

CODIFICACION

❖ **n_encuesta:** número de la encuesta

❖ **día:** día en que se realizó la encuesta:

1- lunes

2- martes

3- miércoles

4- jueves

5- viernes

6- sábado

7- domingo

❖ **mes:** mes en que se realizó la encuesta :

1- enero

2- febrero

3- marzo

4- abril

5- mayo

6- junio

7- julio

8- agosto

9- septiembre

10- octubre

11- noviembre

12- diciembre

❖ **est:** estación en que se realizó la encuesta:

1-verano

2-otoño

3-invierno

4-primavera

❖ **ecar:** Presencia de enfermedad cardiovascular: 1- no; 2- si.

❖ **hta:** Presencia de hipertensión arterial: 1- no; 2- si

❖ **HTA:** Presencia de hipertensión arterial según declaración de la persona y según medición: 1- no; 2- si

❖ **dlp:** Presencia de dislipemia: 1- no; 2- si

❖ **ec:** Presencia de enfermedad cardiaca: 1- no; 2- si

❖ **ic:** Presencia de insuficiencia cardiaca: 1- no; 2- si

❖ **tecar:** Tipo de tratamiento de enfermedad cardiovascular:

1-no realiza

2-Fármaco

3-dietoterapia

4-act. Física

5-fármaco + dietoterapia + act. Física

6-fármaco + dietoterapia

7-fármaco + act. Física

8-dietoterapia + act. Física

❖ **ten1max:** se anota la cifra máxima de tensión arterial medida por primera vez

❖ **ten1min:** se anota la cifra mínima de tensión arterial medida por primera vez

❖ **fuma:** 1- no; 2- si.

❖ **cant:** cantidad por semana. Si no fuma se coloca el 999

❖ **antepa:** antecedentes de enfermedad cardiovascular del padre: 1- no; 2- si.

❖ **antema:** antecedentes de enfermedad cardiovascular de la madre: 1- no; 2- si.

❖ **anteher:** antecedentes de enfermedad cardiovascular de los hermanos: 1- no; 2- si.

❖ **dbt:** Presencia de diabetes: 1- no; 2- si

❖ **tipo1:** 1- no; 2- si

❖ **tipo2:** 1- no; 2- si

❖ **tiempo:** tiempo (en años) desde que tiene la enfermedad de diabetes. Si la tiene hace menos de un año se calcula:

los meses que hace que presenta la enfermedad dividido 12 meses; por ejemplo 4 meses/12 meses = 0,33. Si no tiene se coloca 999

❖ **tratadbt:** Tipo de tratamiento de diabetes:

- 1-no realiza tratamiento
- 2-Insulina
- 3-Dieta
- 4-Act. Física (AF)
- 5-Hipoglucemiantes Orales (HO)
- 6-insulina + dieta + act. física + hipoglucemiantes
- 7-insulina + dieta + act .física
- 8- insulina + dieta
- 9-insulina + hipoglucemiantes
- 10-insulina + act. física
- 11-dieta + act. física
- 12-dieta + hipoglucemiantes
- 13-act. física + hipoglucemiantes
- 14-dieta + hipoglucemiantes + act. Física
- 15-dieta + HO +AF
- 16-Educación Diabetológica (ED)
- 17-Insulina + Educación Diabetológica
- 18-Dieta + Educación Diabetológica
- 19-Actividad Física + Educación Diabetológica
- 20-Insulina + Dieta + Hipoglucemiantes orales
- 21-Insulina + Dieta + Educación Diabetológica
- 22-Insulina + Actividad Física + Hipoglucemiantes Orales
- 23-Insulina + Actividad Física + Educación Diabetológica
- 24-Insulina + Dieta + Hipoglucemiantes Orales + Actividad Física
- 25-Insulina + Dieta + Actividad Física + Educación Diabetológica
- 26-Insulina +Dieta + Actividad Física + Hipoglucemiantes Orales + ED
- 27-Insulina + Actividad Física + HO
- 28-Insulina + AF + ED
- 29-Insulina + HO + ED
- 30-Dieta + AF + ED

❖ **antepad:** antecedentes del padre de diabetes: 1- no; 2- si.

