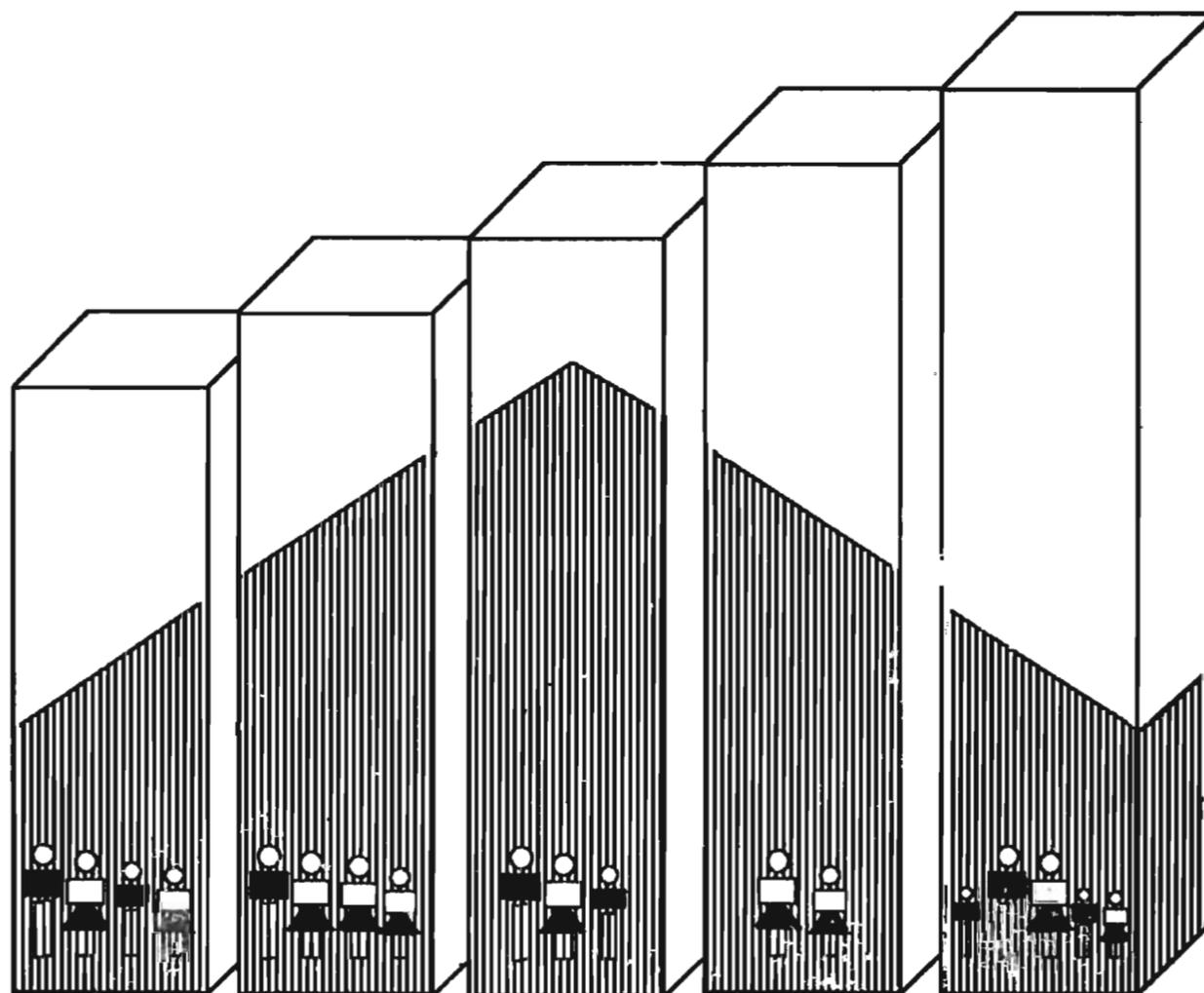




Organización Panamericana de la Salud OPS/OMS  
Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá



# **Guía Metodológica para realizar Encuestas Familiares de Consumo de Alimentos**

Licda. María Teresa Menchú

Guatemala, agosto de 1991.

ORGANIZACION PANAMERICANA DE LA SALUD OPS/OMS  
INSTITUTO DE NUTRICION DE CENTRO AMERICA Y PANAMA  
(INCAP)

GUIA METODOLOGICA  
para realizar  
ENCUESTAS FAMILIARES DE CONSUMO  
DE ALIMENTOS

*Licda. María Teresa Menchú*

Guatemala, agosto de 1991



**C O N T E N I D O**

**INTRODUCCION**

**Primera Parte:**

Capítulo I:	<b>GENERALIDADES DE LA ENCUESTA</b>
Capítulo II:	ENCUESTAS DE CONSUMO DE ALIMENTOS
Capítulo III:	DATOS A RECOLECTAR
Capítulo IV:	EQUIPO Y MATERIALES NECESARIOS
Capítulo V:	ESQUEMA DEL TRABAJO DE CAMPO
	TABULACIONES BASICAS

**Segunda Parte:**

Capítulo I:	<b>INSTRUCCIONES A LOS ENCUESTADORES</b>
Capítulo II:	ASPECTOS GENERALES DE LA ENTREVISTA
Capítulo III:	FORMULARIO 1 DATOS FAMILIARES
Capítulo IV:	FORMULARIO 2 CONSUMO DE ALIMENTOS
Capítulo V:	FORMULARIO 3 PESO DE ALIMENTOS
	REVISION FINAL DE LOS FORMULARIOS

**Tercera Parte:**

Capítulo I:	<b>INSTRUCCIONES A LOS SUPERVISORES</b>
Capítulo II:	LA LABOR DE SUPERVISION
Capítulo III:	TAREAS DEL SUPERVISOR PREVIAS AL TRABAJO DE CAMPO
Capítulo IV:	TAREAS DEL SUPERVISOR DURANTE EL TRABAJO DE CAMPO
	CRITICA DE LOS FORMULARIOS

**Cuarta Parte:**

	<b>ANEXOS:</b>
Anexo A:	FACTORES DE CONVERSION DE PRODUCTOS DERIVADOS
Anexo B:	FORMULARIOS USADOS
Anexo C:	REGISTRO DE PREPARACIONES DE FRIJOL
Anexo D:	FACTORES DE FRACCION COMESTIBLE
Anexo E:	FACTORES DE CONVERSION DE COCIDO A CRUDO
Anexo F:	TABLA DE RECOMENDACIONES DIETETICAS

**BIBLIOGRAFIA**

**ADDENDUM**

ESTUDIOS DEL ACCESO FAMILIAR DE ALIMENTOS
---

**Indice de Listados:**

Listado 1.	CODIGOS PARA PARENTESCO
Listado 2.	CODIGOS PARA SEXO
Listado 3.	CODIGOS PARA ESCOLARIDAD
Listado 4.	CODIGOS PARA OCUPACION
Listado 5.	CONSIDERACIONES PARA REGISTRAR CADA TIPO DE ALIMENTO
Listado 6.	ABREVIATURAS DE UNIDADES

**Indice de Ejemplos:**

Ejemplo 2.1	Llenado de nombre, parentesco y edad
Ejemplo 2.2	Llenado de sexo y estado fisiológico
Ejemplo 2.3	Llenado de las columnas escolaridad y ocupación
Ejemplo 3.1	Forma habitual de indicar las preparaciones
Ejemplo 3.2	Llenado de la columna preparaciones
Ejemplo 3.3	Anotación de nombre de alimentos
Ejemplo 3.4	Registro de cantidades de ingredientes
Ejemplo 3.5	Registro de número de raciones
Ejemplo 3.6	Registro del consumo del niño
Ejemplo 3.7	Cálculo de gramos netos consumo familiar
Ejemplo 3.8	Registro de gramos netos consumo del niño
Ejemplo 3.9	Codificación del tipo de alimentos

## INTRODUCCION

Los estudios sobre consumo de alimentos conllevan una serie de barreras de diferente índole especialmente de tipo psicológico, cultural y económico, ya que se pretende medir un comportamiento humano. De ahí que con frecuencia en las encuestas alimentarias, sobre todo a nivel nacional, se procura aplicar metodologías sencillas, que sin mayor sacrificio de la calidad de la información, interfieran lo menos posible con la vida cotidiana de los encuestados.

