: PERSONA SELECCIONADA

### 2. DATOS DEL/LA INFORMANTE

INFORMANTE		COD. PER. FORM. DEL HOGAR	PRIMER NOMBRE	SEGUNDO NOMBRE	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO
Persona Original	SI	1				
	NO	2				
Persona Reemplazo	SI	1				
	NO	2				

## SECCIÓN I. ACTIVIDAD FÍSICA RELACIONADA CON TRANSPORTE

ENCUESTADOR/A: En el caso que corresponda, por favor encierre la o las respuestas CON UN CÍRCULO.

Estamos interesados en saber acerca de la clase de actividad física que la gente hace como parte de su vida diaria. Las siguientes preguntas se referirán al tiempo durante el cual estuvo físicamente activo(a) en los últimos 7 días. Por favor responda cada pregunta aún si usted no se considera una persona activa. Piense en aquellas actividades que usted hace para ir de un sitio a otro y en su tiempo libre de descanso, ejercicio o deporte.

Ahora piense en como se desplazó como pasajero o conductor usted de un lugar a otro, en los últimos 7 días. Por ejemplo: Ida y regreso del colegio, del trabajo, hacer mandados, pagar cuentas, comprar el mercado, ir al cine, entre otras

1	Durante los últimos 7 días, ¿se desplazó (como pasajero o conductor) en cualquiera de los siguientes VEHÍCULOS DE MOTOR: bus, carro particular, taxi, moto, buseta, tricimoto, lancha o trolebús?	<p>Si ..... 1</p> <p>No ..... 2 →</p>	<div>PASE a PREG. 3</div>
RECUERDE : Se incluye pasajero de bicicleta			

## SECCIÓN I. ACTIVIDAD FÍSICA RELACIONADA CON TRANSPORTE

ENCUESTADOR/A: En el caso que corresponda, por favor encierre la o las respuestas CON UN CÍRCULO.

- 2 Indíqueme cuáles días y cuánto tiempo se desplazó usted en un vehículo de motor como bus, carro particular, taxi, moto, buseta, lancha, tricimoto o trolebús. Indique al encuestado cual es el TIEMPO real que pasa EN TODOS los vehículos que se transportó. Incluye pasajero de una bicicleta.

	Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		Sábado		Domingo	
	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min
1														
2														

ENCUESTADOR/A: Inicie el recordatorio en la fila 2 de la tabla desde el día anterior a la entrevista, hacia atrás hasta cumplir 7 días.

Las preguntas que vienen a continuación se refieren a si (...) condujo la bicicleta, para ir de un lugar a otro, incluyendo sitios como el trabajo, estudio, tiendas, entre otros, SIN propósito de recreación o deporte. Por favor, NO incluya las actividades que usted ya mencionó.

- 3 Durante los últimos 7 días. ¿Condujo bicicleta al menos 10 minutos seguidos, para ir de un lugar a otro, SIN propósitos de recreación y deporte? Incluya, ir a lugares como su trabajo, supermercados, bancos, sitios de estudio, entre otros?

S ..... 1

No ..... 2 →

PASE a  
PREG. 5

- 4 Indíqueme cuáles días y cuánto tiempo condujo bicicleta para ir de un lugar a otro, SIN propósito de recreación y deporte.

	Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		Sábado		Domingo	
	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min
1														
2														

ENCUESTADOR/A: Inicie el recordatorio en la fila 2 de la tabla desde el día anterior a la entrevista, hacia atrás hasta cumplir 7 días.

Ahora piense únicamente en las caminatas que realizó para desplazarse de un lugar a otro, en los últimos 7 días como ida y regreso a pagar cuentas, comprar el mercado, ir a la universidad o trabajo, hacer mandados, SIN propósito de recreación y deporte.

- 5 Durante los últimos 7 días ¿caminó para ir de un lugar a otro durante al menos 10 minutos seguidos?

Si ..... 1

No ..... 2 →

PASE a  
PREG. 1  
SECCIÓN II.

