

35.-Generalmente prefieres las bebidas ENERGÉTICAS...
 Sin azúcar Con azúcar

36.-En el último AÑO, ¿tus padres han tomado bebidas ENERGÉTICAS en alguna ocasión?
 Nunca Alguna vez Muchas veces No lo sé

37.- En el último AÑO, generalmente has practicado ejercicio físico o participado en actividades deportivas (por ejemplo ir en bicicleta, footing, natación, fútbol, basquet, patinaje, baile, tenis...) aproximadamente cada.....

Nunca Raramente Una vez a la semana 2 veces a la semana 3-4 veces a la semana Cada día

38.- En un MES cualquiera del último AÑO, ¿cuántas latas de bebidas ENERGÉTICAS has tomado en una única sesión de deporte/ejercicio físico?

Ninguna Sólo 1 lata 2 latas 3 latas 4 latas Más de 4 (especifica el promedio) latas

Si has contestado "Ninguna", no contestes las preguntas 39 a 41

39.- Generalmente, si tomas bebidas ENERGÉTICAS antes/durante/después de practicar algún deporte, el motivo es para aumentar.....

	Poco de acuerdo	Estoy de acuerdo	Muy de acuerdo
39.a- El tiempo de resistencia a intensidad máxima	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39.b- La resistencia aeróbica	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39.c- La concentración	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39.d- La fuerza	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39.e- Otros (especifica)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

40.- En el último AÑO, en alguna ocasión, ¿has tomado bebidas ENERGÉTICAS y alcohol a la vez? (puedes contestar a más de una respuesta)

- Sí, mezclado en el momento del consumo en el mismo vaso (por ejemplo un combinado/cóctel: bebida energética y alcohol)

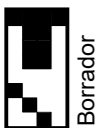
- Sí, bebidas energéticas alcohólicas premezcladas (por ejemplo, lata/botella preparada para tomar con alcohol)

- Sí, pero tomadas en momentos diferentes (por ejemplo, consumo de alcohol antes/después del consumo de una bebida energética)

- No, nunca

41.- En un MES cualquiera, en el último AÑO, has tomado bebidas ENERGÉTICAS y alcohol mezclados o consumidos en momentos diferentes, pero en una misma sesión, aproximadamente cada.....

Nunca Una vez al mes Una vez a la semana 2-3 días a la semana 4-5 días a la semana Cada día



Cuestionario de consumo de bebidas para alumnos de 2º ESO a 2º de Bachillerato

Escuela / **Curso** / **Aula** / **Alumno**

1.-Año de nacimiento

Sexe Masculino Femenino

2.- Nivel educativo ESO Bachillerato

Peso (xxx,x Kg) ,

Altura (1,xx metros) ,

4.-Pais de procedencia del padre

5.-Pais de procedencia de la madre

6.-Profesión del padre

7.-Profesión de la madre

8.-Actualmente tu padre... Está en el paro Está trabajando Otra situación

9.-Actualmente tu madre... Está en el paro Está trabajando Otra situación

10.- Especifica la otra situación del padre

11.- Especifica la otra situación de la madre

12.-En un DIA cualquiera, ¿cuántas horas duermes cada noche? Horas

13.- ¿Fumas? No fumo Sólo a veces Los fines de semana Cada día

14.-En un DIA cualquiera, ¿cuánto rato miras la televisión?

Nunca A veces Menos de una hora Entre 1 y 3 horas Entre 3 y 5 horas Más de 5 horas

15.-En un DIA cualquiera, ¿cuánto rato juegas a videojuegos o utilizas la tablet, ordenador o el móvil?

Nunca A veces Menos de una hora Entre 1 y 3 horas Entre 3 y 5 horas Más de 5 horas

15.b- ¿Tienes alguna asignatura pendiente del curso pasado?

Ninguna 1 2 4 4 o más

¿En qué momentos tomas estas bebidas?	Nunca	Durante el día	En las comidas	Durante el deporte	En el tiempo de ocio
16.- Agua	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.- Bebidas refrescantes (Ej: Coca Cola, Fanta, Trina, ...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.- Zumos de fruta, batidos de bebidas comerciales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.- Bebidas energéticas (Ej: Red Bull, Monster, Burn...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.- Bebidas deportivas (Ej: Gatorade, Powerade, Aquarius...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.- Cerveza	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.- Vino	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.- Bebidas alcohólicas (Vodka, Ron, Ginebra, Whisky..)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.- Otras bebidas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Especifica

25.- En un MES cualquiera del último año, ¿has tomado bebidas REFRESCANTES con cafeina (Coca-Cola,Pepsi, Nestea), sin cafeina (Trinaranjus, Fanta...) o bebidas DEPORTIVAS (Aquarius, Powerade,Gatorade, Isostar...) aproximadamente.....