Las encuestas sobre consumo familiar de alimentos tienen como propósito principal conocer el tipo y la cantidad de alimentos que en un período determinado, consumen las familias de la población estudiada. La precisión requerida en los datos varía según los objetivos específicos de la encuesta, por lo que las formas de obtenerlos son muy variables, pueden ser tan sencillas como un simple interrogatorio o tan complejas como la medición directa de todas las comidas. Cualquiera sea la técnica que se aplique, hay que tomar en cuenta que dada la complejidad de estos estudios, los resultados siempre serán aproximaciones.

Comparado con otros métodos más complejos, se ha considerado que el **Recordatorio de un Día** permite obtener buena información sobre ingestas de grupos poblacionales cuando la muestra es adecuada y cuando se estudian varios días (1-5). Este método consiste en recolectar información sobre el tipo y la cantidad de alimentos que ha consumido la familia el día anterior a la entrevista. Como su nombre lo indica, el método es un recordatorio, por lo que la confiabilidad de los datos depende en gran parte de la memoria y la veracidad del encuestado. Sin embargo, la habilidad del entrevistador y su conocimiento sobre las costumbres del lugar pesan significativamente en la calidad de los datos que recolecte.

En la presente **Guía** se describe un método de **Recordatorio Modificado de un Día**, que ha sido aplicado en Centroamérica y Panamá, en diversos estudios a nivel nacional, para detectar los patrones de consumo de alimentos y la calidad nutricional de la dieta en grupos de población. Además, se ha agregado la descripción del método aplicado para estudiar la accesibilidad de la familia a los alimentos, ya que se considera que esta información no sólo complementa la de consumo, sino que también ayuda a explicarla.

Las técnicas que se detallan no son más que el resultado de la experiencia obtenida durante varios años en la planificación, organización, ejecución y asesoría de encuestas de consumo de alimentos en varios países del Istmo Centroamericano. En esta guía se incluyen las experiencias compartidas con las diferentes personas que han participado como encuestadores, supervisores y coordinadores de estos estudios, quienes con su labor y dedicación permitieron mejorar y facilitar su aplicación.

La **Guía** contiene una **Primera Parte** que comprende aspectos generales de una encuesta sobre consumo de alimentos usando el método de Recordatorio de un Día. En la **Segunda Parte** se ofrece una explicación detallada del trabajo de los encuestadores a nivel de campo. La **Tercera Parte** describe las labores de los supervisores en este tipo de encuestas. Además se incluyen varios anexos con orientación complementaria para la aplicación de la metodología descrita en la Guía y un Addendum con la explicación del formulario utilizado para estudios sobre accesibilidad familiar de alimentos.

Es nuestro deseo que la experiencia que aquí se ofrece sea de utilidad para las personas que de una u otra forma se interesan y preocupan por la ejecución de estudios nacionales sobre consumo de alimentos a nivel familiar.



*Primera parte*

**GENERALIDADES DE LA ENCUESTA**

- Capítulo I.       ENCUESTAS DE CONSUMO DE ALIMENTOS
- Capítulo II.       DATOS A RECOLECTAR
- Capítulo III.       EQUIPO Y MATERIALES NECESARIOS
- Capítulo IV.       ESQUEMA DEL TRABAJO DE CAMPO
- Capítulo V.       TABULACIONES BASICAS



## Capítulo I

### ENCUESTAS DE CONSUMO DE ALIMENTOS

#### A. PROPOSITO

El proceso de la planificación alimentario-nutricional se inicia con el reconocimiento de los problemas alimentario-nutricionales que afectan a la población objetivo de dicho proceso. En el aspecto de la alimentación este reconocimiento comienza con la identificación del tipo de alimentos que el grupo objetivo suele comer y con la determinación de la suficiencia de esos alimentos para cubrir las necesidades nutricionales de la población (6). Además, es necesario identificar los cuellos de botella que provocan problemas de insuficiencia en calidad y en cantidad, tales como: nivel de la capacidad adquisitiva, situaciones de saneamiento del medio, problemas de salud, problemas de mercado y falta de orientación al consumidor.

La utilidad de las encuestas alimentarias en el proceso de la planificación alimentario-nutricional es amplia, tanto como instrumentos de diagnóstico de una situación, como medios para dar seguimiento y evaluar intervenciones con propósitos nutricionales.

Por otra parte, el reconocimiento de la relación de la dieta con algunos procesos patológicos (7), ha inducido a retomar la importancia de las encuestas alimentarias a nivel individual, orientadas en este caso a establecer la relación entre lo que rutinaria y actualmente come un individuo y la presencia de determinadas clases de patologías, así como el impacto de esquemas dietéticos en el control y tratamiento de patologías relacionadas.

La amplitud de aplicaciones de las encuestas alimentarias obliga a que antes de proceder a organizar cualquier estudio sobre alimentación deben establecerse claramente sus objetivos, ya que las razones para conocer qué, cuánto, cómo y por qué comen de determinada forma ciertas personas son muy variadas, yendo desde razones muy específicas como es la salud individual, hasta razones muy amplias, como es la planificación alimentaria o la seguridad alimentaria.

Existen diversos métodos para realizar estudios sobre consumo de alimentos, por lo que es fundamental que una vez definidos los objetivos del estudio se analicen los diferentes métodos existentes a fin de seleccionar aquél que se ajuste mejor a los propósitos del mismo.

La presente guía se concreta a describir una metodología aplicada a estudios sobre consumo a nivel del hogar, realizados generalmente para:

- a) Identificar deficiencias dietéticas como parte fundamental del análisis de la situación alimentario-nutricional de una población.
- b) Conocer hábitos y patrones alimentarios como base para la formulación de programas nutricionales y de orientación al consumidor.
- c) Determinar y caracterizar patrones alimentarios en diferentes grupos socioeconómicos, como elemento clave para identificar medidas de política en función de la seguridad alimentaria.
- d) Proveer información fundamental para la definición de la canasta básica de alimentos y para el establecimiento de sistemas de vigilancia alimentaria.
- e) Evaluar el efecto de los programas alimentario-nutricionales, principalmente de programas de subsidios, educación y de alimentación a grupos específicos de población.

f) Conocer la contribución de la producción doméstica a la alimentación familiar.

g) Conocer las variaciones del consumo real de alimentos según diferentes características de los hogares, tales como: residencia; incrementos en los precios de alimentos; niveles de ingreso familiar; épocas del año, características socioeconómicas, demográficas y culturales; origen de los suministros; etc.

Las encuestas alimentarias tienen pues, una amplia utilidad en todo el proceso de la planificación alimentario-nutricional, y son instrumentos claves para la toma de decisiones en seguridad alimentaria.

## **B. METODO DE RECORDATORIO DE UN DIA**

Este método consiste en obtener información, mediante una entrevista con la persona que prepara la comida, sobre los alimentos consumidos por todos los miembros del hogar, el día próximo anterior a la entrevista; teniendo cuidado de obtener también información sobre las cantidades de alimentos consumidos fuera del hogar.

Este método requiere que los entrevistadores estén familiarizados con los tipos de preparaciones que se acostumbra en la población en estudio y que puedan juzgar apropiadamente la veracidad de las cantidades indicadas, a fin de obtener información de buena calidad.

Las cantidades de alimentos consumidas durante el día estudiado por todo el grupo de personas que constituyen el hogar, son transformadas a cantidades de energía (kilocalorías), proteínas y otros nutrientes utilizando tablas de composición de alimentos. Lo anterior requiere identificar adecuadamente los alimentos y expresarlos en cantidades crudas y netas tal como se presentan en dichas tablas (8-9).

Los datos obtenidos sobre los alimentos permiten conocer el patrón alimentario del grupo estudiado, y determinar la estructura de la dieta, es decir la contribución energética de los diferentes grupos de alimentos.

Por otra parte, se requiere determinar las necesidades nutricionales de los miembros del hogar, lo cual se hace a partir de las cifras de recomendaciones dietéticas para la población en estudio, según la edad, sexo y otras condiciones fisiológicas de los miembros del hogar. Posteriormente, se compara el contenido nutricional de la dieta del hogar con las necesidades nutricionales de los miembros, a fin de cuantificar su nivel de adecuación.

En la aplicación del método de recordatorio para el estudio de la ingesta familiar de grupos de población, se recomienda distribuir la muestra entre todos los días de la semana inclusive los fines de semana, a fin de que tenga representatividad adecuada de un determinado período de tiempo.