- 6 Indíqueme cuáles días y cuánto tiempo caminó para ir de un lugar a otro, SIN propósito de recreación y deporte.

	Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		Sábado		Domingo	
	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min
1														
2														

ENCUESTADOR/A: Inicie el recordatorio en la fila 2 de la tabla desde el día anterior a la entrevista, hacia atrás hasta cumplir 7 días.

## SECCION II. ACTIVIDAD FÍSICA RELACIONADA CON LA RECREACIÓN, DEPORTE Y TIEMPO LIBRE

ENCUESTADOR/A: En el caso que corresponda, por favor encierre la o las respuestas CON UN CÍRCULO.

Ahora piense en actividades físicas que usted realizó en los últimos 7 días únicamente por recreación, deporte, ejercicio o en su tiempo libre, **NO** incluya actividades que ya haya mencionado

1 Durante los últimos 7 días ¿caminó por lo menos 10 minutos continuos por recreación, deporte, ejercicio o en su tiempo libre?

Si ..... 1

No ..... 2 →

PASE a  
PREG. 3.

2 Indíqueme cuáles días y cuánto tiempo caminó para ir de un lugar a otro, CON propósito de recreación y deporte.

1	Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		Sábado		Domingo	
	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min

  

2	Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		Sábado		Domingo	
	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min

ENCUESTADOR/A:  
Inicie el recordatorio en la fila 2 de la tabla desde el día anterior a la entrevista, hacia atrás hasta cumplir 7 días.

Ahora piense en actividades físicas moderadas que realizó en su tiempo libre, en los últimos 7 días. Las actividades físicas moderadas son las que le hacen respirar algo mas fuerte de lo habitual por lo menos durante 10 minutos seguidos, por ejemplo montar en bicicleta, trotar a paso regular, bailar en ritmo suave. **NO** incluya actividades que ya haya mencionado.

3 Durante los últimos 7 días ¿realizó actividades físicas moderadas en su tiempo libre?

Si ..... 1

No ..... 2 →

PASE a  
PREG. 5

4 Indíqueme cuáles días y cuánto tiempo realizó actividades físicas moderadas en su tiempo libre.

1	Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		Sábado		Domingo	
	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min

  

2	Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		Sábado		Domingo	
	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min

ENCUESTADOR/A:  
Inicie el recordatorio en la fila 2 de la tabla desde el día anterior a la entrevista, hacia atrás hasta cumplir 7 días.

Ahora piense en actividades físicas vigorosas que requieren un gran esfuerzo físico y que usted realizó en su tiempo libre en los últimos 7 días. Actividades físicas vigorosas son las que le hacen respirar mucho más fuerte de lo normal por lo menos 10 minutos seguidos como por ejemplo: practicar fútbol, realizar ejercicios aeróbicos, correr cicular rápido, nadar rápido ( no incluya actividades ya mencionadas)

5 Durante los últimos 7 días ¿realizó actividades físicas vigorosas en su tiempo libre, por lo menos 10 minutos seguidos?

Si ..... 1

No ..... 2 →

PASE a  
PREG. 7

SECCION II. ACTIVIDAD FÍSICA RELACIONADA CON LA RECREACIÓN, DEPORTE Y TIEMPO LIBRE

ENCUESTADOR/A: En el caso que corresponda, por favor encierre la o las respuestas CON UN CÍRCULO.

6 Indíqueme cuáles días y cuánto tiempo realizó actividades físicas vigorosa en su tiempo libre.

1	Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		Sábado		Domingo	
	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min
2	Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		Sábado		Domingo	
	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min	Horas	Min

ENCUESTADOR/A: Inicie el recordatorio en la fila 2 de la tabla desde el día anterior a la entrevista, hacia atrás hasta cumplir 7 días.



7 En alguno de los 4 Últimos fines de semana ¿usted fue al CICLOPASEO con propósito de deporte o recreación?

Si ..... 1

No ..... 2