❖ **antemad:** antecedentes de la madre de diabetes: 1- no; 2- si.

❖ **anteherm:** antecedentes de hermanos de diabetes: 1- no; 2- si

❖ **antehij:** antecedentes de hijos de diabetes: 1- no; 2- si

❖ **charla:** asistió a charlas informativas sobre diabetes: 1- no; 2- si.

❖ **prog:** asiste a un programa regular de diabetes: 1- no; 2- si.

❖ **cancer:** 1- no; 2- si.

❖ **tummal:** presencia de tumor maligno: 1- no; 2- si.

❖ **tumben:** presencia de tumor benigno: 1- no; 2- si.

❖ **ubic:** ubicación del tumor .Si no tiene tumor se coloca 1

2. cavidad oral y del labio

3. laringe

4. esófago

5. estómago

6. intestino delgado

7. colon

8. recto

9. hígado

10. páncreas

11. riñón

12. vejiga

13. pulmón

14. ovario
15. cuello uterino
16. endometrio
17. mamas
18. próstata
19. testículos
20. paratiroides
21. sarcoma de kaposi
22. tiroides
23. leucemia
24. hodking
25. linfomas no hodking
26. huesos
27. piel

28. nariz
29. cerebro: tumor cerebral en adultos
30. Axilas
31. Cuello
32. Ganglio
33. Brazo
34. Cola
35. Hombro
36. Matriz
37. Oído
38. Sublingual
39. Útero

❖ **tratinst:** tipo de institución en la que realiza el tratamiento

1. institución pública
2. institución privada

Si no tiene tumor se coloca 999

❖ **actfis:** realiza actividad física: 1- no; 2- si.

❖ **Nombre:** nombre de la actividad que realiza. Si no realiza se coloca 999

- | | |
|------------------------------|-----------------------------------|
| 1. caminar (ae) | 30. bicicleta y yoga |
| 2. localizada y bicicleta | 31. fútbol y natación |
| 3. bicicleta (ae) | 32. tenis y voley |
| 4. yoga (ae) | 33. tenis y caminar |
| 5. fútbol (i) | 34. tenis y correr |
| 6. básquet (i) | 35. tenis, caminar y correr |
| 7. natación (ae) | 36. correr y caminar |
| 8. tenis (i) | 37. correr y aerobox |
| 9. voley (i) | 38. correr y fútbol |
| 10. musculación (an) | 39. handboll |
| 11. artes marciales (an) | 40. equitación y hockey |
| 12. escalar | 41. natación, bicicleta y correr |
| 13. danza (ae) | 42. pedestrisimo |
| 14. atletismo (ae) | 43. artes marciales y musculación |
| 15. rugby (i) | 44. bicicleta y pilates |
| 16. correr (ae) | 45. fútbol y básquet |
| 17. aeróbic (ae) | 46. paddle y fútbol |
| 18. gimnasia localizada (ae) | 47. musculación y fútbol |
| 19. bicicleta y caminar | 48. fútbol, básquet y paddle |
| 20. natación y caminar | 49. aeróbic y danza |
| 21. caminar y yoga | 50. spinning |
| 22. caminar y aeróbic | 51. hockey |
| 23. caminar y danza | 52. yoga, bicicleta y caminata |
| 24. caminar y fútbol | 53. natación, básquet y fútbol |
| 25. caminar y jazz | 54. musculación y danza |
| 26. básquet, fútbol y voley | 55. gimnasia + fútbol |
| 27. aeróbic y localizada | 56. aeróbic + musculación |
| 28. musculación y localizada | 57. gimnasia + natación |
| 29. bicicleta y aeróbic | 58. gimnasia + jockey |

59. voley + fútbol
60. fútbol + tenis
61. caminata + gimnasia localizada
62. correr + gimnasia localizada + natación
63. equitación
64. patinaje
65. golf