De acuerdo a los propósitos del estudio, se decidirá sobre el período de referencia, uno, tres o más días, y sobre el momento más adecuado de llevarlo a cabo. Para fines de diagnóstico es recomendable realizar el estudio de consumo en diferentes épocas del año, de manera de poder incluir diferentes situaciones de accesibilidad familiar a los alimentos.

Obviamente, la ingesta de un sólo día no puede representar, para un caso individual, la ingesta usual para un período de tiempo. Sin embargo, este tipo de metodología permite cubrir mayor número de hogares o individuos en un período relativamente corto, además de no causar mayor interferencia en la vida familiar. De ahí, que comparado con otros métodos más complejos, se haya considerado que el recordatorio de un día, permite obtener buena información sobre ingestas de grupos o poblaciones (3,4).

Es claro que el método aplicado únicamente a la familia permite conocer muy poco de los patrones de consumo de cada uno de los miembros del hogar, por lo tanto es conveniente incluir un módulo específico para un individuo, especialmente cuando se desea conocer la situación de los de mayor riesgo.

## Capítulo II

### DATOS A RECOLECTAR

En la encuesta alimentaria se registra información sobre:

#### LA COMPOSICION DE LA FAMILIA, EL CONSUMO DE ALIMENTOS, Y LA CANTIDAD DE LOS ALIMENTOS USADOS

##### A. COMPOSICION FAMILIAR

En una encuesta alimentaria familiar es esencial conocer la edad y el sexo de sus integrantes, con el propósito de poder estimar sus necesidades nutricionales.

En el caso de mujeres en edad de concebir, es necesario saber si se encuentran embarazadas o están amamantando, pues en estos casos sus requerimientos nutricionales son mayores.

Conociendo la edad, el sexo y el estado fisiológico (embarazo o lactancia) de cada una de las personas que conforman el hogar, se pueden estimar las necesidades dietéticas individuales y luego con base en éstas calcular las necesidades para todo el grupo familiar.

Esta información servirá para evaluar nutricionalmente la dieta de la familia y de los individuos estudiados, al comparar el valor nutritivo de las dietas obtenidas, con las necesidades dietéticas familiares e individuales respectivamente.

Los datos generales de la familia se recolectan usando el formulario **HOJA DE DATOS FAMILIARES. FORMULARIO EVALIM-1**. En la Segunda Parte de este manual se explica detalladamente el llenado del formulario.

##### B. DATOS SOBRE CONSUMO DE ALIMENTOS

Después de haber anotado los datos generales de la familia, se interrogará sobre el consumo de alimentos de la familia, usando el formulario **REGISTRO DEL CONSUMO. EVALIM-2**.

En este formulario se anota el tipo y cantidad de todos los alimentos consumidos por la familia y el individuo estudiado el día anterior a la entrevista. La forma de registrar los datos de consumo se explican en la Segunda Parte de este manual.

##### C. CANTIDAD DE LOS ALIMENTOS

Para estimar las cantidades de alimentos consumidos se pesarán en el hogar porciones similares a las usadas, en algunos casos particulares, esto puede hacerse en el mercado, tienda de abasto, bodegas o en las pulperías cercanas. Los pesos se obtienen utilizando una balanza calibrada en gramos, frecuentemente con una capacidad de 1000 gramos, o sea, más o menos 2.2 libras. Todos los pesos obtenidos se registrarán en el formulario **PESO DE ALIMENTOS. EVALIM.3**.

En el caso de líquidos se usará una taza medidora calibrada en onzas, con una capacidad de 8 onzas fluidas.

La pesada de los alimentos debe hacerse con suma delicadeza, evitando al máximo tocarlos con las manos usando servilletas de papel para el manejo de los mismos.

En el Capítulo IV de la Segunda Parte del Manual se explica la técnica para pesar alimentos.



## Capítulo III

### EQUIPO Y MATERIALES NECESARIOS

Una encuesta de consumo requiere equipo y materiales para la recolección de los datos y para su procesamiento. A continuación se enumera el equipo y los materiales mínimos necesarios tanto para los coordinadores y supervisores como para los encuestadores.

#### A. EQUIPO Y MATERIALES PARA LOS COORDINADORES Y SUPERVISORES

- Mapas específicos de los segmentos seleccionados, con registro de viviendas;
- Instructivos para la identificación de las familias seleccionadas. Esto dependerá del diseño de la muestra;
- Listado de códigos para la identificación de casos;
- Manual de instrucciones para los encuestadores y supervisores;
- Listado de códigos de alimentos;
- Listado de factores de conversión a aplicar para calcular gramos netos;
- Listado de pesos promedio de alimentos aplicables a la población a estudiar;
- Formularios;
- Materiales de oficina;
- Libretas para diario de campo;
- Bolsas grandes de manila o plástico para separar los formularios por comunidad o encuestador
- Calculadoras de bolsillo

#### B. EQUIPO DE LOS ENCUESTADORES

Para la realización de su tarea, cada encuestador tendrá el siguiente equipo:

- Una balanza dietética calibrada en gramos;
- Una taza medidora de 8 onzas fluidas
- Un recipiente para llevar el equipo (canasta, bolsa, etc.);
- Un tablero para sujetar los formularios;
- Platos y vasos desechables y servilletas de papel;
- Material de escritorio (lápiz o portaminas, sacapunta, borrador, etc.);
- Una libreta o diario de campo;
- Formularios suficientes; y
- Calculadora de bolsillo.

Además, se le proveerá de listas con los nombres de las familias a encuestar y mapas de las comunidades con la localización de los hogares seleccionados.



## Capítulo IV

### ESQUEMA DEL TRABAJO DE CAMPO

#### A. DIAS A ENCUESTAR

Se sugiere que se programe recolectar los datos de tal manera, que en la encuesta estén representados todos los días de la semana. Esto es importante, ya que generalmente existen ciclos en la compra de alimentos, así como también existen variaciones en el tipo de preparaciones según el día de la semana que se trate.

Como el propósito de estas encuestas es contar con datos suficientes para determinar el patrón de consumo y la calidad de la dieta familiar, se requiere tener información sobre un período lo más amplio posible. Obviamente, que lo más apropiado sería tener datos de varias épocas del año, o por lo menos de los períodos cuando supuestamente hay mayor y menor accesibilidad a los alimentos básicos, sea por variaciones en disponibilidad y/o en precios.

#### B. ORGANIZACION PARA EL TRABAJO DE CAMPO

Se sugiere que para el trabajo de campo se formen equipos conformados por un supervisor y tres o cuatro encuestadores, de manera que los datos puedan ser debidamente recolectados y verificados a nivel de comunidad.

Los equipos de encuestadores conviene rotarlos después de determinado período, lo que permite homogeneizar el estilo del trabajo de campo. De no ser así, se corre el riesgo de encontrarse más tarde con sesgos en determinados equipos.

#### C. ESQUEMA DE TRABAJO

Cada encuestador puede recolectar ampliamente datos de tres hogares en un día. Esto quiere decir, hacer las entrevistas a la familia y completar el llenado de los formularios.

Se sugiere hacer las visitas a los hogares durante el transcurso de la mañana y dejar la tarde para registrar otros datos necesarios tales como: raciones de alimentos distribuidos en escuelas y otros lugares, pesos de alimentos en pulperías o tiendas, obtención de recetas, etc. y para revisar y completar el llenado de los formularios.

Es de gran importancia que cada supervisor **revise diariamente** los formularios que los encuestadores han llenado, ello permite verificar que los datos están completos y aprovechar la estadía en la comunidad para aclarar cualquier duda referente a los mismos. En la Tercera Parte de este manual se explica la forma de supervisar la recolección de los datos.

En el caso de que el supervisor detecte falta de datos o haya dudas respecto a los mismos (cantidad, tipo de alimentos, etc.), el encuestador deberá regresar al hogar para completarlos o verificarlos.

Conviene guardar los formularios ya completos en sobres de manila o en bolsas plásticas, debidamente rotulados con el nombre de la comunidad a que pertenecen y si es posible con una lista de las familias encuestadas.

Se sugiere enviar semanalmente los formularios a la sede de la encuesta para que los coordinadores puedan comenzar a catalogarlos y si posible para iniciar la crítica de los datos.



## Capítulo V

### TABULACIONES BASICAS

La planificación y la recolección de los datos en cualquier estudio anteceden, como es obvio, al análisis de los datos; sin embargo, es recomendable que se determine desde la planificación del estudio, las tabulaciones básicas o el plan de análisis requerido para el logro de los objetivos del estudio.