- | | | |
|---|---|---|
| a.- Bebidas refrescantes CON cafeina | b.- Bebidas refrescantes SIN cafeina | c.- Bebidas deportivas |
| <input type="checkbox"/> Nunca | <input type="checkbox"/> Nunca | <input type="checkbox"/> Nunca |
| <input type="checkbox"/> Una o dos veces al mes | <input type="checkbox"/> Una o dos veces al mes | <input type="checkbox"/> Una o dos veces al mes |
| <input type="checkbox"/> Una vez a la semana | <input type="checkbox"/> Una vez a la semana | <input type="checkbox"/> Una vez a la semana |
| <input type="checkbox"/> 2-3 días a la semana | <input type="checkbox"/> 2-3 días a la semana | <input type="checkbox"/> 2-3 días a la semana |
| <input type="checkbox"/> 4-5 días a la semana | <input type="checkbox"/> 4-5 días a la semana | <input type="checkbox"/> 4-5 días a la semana |
| <input type="checkbox"/> Cada día | <input type="checkbox"/> Cada día | <input type="checkbox"/> Cada día |

Si has contestado "NUNCA" las tres veces, no contestes las preguntas 26, 27 i 28 y pasa directamente a la pregunta 29

26.- En un MES cualquiera del último año, ¿cuántas latas de bebidas REFRESCANTES con cafeina (Coca-Cola, Pepsi, Nestea), sin cafeina (Trinaranjus, Fanta...) o bebidas DEPORTIVAS (Aquarius,Powerade, Gatorade, Isostar...) has tomado?

- | | | |
|---|---|---|
| a.- Bebidas refrescantes CON cafeina | b.- Bebidas refrescantes SIN cafeina | c.- Bebidas deportivas |
| <input type="checkbox"/> Ninguna | <input type="checkbox"/> Ninguna | <input type="checkbox"/> Ninguna |
| <input type="checkbox"/> Menos de una lata a la setmana | <input type="checkbox"/> Menos de una lata a la setmana | <input type="checkbox"/> Menos de una lata a la setmana |
| <input type="checkbox"/> De 1 a 2 latas a la semana | <input type="checkbox"/> De 1 a 2 latas a la semana | <input type="checkbox"/> De 1 a 2 latas a la semana |
| <input type="checkbox"/> Unas 3 latas a la semana | <input type="checkbox"/> Unas 3 latas a la semana | <input type="checkbox"/> Unas 3 latas a la semana |
| <input type="checkbox"/> De 4 a 6 latas a la semana | <input type="checkbox"/> De 4 a 6 latas a la semana | <input type="checkbox"/> De 4 a 6 latas a la semana |
| <input type="checkbox"/> De 7 a 10 latas a la semana | <input type="checkbox"/> De 7 a 10 latas a la semana | <input type="checkbox"/> De 7 a 10 latas a la semana |
| <input type="checkbox"/> Más de 10 latas a la semana | <input type="checkbox"/> Más de 10 latas a la semana | <input type="checkbox"/> Más de 10 latas a la semana |

27.- ¿Cuál es la medida habitual de las bebidas que consumes?

27.a.- Bebidas refrescantes en general

- Un vaso (200 ml)
- Una lata (350 ml)
- Una botella de medio litro (500 ml)
- Una botella de 1 litro (1.000 ml)
- Otras medidas (especifica ml)

27.b.- Bebidas deportivas

- Un vaso (200 ml)
- Una lata (350 ml)
- Una botella de medio litro (500 ml)
- Una botella de 1 litro (1.000 ml)
- Otras medidas (especifica ml)

29.- En un MES cualquiera del último año, ¿has tomado bebidas energéticas (Red Bull, Monster, Burn,Rockstar) cada....?

- Nunca Sólo a veces 1-2 veces/mes 1 vez/setmana 2-3 días/semana 4-5 días/semana Cada día

Si has contestado "NUNCA" en la pregunta 29, pasa directamente a la pregunta 37



30.- ¿Dónde y con qué frecuencia has tomado bebidas ENERGÉTICAS (Red Bull, Monster, Burn,Rockstar...)?

	Nunca	A veces	Habitualmente
30.a- En casa, en situación normal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.b- En casa, con los amigos durante las fiestas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.c- En el bar o pub	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.d- En la discoteca	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.e- Cuando realizo deporte y ejercicio físico	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.f- Otros (especifica)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

31.- ¿Cuál es la MEDIDA habitual de las BEBIDAS ENERGÉTICAS que consumes?

- Lata pequeña (250 ml) Lata mediana (335 ml) Lata grande (470-500 ml) Otras (especifica ml)

32.- En un MES cualquiera del último año, ¿cuántas LATAS de bebidas ENERGÉTICAS has tomado?

- Ninguna
- 1 o menos a la semana
- De 2 a 4 latas a la semana
- De 5 a 10 latas a la semana
- De 11 a 20 latas a la semana
- Más de 20 llaunes a la setmana (especifica el promig) latas

33.- En el último AÑO, ¿cuántas latas de BEBIDAS ENERGÉTICAS has llegado a tomar en una sola ocasión (per ejemplo en una sola noche, o mientras estudiabas, o realizabas una sesión de deporte o en una fiesta)?

- Ninguna Sólo 1 lata 2 latas 3 latas 4 latas Más de 4 (especifica el promedio) latas

34.- ¿Porqué acostumbras a beber bebidas ENERGÉTICAS?

	Poco de acuerdo	Estoy de acuerdo	Muy de acuerdo
34.a- Necesidad de energia (en general)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34.b- Para mantenerme despierto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34.c- Me gusta su sabor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34.d- Aumenta la concentración	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34.e- Para tratar la resaca	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34.f- Para mejorar mi rendimiento	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34.g- Porque está de moda	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34.i- Otros motivos (especifica)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>