66. fútbol + bicicleta
67. tenis + gimnasia localizada
68. bicicleta + basket
69. gimnasia + corre
84. boxeo
90. volley y caminata
91. paddle

❖ **act:** actividad que realiza:

1. No realiza
2. recreativa
3. competitiva

4. intermedia

❖ **tipo:** tipo de actividad que realiza

1. no realiza
2. aeróbica
3. anaeróbica

4. intermitente (tiene períodos de descanso: fútbol, básquet)

❖ **durac:** duración de la actividad física en minutos:

- 1- no realiza
- 2- menos de 20'
- 3- entre 20 y 60'

- 4- más de 60'

❖ **veces:** número de veces por semana que realiza la actividad:

1: no realiza

6:6/seman

2: realiza 2 veces por semana

7:7/semana

3: 3/semana

8:1/semana

4: 4/sema

5:5/semana

❖ **carga:**

1. sin carga
2. carga alta

3. carga baja

❖ **stress:** se coloca el valor de stress percibido por el individuo, donde 1 es nada estresado y 5 se considera muy estresado.

❖ **imagen:** imagen corporal evaluada por el entrevistador.

❖ **perc:** auto percepción de la imagen corporal por el individuo.

❖ **sexo:** 1-sexo masculino. 2- sexo femenino.

❖ **edad:** en años

❖ **eciv:** estado civil

1 - soltero

5 - divorciado

2 - casado

6 - viudo

3 - concubinato

4 - separado

❖ **nhijos:** número de hijos. Si no tiene hijos se pone 999

❖ **eent:** educación del entrevistado

1- primario incompleto

4- secundario completo

2- primario completo

5- terciario

3- secundario incompleto

6- universitario;

7- postgrado.
8- terciario incompleto

9- universitario incompleto

❖ **nes:** nivel económico social (se calcula por sumatoria de variables)

1- nivel económico social alto

5- nivel económico social bajo inferior

2- nivel económico social medio alto

6- marginal.

3- nivel económico social medio típico

4- nivel económico social bajo superior

OCUPACION PRINCIPAL SOSTÉN DEL HOGAR	PUNTAJE
Dueño o alta dirección de empresas(más de50 empleados)	32 ptos.
Dueño o alta dirección de empresas(6 a 50 empleados)	28 ptos.
Dueño o alta dirección de empresas (1 a 5 empleados)	22 ptos.
Profesionales independientes	16 ptos.
Técnico independientes y en relación de dependencia	12 ptos.
Comerciantes sin personal , artesanos, encargados y supervisores	10 ptos.
Empleados sin jerarquía	7 p
Supervisores	10 p
Obreros calificados o especializados	6 p
Trabajos autónomos u obreros no calificados	4 p
Ocupación sin inserción en act. económica genuina (changas)	2 p
Pasivos e inactivos (jubilados)	4 p
Desocupados	2 p

Cantidad de aportantes en el hogar:

4 ó + ☐ 9 p

2 a 3 ☐ 7 p

1 ☐ 1 p

Nivel educativo del PSH:

- Univ. Completo o postgrado 13 p

- Univ. Inc. o Terciario o Secundario completo 4 p

- Secundario incompleto, primario completo o inc. 0 p

Posesión de Bienes y Servicios:

- Conexión a internet en el hogar 8 p

- Computadora en el hogar 6 p

- Tarjeta de débito 5 p

- Cantidad de autos (de menos de 15 años de antigüedad)

☐ 2 ó + 22 p

☐ 1 11 p

Tipo de atención médica

- _____ Privada o con obra social o medicina prepaga 5 p

- _____ Hospital público 0 p

<u>Código</u>	<u>CLASE</u>	<u>PUNTAJE</u>
1	Alta	55 a 100
2	Media alta	37 a 54
3	Media típica	29 a 36
4	Baja superior	17 a 28
5	Baja inferior	12 a 16
6	Marginal	0 a 11