El análisis de una encuesta de consumo es más que la obtención de simples promedios. En este tipo de encuestas que ofrecen datos sobre diversas variables, las posibilidades de análisis son muy amplias; no obstante, en cualquier encuesta sobre consumo son fundamentales algunos análisis que se refieren principalmente a:

- La caracterización de los grupos de población estudiados o sea de los consumidores.
- La descripción de las variaciones encontradas en el consumo de alimentos y en la ingesta de nutrientes.
- Las relaciones entre los conjuntos de variables que caracterizan a la población y los niveles de consumo de alimentos y de ingesta de nutrientes.

A continuación se detallan las principales tabulaciones básicas para un estudio de consumo de alimentos a nivel nacional.

#### A. CARACTERISTICAS DE LA POBLACION ESTUDIADA

Las principales tabulaciones básicas de los datos obtenidos del formulario de DATOS FAMILIARES son las siguientes:

##### 1. Distribución de frecuencia de las siguientes variables:

- categorías de edad x sexo
- peso x categorías de edad x sexo
- escolaridad x sexo x categorías de edad
- ocupación en > 12 años x sexo
- situación de trabajo x sexo x categorías de ocupación

##### 2. Análisis de las diferencias de los grupos estudiados

#### B. CARACTERISTICAS DE LAS FAMILIAS ESTUDIADAS

Tomando en cuenta que la familia es la unidad de análisis se necesita estudiar las variables que tipifican a las familias, algunas de estas pueden estar relacionadas con el consumo de alimentos. En este sentido, las tabulaciones básicas también derivadas de los DATOS FAMILIARES son las siguientes:

##### 1. Distribución de frecuencia del tamaño de las familias

2. Distribución de frecuencia del tamaño de las familias ordenadas en tres categorías: pequeñas, medianas y grandes. Los intervalos se deciden una vez obtenida la distribución anterior.

##### 3. Distribución del tipo de parentesco existente en las familias, según las categorías siguientes:

- nuclear: padre, madre e hijos

- nuclear ampliada: padre, madre, hijos y otros parientes
- Incompleta: padre solo o madre sola e hijos
- Incompleta ampliada: padre solo o madre sola, hijos y otros parientes

4. Número de comensales por familia el día del estudio. Este dato se obtiene de la sumatoria de asistencia a las comidas dividido entre tres.

5. Distribución de las familias según características del jefe del hogar.

6. Caracterización de estratos o subgrupos de las familias estudiadas.

Si se incluye el estudio de individuos específicos, por ejemplo niños, es necesario caracterizarlos según edad, sexo y otras variables que se crean importantes.

### **C. CONSUMO DE ALIMENTOS**

Los datos de consumo de alimentos en la familia se pueden presentar para cada alimento o por grupos de alimentos, esto último es lo más apropiado, dado las pequeñas cantidades que se consumen de determinados alimentos.

Así también, en algunos casos es necesario convertir las cantidades de derivados de algún alimento al producto base. Esto conviene hacerlo para los productos lácteos, los cuales pueden ser presentados en equivalentes de leche fluida; los panes, galletas y pastas pueden ser presentados como equivalentes de harina de trigo; y los derivados de maíz, como maíz grano seco. Para hacer estas conversiones es necesario aplicar los factores apropiados. En el Anexo A se presentan los más usuales.

Las tabulaciones básicas para el consumo de alimentos son las siguientes:

1. Consumo per cápita promedio de cada alimento para todas las familias y para agregados predeterminados.
2. Distribución del consumo per cápita familiar de alimentos por cuartiles, de todas las familias y grupos específicos. El per cápita familiar se obtiene de dividir los totales de consumo de cada alimento o de los grupos de alimentos entre la asistencia total de la familia, o sea el número de comensales.
3. Frecuencia de consumo de cada alimento básico para todas las familias y para subgrupos predeterminados.
4. Si se ha recolectado información del niño preescolar, se procede de la misma manera, o se se obtiene el consumo per cápita de cada alimento o de los grupos de alimentos y se obtiene la distribución por cuartiles.
5. Para algunos análisis posteriores puede usarse el promedio y para otros conviene usar la mediana, sobre todo para describir el patrón de consumo.

### **D. CONTENIDO NUTRICIONAL DE LAS DIETAS**

El consumo familiar de alimentos y del niño se traduce a ingesta de energía y de nutrientes mediante el uso de las tablas de composición de alimentos. De esta manera se obtiene el contenido nutricional de las dietas registradas. Las tabulaciones básicas para los valores de ingesta son las siguientes:

1. Ingesta per cápita promedio de todas las familias de: energía, proteínas totales, proteínas de origen animal, vitaminas y minerales.
2. Ingesta per cápita promedio de todos los niños de: energía, proteínas totales, proteínas de origen animal,

vitaminas y minerales.

3. Distribución por cuartiles de la ingesta per cápita de cada familia, de energía y de cada nutriente.
4. Distribución por cuartiles de la ingesta per cápita de los niños estudiados de energía y de cada nutriente.
5. Contribución porcentual de cada grupo de alimentos a la ingesta de energía, proteínas totales, vitaminas y minerales, en la familia y en los niños estudiados.

## **E. EVALUACION DE LA CALIDAD DE LA DIETA**

La calidad nutricional de las dietas familiares se determina mediante la comparación del contenido de energía y de nutrientes de la dieta de cada familia con las recomendaciones dietéticas para esa familia, obtenidas a partir de los valores recomendados para cada uno de sus miembros según su sexo, edad, estado fisiológico y asistencia a las comidas del día estudiado.

Las tabulaciones básicas en este rubro son:

1. Adecuación porcentual per cápita de la ingesta familiar y del niño estudiado para energía, proteínas, vitaminas y minerales.
2. Distribución de frecuencia de la adecuación de la ingesta familiar y de la adecuación de la ingesta del niño estudiado, para energía, proteínas, vitaminas y minerales. De acuerdo a los valores obtenidos conviene hacer categorías de los por cientos de adecuación.
3. Comparación de las adecuaciones de las ingestas familiares con las adecuaciones de las ingestas de los niños.

## **F. RELACION DE LA CALIDAD DE LA DIETA FAMILIAR Y DEL NIÑO CON ALGUNAS CARACTERISTICAS FAMILIARES**

De acuerdo a las características de las familias se pueden hacer varias interpretaciones de la adecuación de las ingestas de nutrientes de las familias y de los niños, y de la relación entre ingesta familia-ingesta niño. Esto permitirá conocer si la calidad de la dieta familiar o del niño o la relación entre ambas está asociada a determinada característica, tal como es la escolaridad de la madre o del jefe del hogar, el tamaño de la familia, el tipo de familia, la ocupación del jefe y otras variables del hogar.

De acuerdo con los objetivos propios de cada encuesta se harán los análisis que se requieran tomando como base las tabulaciones que aquí se presentan; sin embargo, cabe señalar que los análisis deben ser siempre lógicos, convenientes y útiles.



*Segunda parte*

**INSTRUCCIONES A LOS ENCUESTADORES**

**Capítulo I. ASPECTOS GENERALES DE LA ENTREVISTA**

**Capítulo II. FORMULARIO 1 DATOS FAMILIARES**

**Capítulo III. FORMULARIO 2 CONSUMO DE ALIMENTOS**

**Capítulo IV. FORMULARIO 3 PESO DE ALIMENTOS**

**Capítulo V. REVISION FINAL DE FORMULARIOS**



## Capítulo I

### ASPECTOS GENERALES DE LA ENTREVISTA

Es de gran importancia que la entrevista en una encuesta sobre consumo de alimentos se haga en el hogar, de preferencia en el lugar donde se preparan los alimentos y con la persona encargada de hacerlo, pues es ella la que mejor conoce los ingredientes utilizados y también las cantidades empleadas.

#### A. CUALIDADES DEL ENTREVISTADOR

El éxito de la entrevista depende en gran manera de la actitud del entrevistador, por lo que para obtener los mejores resultados se recomienda que el encuestador:

- Adopte una actitud de solicitud y no de imposición
- Sea extremadamente cortés
- Tenga conocimientos sobre los hábitos alimentarios del lugar
- Sepa crear un ambiente de confianza durante la entrevista
- Tenga facilidad de comunicación oral
- Use un lenguaje adecuado al nivel del entrevistado
- Sea buen observador
- Sea lo más discreto posible

#### B. TECNICA DE LA ENTREVISTA

En primer lugar se explica a la persona entrevistada el objetivo de la visita y con palabras apropiadas se le informa de la confidencialidad de los datos. Se explica que estos servirán para:

- Conocer cuáles son los alimentos que con más frecuencia se consumen.
- La forma cómo se acostumbra prepararlos.
- Las cantidades que se utilizan.
- La cantidad que comen los niños pequeños.