- ❖ **peso:** el peso se anota en kg
- ❖ **talla:** la talla se anota en mts
- ❖ **imc:** índice de masa corporal:
- ❖ **clasifIMC**
 - 1- menos de 18.5 kg / m² : bajo peso
 - 2- de 18.5 a 24.9 kg / m²: peso normal
 - 3- de 25 a 29.9 kg / m²: preobesidad
 - 4- más de 30 a 34.9 kg / m²: Obesidad grado I
 - 5- 35 a 39.9 kg / m²: Obesidad grado II
 - 6- Mayor o igual a 40 kg / m²: Obesidad grado III
- ❖ **cc:** circunferencia de cintura: se anota en cm
- ❖ **riesgo:** riesgo de enfermedad cardiovascular y metabólica según circunferencia de cintura:
 - 1.- cintura de bajo riesgo: sexo feme: <80; sexo masc:< 94
 - 2.- cintura de riesgo incrementado: sexo feme: 80 a 88; sexo masc: 94 a 102
 - 3.- cintura de alto riesgo: sexo feme: ≥ 88; sexo masc: ≥ 102
- ❖ **ten2max:** se anota el valor máximo de tensión arterial
- ❖ **ten2min:** se anota el valor minino de tensión arterial

VALORACION Y REGISTRO DEL CONSUMO (FREC. Y REC.)

Para determinar si un consumo es adecuado o no se seguirán los siguientes pasos:

- 1- Determinar el VET recomendado para una persona de esa edad , sexo, peso y talla.
- 2- Determinar cuanto deberían representar los hidratos de carbono en esa dieta: siendo considerados normales valores entre 55% - 60% del VET
- 3- Determinar cuanto deberían representar las proteínas en esa dieta: siendo considerados normales valores entre 10% - 15% del VET
- 4- Determinar cuanto deberían representar las grasas en esa dieta: siendo considerados normales valores entre 25% - 30% del VET
- 5- Comparar según los datos aportados por el Dietplan la ingesta energética, de carbohidratos, proteínas y grasas y determinar si el consumo es alto, adecuado o bajo:

VET 2500 cal:

HdC: 1375(55%) - 1500(60%)

344g

375g

Si el valor que aporta el DietPlan sobre los hidratos se encuentra en este rango el consumo es adecuado.

Si el valor lo supera el consumo es alto, y si es inferior el consumo es bajo.

NOTA: los cálculos de adecuación se realizaron según RDA 1989 (N.R.C) (Ver tabla de adecuacion del consumo por edad y sexo al final)

- ❖ **fve1** valor energético según frecuencia
 - 1- frecuencia/valor energético consumo bajo
 - 2- frecuencia/valor energético consumo adecuado
 - 3- frecuencia/valor energético consumo alto
- ❖ **fve2:** se anota el VET en Kcal.

- ❖ **fgl1:** ingesta de glúcidos según frecuencia
 - 1- frecuencia/glúcidos consumo bajo
 - 2- frecuencia/glúcidos consumo adecuado
 - 3- frecuencia/glúcidos consumo alto
- ❖ **fgl2:** se anota el valor de glúcidos en gramos

- ❖ **fpr1:** ingesta de proteínas según frecuencia
 - 1- frecuencia/proteínas consumo bajo
 - 2- frecuencia/proteínas consumo adecuado
 - 3- frecuencia/proteínas consumo alto
- ❖ **fpr2:** se anota el valor de proteínas en gramos

- ❖ **fgr1:** ingesta de grasas según frecuencia
 - 1- frecuencia/grasas consumo bajo
 - 2- frecuencia/grasas consumo adecuado
 - 3- frecuencia/grasas consumo alto
- ❖ **fgr2:** se anota el valor de grasas en gramos

- ❖ **fgs1:** ingesta de grasas saturadas según frecuencia
 1. frecuencia/grasas saturadas consumo adecuado – 10% VET
 2. frecuencia/grasas saturadas consumo alto: +10% del VET
- ❖ **fgs2:** se anota el valor de grasas saturadas en gramos