Si fuera el caso, se señala que la información servirá para seleccionar las actividades que puedan ayudar a mejorar la condición de alimentación y nutrición de la población, en particular de los niños de menor edad.

La entrevista no debe realizarse en presencia de otras personas ajenas a la familia, principalmente si se trata de vecinos. Hay que recordar que la alimentación es un aspecto íntimo de la familia, que es una expresión de su nivel social y económico y también de sus tradiciones culturales; por lo tanto, debe tratarse con delicadeza.

La entrevista se hace con preguntas claras y concisas dejando amplitud para las respuestas. Nunca se debe sugerir las respuestas, sobre todo en lo que al tipo de alimentos y cantidades se refiere. Cuando el entrevistador no conozca algún término empleado, debe pedir una explicación del mismo y anotarlo en el formulario.

El encuestador debe considerar que el éxito de la encuesta depende en gran medida de la forma como él lleve a cabo su trabajo. Conviene por ello que atienda las siguientes recomendaciones:

## RECOMENDACIONES AL ENTREVISTADOR

- . Estudiar detenidamente el manual de la encuesta
- . Atender las instrucciones del Supervisor
- . Realizar personalmente su trabajo
- . Evitar que personas no autorizadas tengan acceso a los formularios.
- . No alterar los datos o pasarlos a otros formularios
- . Manejar limpiamente los formularios, tomando en cuenta que posteriormente serán utilizados por otras personas.
- . Procurar llenar los formularios con letra y números **LEGIBLES**.
- . Atender las correcciones señaladas por el supervisor.
- . Llenar la identificación del hogar en **TODOS** los formularios utilizados.

## Capítulo II

### FORMULARIO 1 DATOS FAMILIARES

#### A. PROPOSITO

Este formulario será utilizado para registrar las características generales de cada uno de los miembros del hogar encuestado y su asistencia a las comidas principales del día de la encuesta. Posteriormente estos datos se utilizarán para estimar las cantidades de ingesta de calorías, proteínas, vitaminas y minerales recomendadas para el grupo familiar (Ver el formulario en el Anexo B).

Se tomará en cuenta a todas las personas que viven en la casa y que participan habitualmente de las mismas comidas. Se considera en primer lugar a todas las personas que tienen lazos familiares (padres, hijos, abuelos, otros parientes) y luego a las personas que no siendo parientes viven en la casa y participan de la alimentación (empleados, huéspedes, etc.). Se incluirán a todas las personas indicadas aunque únicamente hagan en el hogar un tiempo de comida.

**Durante la entrevista se llenará:**

- La identificación de la familia y
- Los siguientes datos de cada uno de los miembros: Nombre, edad, sexo, peso, escolaridad, ocupación y asistencia.

Los espacios que corresponden a los códigos de cada variable, se llenarán en la oficina local. A continuación se detalla la forma en que cada parte del formulario debe ser llenada.

#### B. IDENTIFICACION DEL HOGAR

La parte superior derecha se completa como sigue:

1. **Nombre del Jefe del Hogar**  
Escribir el nombre completo del jefe actual del hogar.
2. **Dirección**  
Anotar el número o nombre de la calle y número de la casa, y otra referencia que ayude a localizar fácilmente la vivienda.
3. **Localidad**  
Anotar el nombre de la ciudad, pueblo, aldea o caserío donde se encuentra ubicada la vivienda a encuestar.
4. **Municipio y Departamento/Provincia/Distrito**  
Escribir el nombre exacto del municipio y del departamento, provincia o distrito a donde pertenece la localidad.
5. **Fecha**  
Anotar la fecha exacta de cuándo se realiza la entrevista (día, mes y año). Ejemplo: 10 de julio de 1978.
6. **Encuestador**  
Anotar el nombre completo de la persona que hace la entrevista. No anotar iniciales ni firma.

### C. CODIFICACION DEL HOGAR

La parte superior derecha corresponde a la identificación del hogar y se llena de la siguiente forma:

**FORMULARIO:** Código correlativo según se establezca en la lista de códigos.

**FECHA:** Se llena usando dos espacios para día, mes y año. Ejemplo: Para el 4 de agosto de 1991 se anotaría 040891.

**MUNICIPIO, DEPARTAMENTO Y FAMILIA:** Se llena de acuerdo a la lista de los códigos de hogares proporcionada antes de la encuesta.

**ENCUESTADOR:** Corresponde a la identificación del encuestador. Se dará un código antes de iniciar la encuesta.

### D. DATOS DE LOS MIEMBROS DEL HOGAR

El cuadro del formulario se completa de la forma siguiente:

#### 1. Columna: NOMBRE DE LAS PERSONAS

Se escribirá en primer lugar el nombre y apellidos completos de cada una de las personas que forman el hogar, es decir, que viven en la misma casa y que comparten los alimentos. Luego, se anotará el nombre de las personas que únicamente participan de los alimentos. En el caso de huéspedes o visitas, éstos se registrarán siempre que participen por lo menos de una de las comidas principales en el hogar encuestado.

Se sugiere llevar el siguiente orden:

- Padres
- Hijos
- Otros parientes
- Huéspedes no parientes o empleados que viven en la casa
- Visitas

No debe dejarse líneas en blanco, ya que cada nombre debe coincidir con los números de orden anotados en la Columna 1.

#### 2. Columna: PARENTESCO O RELACION CON EL JEFE

En la tercera columna anotar el grado de parentesco que existe entre cada una de las personas listadas y el jefe de la familia.

**POSTERIORMENTE EN LA OFICINA ANOTARA EN LA SUBCOLUMNA CODIGO AQUEL QUE APLIQUE SEGUN EL LISTADO SIGUIENTE:**

<b>LISTADO 1. CODIGO PARA PARENTESCO</b>	
<u>Código</u>	<u>Categoría</u>
0	= No sabe o no responde
1	= Jefe de familia
2	= Cónyuge
3	= Hijo o hija del jefe y del cónyuge
4	= Hijo o hija sólo del jefe o sólo del cónyuge
5	= Madre - suegra - padre - suegro
6	= Nieto(a)
7	= Otro pariente
8	= No pariente
9	= No aplica. Se usa cuando es una visita presente sólo el día del estudio y que se toma en cuenta porque participa en una o más de las comidas.

De acuerdo a los usos posteriores que se dé a esta información se podrán recategorizar los datos.

**3. Columna: EDAD**

En la cuarta columna, para las personas de cinco o más años, escribir directamente el número de años cumplidos que tiene la persona en la subcolumna AÑOS.

Para los niños menores de cinco años, anotar el número de meses cumplidos de uno a 59 meses en la subcolumna MESES.

Para niños menores de un mes, anotar 01 en la subcolumna MESES.

La subcolumna que no se utilice se completará con ceros.

**Ejemplo 2.1 Llenado de nombre, parentesco y edad**

1. No. DE ORDEN	2. NOMBRE DE LAS PERSONAS QUE VIVEN EN LA CASA	3. PARENTESCO O RELACION		4. EDAD	
		CON EL/LA JEFE	CODIGO	AÑOS	MESES
01	JUAN PEREZ	JEFE		3 7	0 0
02	MARIA DE PEREZ	CONYUGE		3 2	0 0
03	ANTONIO PEREZ	HUJO		0 8	0 0
04	TERESA PEREZ	HUJA		0 5	0 0
05	PILAR PEREZ	HUJA		0 0	3 6
06	ANA PEREZ	HUJA		0 0	1 5
07	MIGUEL PEREZ	HUJO		0 0	0 1
08	MILAGRO RAMOS	SUEGRA		5 6	0 0

**Explicación del ejemplo 2.1**

Observe los datos registrados EN EL HOGAR. Las edades de personas de cinco o más años de edad se han anotado en la columna “años” y en la columna de “meses” se han escrito ceros. Los menores de cinco años están anotados en la columna correspondiente a “meses”, llenando con ceros la columna “años”. El niño “Miguel Pérez” realmente tiene 10 días de edad pero se registra como un mes de edad.

**4. Columna: SEXO Y ESTADO FISIOLÓGICO**

En la quinta columna se especifica el sexo de la persona, femenino F o masculino M. Cuando una mujer está embarazada se anotará FE.

En el caso de los niños menores de un año se preguntará si están mamando. Si lo estuviesen, se anotará una L al lado de la F ó M, así: FL ó ML. Además se preguntará por la madre que le amamanta y se anotará una letra A a la par de la F, así: FA.

Cuando los niños mayores de un año aún estén siendo amamantados, solamente se anotará el sexo F ó M y en el caso de la madre se dejará sólo F.

**POSTERIORMENTE EN LA OFICINA SE REGISTRARÁ EL CÓDIGO QUE CORRESPONDA, SEGUN LAS CLAVES SIGUIENTES:**

<u>Código</u>		<u>Categoría</u>
0	=	No sabe o no responde
1	=	(M) Masculino, inclusive niños lactantes MAYORES de 1 año
2	=	(F) Femenino, inclusive niñas lactantes MAYORES de 1 año
3	=	(FE) Mujeres embarazadas cualquier trimestre
4	=	(FA) Mujeres amamantando a un(a) niño(a) MENOR de 1 año
5	=	(ML) Niño menor de 1 año LACTANDO
6	=	(FL) Niña menor de 1 año LÁCTANDO

**5. Columna: Peso**

Esta columna servirá para anotar el peso principalmente de los niños menores de cinco años y el peso de los otros miembros de la familia que se encuentren en la casa durante el estudio. El peso se obtendrá en la segunda visita al hogar, usando la balanza especial para niños y la báscula de baño para los adultos.

Se debe tener cuidado en anotar correctamente el peso en kilos en los espacios correspondientes. Observe que son dos (2) espacios para enteros y un (1) espacio para anotar un decimal. Las instrucciones para el uso de las básculas se ofrecerán durante la capacitación de los entrevistadores. Cuando no se logre obtener el peso de una persona deje el espacio en blanco. No utilice ceros.

**Ejemplo 2.2 Llenado de sexo y estado fisiológico**

1. No DE ORDEN	2. NOMBRE DE LAS PERSONAS QUE VIVEN EN CASA	3. PARENTESCO O RELACION CON EL/LA JEFE CODIGO	4. EDAD		5. SEXO Y ESTADO FISIOLÓGICO CODIGO	
			AÑOS	MESES		
01	JUAN PEREZ	JEFE	3 7	0 0	M	
02	MARIA DE PEREZ	CONYUGE	3 2	0 0	FA	
03	ANTONIO PEREZ	HIJO	0 8	0 0	M	
04	TERESA PEREZ	HIJA	0 5	0 0	F	
05	PILAR PEREZ	HIJA	0 0	3 6	F	
06	ANA PEREZ	HIJA	0 0	1 5	F	
07	MIGUEL PEREZ	HIJO	0 0	0 1	ML	
08	MILAGRO RAMOS	SUEGRA	5 6	0 0	F	

**Explicación del ejemplo 2.2:**

Observe los datos registrados EN EL HOGAR. Observe que en el caso de la madre 02 se agregó la letra A porque está amamantando al niño 07, que tiene agregada la letra L (lactante).

**6. Columna: ESCOLARIDAD**

En esta columna se escribe el último año de escuela que haya completado la persona. En el caso de niños que están estudiando pero que aún no han ganado ningún grado, se anotará en esta columna **ningún grado**.

En el caso de personas mayores de 12 años que no hayan ido a la escuela se pregunta si saben leer y escribir. Si saben leer y escribir se anotará **alfabeta sin escuela**. De lo contrario se anotará **analfabeta**.

**POSTERIORMENTE EN LA OFICINA SE CODIFICARA USANDO LOS SIGUIENTES CODIGOS:**

Código	Categoría
0	= Analfabeta. No sabe leer ni escribir.
1	= Ningún grado. Párvulo o niño escolar que aún no ha pasado primer grado
2	= Alfabeta sin escuela. Sabe leer y escribir pero no ha ido a la escuela.
3	= 1er. Ciclo Básico, 1o. a 3er. grado
4	= 2o. Ciclo Básico, 4o. a 6o. grado
5	= 3er. Ciclo Básico, 7o. a 9o. grado
6	= Educación Media o Secundaria, completa o dos grados
7	= Educación Superior no Universitaria completa o > de 2 años
8	= Educación Superior Universitaria, completa o > de 3 años
9	= No aplica. Para niños menores de 7 años y para personas que estaban de visita el día del estudio.

Estos códigos pueden reagruparse de acuerdo a las circunstancias propias del estudio.

**7. COLUMNA: OCUPACION**

Esta columna sirve para identificar el tipo de actividad a la que principalmente se dedica cada una de las personas listadas. Se toma como actividad principal aquella que le ocupa más tiempo.

Se debe especificar el tipo de actividad de la forma más completa posible, para facilitar la selección apropiada del código de ocupación que le corresponda. En el Listado 4 se presentan codificadas las ocupaciones más usuales.

En el ejemplo 2.3 se presenta el llenado de las columnas peso, escolaridad y ocupación.

**EL CODIGO SE ANOTARA DESPUES EN LA OFICINA DE ACUERDO A LAS CLAVES SIGUIENTES:**

LISTADO 4. CODIGOS PARA OCUPACION		
<u>Código</u>	=	<u>Categoría</u>
0	=	No Sabe o no responde
1	=	Sin ocupación definida
2	=	Estudiante
3	=	Familiar no remunerado, inclusive ama de casa
4	=	Servicios personales: domésticos, artesanos, artistas
5	=	Jornalero agrícola
6	=	Jornalero no agrícola
7	=	Agricultor propietario
8	=	Agricultor rentista
9	=	Obrero especializado
10	=	Vendedor ambulante (propietario)
11	=	Vendedor establecido (propietario)
12	=	Empleado
99	=	No aplica (para visitas el día del estudio y para niños menores de 7 años)

La categorización puede variar según las circunstancias.

**8. Asistencia**

**LOS DATOS DE ESTAS COLUMNAS SE ANOTAN DESPUES DE HABER REGISTRADO EL CONSUMO DE ALIMENTOS.**

En estas columnas se anota la participación a las comidas principales de cada una de las personas inscritas. Cada columna indica:

- D = Desayuno
- A = Almuerzo
- C = Cena

Si la persona estuvo presente en la comida se anota "X" en las casilla correspondiente, en caso de ausencia se escribirá "0".

**NUNCA DEBE DEJARSE UNA CASILLA EN BLANCO**

Cuando uno de los miembros de la familia realiza una comida principal fuera del hogar, la persona solamente se considerará ausente durante ese tiempo de comida, cuando sea imposible conocer detalladamente los alimentos consumidos.

En la columna "Cod" se escribirá posteriormente en la oficina la suma de las asistencias.





## Capítulo III

### FORMULARIO 2 CONSUMO DE ALIMENTOS

#### A. PROPOSITO

Este formulario se usa para registrar el tipo y la cantidad de alimentos consumidos durante el día anterior a la entrevista por toda la familia y por el niño estudiado. Sirve también para identificar cada alimento con un número de codificación, el cual se utilizará más tarde para estimar la ingesta de calorías y nutrientes provenientes de ese alimento. Ver formulario en Anexo B.

**Durante la entrevista se llena:**

- La identificación del hogar;
- El nombre de las preparaciones;
- La cantidad preparada para toda la familia;
- El nombre, tipo y/o precio de cada ingrediente;
- La cantidad de cada ingrediente;
- La cantidad no consumida;
- El número de raciones de cada preparación;
- La cantidad servida y/o consumida por el niño.

**En la oficina se llena:**

- CÓDIGO DEL NIÑO;
- CÓDIGO DEL ALIMENTO;
- CONVERSION A GRAMOS NETOS;
- GRAMOS NETOS FAMILIA; Y
- GRAMOS NETOS NIÑO.

A continuación se detalla la forma en que cada componente del formulario deberá ser llenado.

#### B. IDENTIFICACION DEL HOGAR

Se llena de igual manera que se explicó en el formulario sobre Datos Familiares.

#### C. DATOS DE CONSUMO DE ALIMENTOS

##### 1. Columna: NOMBRE DE LAS PREPARACIONES

En esta columna se anota el nombre de todas las preparaciones culinarias que fueron consumidas el día anterior.