- ❖ **fgins1:** ingesta de grasas insaturadas según frecuencia
 1. frecuencia/grasas insaturadas consumo bajo
 2. frecuencia/grasas insaturadas consumo adecuado
 3. frecuencia/grasas insaturadas consumo alto: +10% del VET
- ❖ **fgins2:** se anota el valor de grasas insaturadas en gramos

- ❖ **fgp1:** ingesta de grasas poliinsaturadas según frecuencia
 1. frecuencia/grasas poliinsaturadas consumo bajo -7% VET
 2. frecuencia/grasas poliinsaturadas consumo adecuado 7 a 10% VET
 3. frecuencia/grasas poliinsaturadas consumo alto +10% VET
- ❖ **fgp2:** se anota el valor de grasas poliinsaturadas en gramos

- ❖ **fgm1:** ingesta de grasas monoinsaturadas según frecuencia
 1. frecuencia/grasas monoinsaturadas consumo bajo -10% VET
 2. frecuencia/grasas monoinsaturadas consumo adecuado 10 a 15% VET
 3. frecuencia/grasas monoinsaturadas consumo alto +15% VET
- ❖ **fgm2:** se anota el valor de grasas monoinsaturadas en gramos

- ❖ **fcoll1:** ingesta de colesterol según frecuencia
 1. frecuencia/colesterol consumo adecuado:< 300mg/día
 2. frecuencia/colesterol consumo alto:>300 mg/día
- ❖ **fcoll2:** se anota el valor de colesterol en gramos

- ❖ **ffi1:** ingesta de fibra según frecuencia
 - 1- frecuencia/fibra consumo bajo
 - 2- frecuencia/fibra consumo adecuado 25 a 35 g ¿?
 - 3- frecuencia/fibra consumo alto
- ❖ **ffi2:** se anota el valor de fibra en gramos

- ❖ **ffs1:** : ingesta de fibra soluble según frecuencia
 1. frecuencia/fibra consumo bajo
 2. frecuencia/fibra consumo adecuado
 3. frecuencia/fibra consumo alto
- ❖ **ffs2:** se anota el valor de fibra soluble en gramos

- ❖ **ffin1:** ingesta de fibra insoluble según frecuencia
 1. frecuencia/fibra consumo bajo
 2. frecuencia/fibra consumo adecuado
 3. frecuencia/fibra consumo alto
- ❖ **ffin2:** se anota el valor de fibra en gramos

- ❖ **fsodio:** se anota el valor de sodio

- ❖ **falc1:** ingesta de alcohol según frecuencia
 1. frecuencia/alcohol consumo bajo: - 250ml/día
 2. frecuencia/fibras consumo alto: + 250ml/día
- ❖ **falc2:** se anota el consumo de alcohol en gr

- ❖ **lact:** Lácteos. Se anota la cantidad consumo por día. Se incluyen leches y yogurt
- ❖ **flact:** se anota la cantidad de veces que se consume algún lácteo en el mes
- ❖ **que:** Quesos, se anota la cantidad en gramos consumida por día
- ❖ **fque:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **hue:** Huevos, se anota la cantidad en gramos consumida por día
- ❖ **fhue:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **car:** Carnes rojas, se anota la cantidad en gramos consumida por día
- ❖ **fcar:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **cab:** Carnes blancas, se anota la cantidad en gramos consumida por día. Se incluye ave y pescado
- ❖ **fcab:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **cac:** Carne de cerdo, se anota la cantidad en gramos consumida por día.
- ❖ **fcac:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **vis:** Visceras. Se anota la cantidad en gramos de vísceras consumida por día
- ❖ **fvis:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fiem:** Fiambres. Se anota la cantidad en gramos consumida por día de fiambres y embutidos.
- ❖ **ffiem:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **vega:** se anota la cantidad en gramos consumida por día de vegetales A
- ❖ **fvega:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibvega:** cantidad de fibra aportada por los Vegetales A
- ❖ **vegb:** se anota la cantidad en gramos consumida por día de vegetales B
- ❖ **fvegb:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibvegb:** cantidad de fibra aportada por Vegetales B
- ❖ **vegC:** se anota la cantidad en gramos consumida por día de Vegetales C.
- ❖ **fvegC:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibvegC:** cantidad de fibra aportada por Vegetales C