Se recomienda llevar un orden de registro, comenzando por lo consumido en la mañana y terminando por lo consumido en la noche; esto facilitará la memoria del entrevistado.

En algunos lugares del área rural, a veces no se hace la distinción entre desayuno, almuerzo y cena, por lo que conviene preguntar:

¿Qué comieron en la mañana?  
¿A medio día?  
 ¿En la noche?

Con frecuencia se encuentra que algunos comensales toman parte de su alimentación fuera del hogar, como es el caso de niños que reciben merienda escolar o que asisten a un comedor infantil, o de personas mayores que toman almuerzo o merienda fuera de la casa. En estos casos se deben obtener los datos relativos a esos alimentos, si posible en los lugares donde estos fueron proporcionados.

A continuación se presenta un ejemplo de la forma usual de indicar las preparaciones consumidas:

**Ejemplo 3.1 Forma habitual de indicar las preparaciones**

**Desayuno**

**Café con leche**

**Frijoles fritos**

**Pan francés con mantequilla**

**Entre comidas**

**Mangos maduros**

**Almuerzo**

**Sopa de olla**

**Arroz frito**

**Tortillas**

**Fresco de limón**

**Entre comidas**

**Café**

**Cena**

**Frijoles cocidos**

**Queso seco**

**Tortillas**

**Café**

Generalmente la entrevistada menciona todas las preparaciones, al escribirlas hay que dejar suficiente espacio entre los nombres de cada preparación, para que en la columna de “Alimentos usados” se pueda anotar todos los componentes de la preparación. Por ejemplo: en el caso de “café con leche” habrá que dejar por lo menos tres espacios para leche, café y azúcar.

Cuando en la familia hayan comprado alimentos preparados se debe anotar también el número de raciones o unidades compradas y dejar los espacios que se requieran para anotar posteriormente todos los ingredientes de la preparación.

A continuación se presenta la forma correcta de llenar el formulario con el nombre de las preparaciones.

**Ejemplo 3.2 Llenado de la columna preparaciones**

<b>1. Nombre de las preparaciones</b>
<b>DESAYUNO</b>
<b>Café</b>
<b>Frijoles fritos</b>
<b>Plátanos cocidos</b>
<b>Leche/biberones</b>
<b>REFRIGERIO</b>
<b>Mangos verdes</b>
<b>ALMUERZO</b>
<b>Sopa de res</b>
<b>Arroz frito</b>
<b>Tortillas</b>

**2. Alimentos usados**

En esta columna se anotan los nombres de **todos los alimentos** usados en cada una de las comidas indicadas en preparaciones, a excepción de los condimentos que se emplean en cantidades mínimas (canela, pimienta, etc.).

NO OLVIDE INCLUIR MANTECA, ACEITE U OTRA GRASA CUANDO EN EL MENU SE INDICAN PREPARACIONES FRITAS. INCLUIR AZUCAR, MIEL O PANELA EN PREPARACIONES DULCES O EN BEBIDAS. SI NO SE USARAN ESTOS PRODUCTOS INDIQUELO.

En cada línea se escribe el nombre del producto, especificando la clase, variedad, color y cuando sea posible el tamaño.

A continuación se hacen algunas consideraciones a tomar en cuenta para anotar el nombre correcto de los alimentos usados y facilitar su codificación. En el ejemplo 3.3 se presenta la forma de anotar los nombres de los alimentos.

**LISTADO 5. CONSIDERACIONES PARA REGISTRAR CADA TIPO DE ALIMENTO**

- Leches:** Especificar si es de vaca, cabra, etc. Si es líquida o en polvo. Si es íntegra, semidescremada o descremada. Si es condensada o evaporada. Anotar la marca.
- Quesos:** Especificar si es amarillo o "Kraft" o blanco. Si es blando o fresco, duro o semiduro, de crema o capas. Tipo de leche, íntegra o descremada.
- Carnes:** Especificar si es de res, cerdo, gallina, pescado u otro animal. Si es con o sin hueso. Si es víscera (hígado, riñón, etc.) u otro tipo. En el caso de embutidos indicar el tipo: chorizo, jamón, mortadela, etc.
- Frijoles:** Indicar el color y la variedad. Especificar la forma que corresponde a la cantidad anotada: crudo, frito, cocido o sancochado.
- Hortalizas, frutas o raíces:** Especificar la variedad. En algunos casos indicar si es maduro, verde o tierno y señalar el color cuando se considere conveniente. Ejemplos: camote anaranjado; ayote sazón; chile dulce rojo; maíz tierno; etc.
- Arroz**  
**Tortilla de maíz:** Especificar si la cantidad anotada corresponde a arroz crudo, cocido, frito o cocido.
- Panes:** Indicar el color del maíz y si ha sido cocinado con cal, ceniza o ambos.
- Grasas:** Especificar si es blanco (francés), negro (integral), de molde, dulce, de coco, de yema, etc., y señalar el precio. Aclarar cuando se trate de pan de arroz o de maíz.
- Bebidas:** Especificar si se trata de manteca vegetal o de cerdo; mantequilla o margarina; en el caso de aceite indicar si es de maíz, palma u otro.
- Alimentos enlatados:** Diferenciar entre los refrescos embotellados tipo COLA y otros. En el caso del café indicar si la cantidad anotada corresponde a café en polvo o café preparado.
- Alimentos enlatados:** Escribir el nombre completo del producto y en cuanto sea posible la marca y el peso.

**Ejemplo 3.3. Anotación de nombre de alimentos**

1. Nombre de las preparaciones	2. Alimentos usados				4. Nombre, tipo, color, precio
	3. Código (oficina)				
	31	32	33	34	
DESAYUNO					
Frijoles fritos					<b>ESPACIO LIBRE</b>
					frijoles rojos cocidos
					cebolla cabeza
					manteca vegetal
Café preparado					<b>ESPACIO LIBRE</b>
					café en polvo
					azúcar
Tortillas/maíz					<b>ESPACIO LIBRE</b>
					maíz blanco/cal
Sopa de res					<b>ESPACIO LIBRE</b>
					res con hueso
					chayote
					zanahoria
					tomate
					guineo verde
					cebolla entera

**3. Origen del alimento**

Esta columna sirve para indicar si el alimento ha sido producido por la familia o si ha sido comprado o donado por alguna institución (privada o nacional) o regalado por algún vecino o pariente.

De acuerdo al caso, se anota de la siguiente forma:

P = Producido por la familia

C = Comprado

D = Donado por cualquier institución (pública o privada)

R = Regalado por un vecino o pariente

**4. Cantidad**

En este espacio aparecen tres columnas: “preparado”, “no consumido” y “consumido”. En la primera columna se anota la cantidad de cada alimento que se incluyó en la preparación. La cantidad se indica en las medidas que señale la persona entrevistada: libras, unidades, centavos, onzas, cucharadas, “medidas”, tazas, etc. Debe usar las abreviaturas que se presentan en Listado 6.

**SUGERENCIAS PARA REGISTRAR LA CANTIDAD DE ALIMENTOS**

- Cuando la cantidad de granos (arroz, frijol) se indica en “medidas caseras” (Ej. latas de leche) no basta con anotar las libras estimadas por la entrevistada, hay que verificar la capacidad de la medida.
- Cuando la cantidad de alimentos pareciera exagerada, debe investigarse la veracidad de los datos a través de un diálogo apropiado. Hay que aclarar si la cantidad sirvió para varios tiempos de comida, para la venta, o para mayor número de personas.
- Si el alimento preparado no fue consumido totalmente por la familia en ese tiempo de comida, se pregunta por la cantidad no utilizada y esa cantidad se anota en la columna “no consumido”. Esta misma columna se utiliza para anotar la cantidad de la preparación que se regala, se da a los animales o se desperdicia. En algunas ocasiones cuando las preparaciones tienen diferentes destinos es preferible indagar por la cantidad que consumió la familia y anotarla directamente en consumido, haciendo una aclaración.
- Cuando la misma preparación se utiliza en varios tiempos de comida del mismo día y no se pueda estimar la cantidad de la preparación utilizada para cada vez, se anota una sola vez y se indica que la cantidad es para todo el día o para 2 ó 3 veces.
- Si quedara parte de la preparación para otro día, es importante estimar la cantidad que ha quedado. Si esto no fuera posible, se divide la cantidad total entre el número de veces que se ha utilizado y se resta la fracción correspondiente.
- Cuando la entrevista informa sobre el consumo de biberones debe interrogarse acerca de la cantidad de leche en polvo usada para cada biberón u onza preparada y el número de biberones preparados en todo el día.
- En la columna “consumido” se anota la diferencia de las columnas “preparado” y no “consumido”.