- ❖ **frua:** se anota la cantidad en gramos consumida por día de fruta A
- ❖ **ffrua:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibfrua:** cantidad de fibra aportada por fruta A
- ❖ **frub:** se anota la cantidad en gramos consumida por día de fruta B
- ❖ **ffrub:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibfrub:** cantidad de fibra aportada por fruta B
- ❖ **frus:** Frutos secos. Se anota la cantidad en gramos consumida por día
- ❖ **ffrus:** se anota la cantidad de veces que se consumen frutos secos en el mes
- ❖ **fibfrus:** cantidad de fibra aportada por frutas secas
- ❖ **frud:** se anota la cantidad en gramos consumida por día de frutas desecadas
- ❖ **ffrud:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibfrud:** se anota la cantidad de fibra aporta por frutas desecadas
- ❖ **cere:** se anota la cantidad de cereales consumidos por día
- ❖ **fcere:** se anota la cantidad de veces que se consume cereales en el mes
- ❖ **fibcere:** cantidad de fibra aportada por los cereales
- ❖ **leg:** se anota la cantidad de legumbres consumida por día
- ❖ **fleg:** se anota la cantidad de veces que se consume por mes
- ❖ **fibleg:** cantidad de fibra aportada por las legumbres
- ❖ **pan:** se anota la cantidad en gramos consumida por día de pan
- ❖ **fpan:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibpan:** cantidad de fibra aportada por el pan
- ❖ **gal:** se anota la cantidad en gramos consumida por día de galletitas
- ❖ **fgal:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibgal:** cantidad de fibra aportada por las galletitas
- ❖ **past:** se anota la cantidad en gramos consumida por día de los productos de pastelería como facturas, criollitos.
- ❖ **fpast:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibpast:** cantidad de fibra aportada por pastelería
- ❖ **dulc:** se anota la cantidad en gramos consumida por día de dulces (membrillo, batata, etc)
- ❖ **fdulc:** e anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibdulc:** cantidad de fibra aportada por dulces
- ❖ **gol:** se anota la cantidad en gramos consumida por día de golosinas
- ❖ **fgol:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **azuc:** se anota la cantidad en gramos consumida por día de azúcar
- ❖ **fazuc:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **edulc:** se anota el nombre del edulcorante
- ❖ **fedulc:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **aceite:** se anota la cantidad en gramos consumida por día de aceite
- ❖ **faceite:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **mant:** se anota la cantidad en gramos consumida por día de manteca o margarina.
- ❖ **fmant:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **ader:** se anota la cantidad en gramos consumida por día de mayonesa, salsa golf, ketchup, mostaza
- ❖ **fader:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibader:** se anota la cantidad de fibra aportada por aderezos
- ❖ **hel:** se anota la cantidad en gramos que se consume por día de helado
- ❖ **fhel:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibhel:** cantidad de fibra aportada
- ❖ **agua:** se anota la cantidad en cc consumida por día
- ❖ **fagua:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes

- ❖ **jugo:** se anota la cantidad en cc consumida por día
- ❖ **fjugo:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibjugo:** cantidad de fibra aportada por los jugos
- ❖ **gas:** se anota la cantidad en cc consumida por día de bebidas azucaradas
- ❖ **fgas:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibgas:** cantidad de fibra aportada por las bebidas azucaradas
- ❖ **alco:** se anota la cantidad en cc consumida por día de bebidas alcoholicas
- ❖ **falco:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibalco:** se anota la cantidad de fibra aportada por bebidas alcoholicas
- ❖ **cpre:** comidas preparadas, como tarta, empanadas y pizzas. se anotan las porciones consumidas.
- ❖ **fcpre:** se anota la cantidad de veces que se consumen estas comidas preparadas en el mes
- ❖ **fibcpre:** se anota la cantidad de fibra aportada por estas comidas preparadas
- ❖ **crap:** comidas rápidas como lomitos y hamburguesas. Se anotan las unidades consumidas.
- ❖ **fcrap:** se anota la cantidad de veces que se consume comidas rápidas en el mes
- ❖ **fibcrap:** se anota la cantidad de fibra aportada
- ❖ **snac:** se anota la cantidad en gr consumida por día de snacks.
- ❖ **fsnac:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibsnac:** cantidad de fibra aportada por snacks
- ❖ **tort:** se anota la cantidad en gr consumida por día de tortas
- ❖ **ftor:** se anota la cantidad de veces que se consume el alimento en el mes
- ❖ **fibtor:** se anota la cantidad de fibra aportada por tortas
- ❖ **salt:** se anota la cantidad de veces que se consume la preparación “salteados” en el mes
- ❖ **estof:** se anota la cantidad de veces que se consume la preparación de estofado en el mes
- ❖ **fritos:** se anota la cantidad de veces que se consumen alimentos fritos en el mes
- ❖ **te:** se anota la cantidad consumida por día
- ❖ **mate:** se anota la cantidad consumida por día
- ❖ **cafe:** se anota la cantidad consumida por día

Las siguientes variables con G delante son los grupos de alimentos en gramos diarios consumidos.

- ❖ **Gcarhue:** Grupo de alimentos carnes y huevos
- ❖ **Ghort:** Hortalizas
- ❖ **Gcetu:** cereales y tubérculos
- ❖ **Gceint:** cereales integrales
- ❖ **Gazmil:** azúcar y miel

- ❖ **actid:** actividad Física intensa en Días
- ❖ **actih:** actividad Física intensa en horas
- ❖ **actimin:** actividad Física intensa minutos
- ❖ **actinose:** actividad Física intensa no sabe
- ❖ **actmd:** actividad Física moderada días
- ❖ **actmh:** actividad Física moderada horas
- ❖ **actmmin:** actividad Física moderada minutos
- ❖ **actmnose:** actividad Física moderada no sabe
- ❖ **acted:** actividad Física caminata días
- ❖ **actch:** actividad Física caminata horas

- ❖ **actemin:** actividad Física caminata minutos
- ❖ **actnose:** actividad Física caminata no sabe
- ❖ **senh:** horas que pasa el individuo sentado
- ❖ **sentmin:** minutos que pasa el sujeto sentado
- ❖ **sentnose:** no sabe el individuo cuanto tiempo pasa sentado

Vitaminas la f de frecuencia, la r de recordatorio

- ❖ **Af**
- ❖ **Ar**
- ❖ **Df**
- ❖ **Dr**
- ❖ **Ef**
- ❖ **Er**
- ❖ **Cf**
- ❖ **Cr**
- ❖ **B1f**
- ❖ **B1r**
- ❖ **B2f**
- ❖ **B2r**
- ❖ **niacinaf** Niacina
- ❖ **niacinar**
- ❖ **Caf** Calcio
- ❖ **Car**
- ❖ **Fef** Hierro
- ❖ **Fer**
- ❖ **Naf:** Sodio
- ❖ **Nar**
- ❖ **Kf:** Potasio
- ❖ **Kr**
- ❖ **acúrf:** Acido úrico
- ❖ **acúrr**
- ❖ **Ncomr** Número de comidas recordatorio

Cuestionarios de frecuencia alimentaria y recordatorios de 24 horas.

Los cuestionarios de frecuencia tienen en cuenta la alimentación habitual de cada sujeto considerando los alimentos que son estacionales también.

Los recordatorios indagan sobre la alimentación del sujeto entre 1 y 3 días anteriores a la encuesta usualmente, sin tener en cuenta el consumo habitual.

Ambos métodos fueron utilizados para obtener la información alimentaria sobre las personas.