En el ejemplo 3.4 se presenta la forma de anotar los datos sobre cantidades de ingredientes.

LISTADO 9. ABREVIATURAS DE UNIDADES		
Unidad	=	U.
Libra	=	Lb.
Onza	=	Oz.
Kilogramo	=	Kg.
Gramo	=	g.
Medida	=	Med.
Litro	=	Lt.
Botella	=	Bot.
Vaso	=	V.
Taza	=	Tz.
Cucharón=	Chon.	
Cuchara grande	=	cda. g.
Cuchara sopera	=	cda.
Cucharita=	Cdta.	
Onza fluida	=	Oz. fl.
Centavo	=	c.
Con hueso	=	c/h
Sin hueso	=	s/h

Ejemplo 3.4 Registro de cantidades de ingredientes

1. Nombre de las preparaciones	2. Alimentos usados				4. Nombre, tipo color	5. Origen	6. Consumo de la ...		
	3. Código (Oficina)						7. Cantidad: Peso, unidades, volumen, medida, precio		
	31	32	33	34			Preparado	No consumido	Consumido
DESAYUNO									
Café con leche							-		
					café en polvo	C	1 bolsa 40c	-	1 bolsa 40c
					leche fl. de vaca	C	2 tazas	-	2 tazas
					azúcar	C	8 cdas.	-	8 cdas.
Frijoles fritos									
					frijol rojo crudo	C	2 lbs.	1 lb.	1 lb.
					cebolla cabeza	C	2 u	-	2 u
					aceite	C	2 cdas.	-	2 cdas.
Tortillas/maíz									
					tortillas blancas c/cal	P	15 u	3 u	12 u
Leche - biberones (todo el día)								8 biberones	8 biberones
					leche en polvo (Nido)	C	32 cdas.		32 cdas.
					azúcar	C	8 cdas.	-	8 cdas.

**Explicación del Ejemplo 3.4:**

En este caso, el frijol cocinado fue utilizado en dos tiempos de comida, pero solo se frió la cantidad que se consumió en el primer tiempo; por lo que la cantidad de aceite y cebolla aparecen en cantidades completas en las columnas consumidas. En el Anexo C se explica con más detalle las distintas formas de registrar los datos sobre consumo de frijoles.

**5. Número de Raciones**

Si en la familia se va a encuestar un niño u otra persona se pide a la persona entrevistada que indique de cada preparación, el número de raciones (platos, tazas, vasos o unidades) que fueron consumidas por toda la familia. Ver Ejemplo 3.5.

**Ejemplo 3.5 Registro de número de raciones**

1.Nombre de las preparaciones	2.Alimentos usados				5. O R I G E N	6.Consumo de la familia			8.No. de raciones	9.Conversión a gramos netos (oficina)	10.Gramos netos (oficina)					11.Consumo del niño			
	3.Código (Oficina)					4.Nombre, tipo, color	7.Cantidad:Peso, unidades, volumen medida, precio				35	36	37	38	39	12.Cantidad:Peso, unidades volumen, precio			
	31	32	33	34			Preparado	No consumido								Consumido	Servida	Sobras/deap	Consumido
DESAYUNO																			
Café									5 tz.										
						Café en polvo	1 bolsa 40 c.		1 bolsa 40 c.										
						Azúcar	8 cdas.		8 cdas.										
Frijoles fritos									8 pl.										
						Frijoles rojos crudo	2 lbs.	1 lb.	1 lb.										
						Aceite vegetal	2 cdas.		2 cdas.										
						Cebolla cabeza	2 u.		2 u.										
Tortillas/maíz									12 u.										
						Tortillas blancas/cal	15 u.	3 u.	12 u.										
ALMUERZO																			
Arroz frito									4 pl.										
						Arroz crudo	1/2 lb.		1/2 lb.										
						Aceite vegetal	2 cdas.		2 cdas.										
						Cebolla cabeza	1 u.		1 u.										
						Tomate maduro	1 u.		1 u.										

## 6. Consumo del niño

Para investigar el consumo del niño se toma como referencia el consumo familiar anotado para cada tiempo de comida. Es decir se pregunta si el niño comió de cada una de las preparaciones registradas. Además, se investiga si le dieron algo especial preparado sólo para él.

En las columnas del consumo del niño se anota para cada preparación el número de raciones o unidades que comió el niño, del total consumido por toda la familia.

### Ejemplos:

Si la familia consumió un total de 5 platos de arroz frito, puede ser que el niño haya comido  $1/2$  o  $1/4$  de plato.

Si la familia consumió 6 vasos de refresco, puede ser que el niño haya tomado 1,  $1/2$  o  $1/3$  de vaso, ó más de una unidad.

En todo caso se anota el número de raciones que comió.

Para algunos alimentos tales como arroz o frijol preparado frito o cocido, a veces a la persona entrevistada se le hace más fácil indicar el número de cucharadas servidas o consumidas por el niño. En este caso se puede anotar el número de cucharadas, pero es necesario tomar el peso de la cucharada de alimento en el hogar, no sólo porque las cucharas pueden ser de diferente tamaño, sino también porque la forma de servir el alimento difiere entre las personas, unas acostumbran a llenar más que otras las cucharas.

Generalmente los niños pequeños no se comen todo lo que les sirven, por lo tanto es necesario verificar si la cantidad que se ha anotado corresponde a la cantidad servida o la cantidad consumida por el niño.

Para facilitar el registro del consumo del niño, el formulario presenta para ello tres subcolumnas:

**Servido**

**Sobras o desperdicio**

**Consumido**

En la primera se anota la cantidad servida, que es la que generalmente acostumbra a decir la persona que atiende al niño. Luego, se pregunta si el niño lo comió todo o si desperdició algo, de acuerdo a lo que conteste la entrevistada se anota la cantidad en la segunda subcolumna y en la tercera subcolumna se registra la diferencia.

En caso de que el niño no coma de una de las preparaciones anotadas para la familia, en la columna **Consumo del niño** se escribe **NO COMIO**. Esto es importante para que al momento de revisar el formulario el supervisor sepa que sí se preguntó por esa preparación.

Cuando haya preparaciones específicas para el niño las cantidades de los ingredientes se colocan también en el consumo de la familia.

SEA CUAL FUESE LA FORMA EN QUE SE REGISTRE EL CONSUMO DEL NIÑO, LA CANTIDAD DEBE ANOTARSE EN LA MISMA LINEA QUE CORRESPONDE AL NOMBRE DE LA PREPACION

En el ejemplo 3.6 se han anotado diferentes opciones para el registro de distintas preparaciones y alimentos consumidos por el niño.

**Ejemplo 3.6 Registro del consumo del niño**

1.Nombre de las preparaciones	2.Alimentos usados				5. O R I G E N	6.Consumo de la familia			8.No. de raciones	9.Conversión a gramos netos (oficina)	10.Gramos netos (oficina)					11.Consumo del niño		
	3.Código (Oficina)					7.Cantidad:Peso, unidades, volumen medida, precio										12.Cantidad:Peso, unidades volumen, precio		
	31	32	33	34		Preparado	No consumido	Consumido			35	36	37	38	39	Servida	Sobras/desp	Consumido
<b>DESAYUNO</b>																		
Café									5 tz.							1/2 tz.	-	1/2 tz.
						Café en polvo	1 bolsa 40 c.		1 bolsa 40 c.									
						Azúcar	8 cdas.		8 cdas.									
Frijoles fritos									8 pl.							2 cdas.	-	2 cdas.
						Frijoles rojos crudo	1 lbs.		1 lb.									
						Aceite vegetal	2 cdas.		2 cdas.									
						Cebolla cabeza	2 u.		2 u.									
Tortillas/maíz									12 u.									
						Tortillas blancas/cal	15 u.	3 u.	12 u.							NO	COMIO	
Naranjas						Naranjas d.	3u.		3u.	3u.						1u.		1u.
<b>ALMUERZO</b>																		
Arroz frito									4 pl.							1/4 pl.		1/4 pl.
						Arroz crudo	1/2 lb.		1/2 lb.									
						Aceite vegetal	2 oz.		2 oz.									
						Cebolla cabeza	1 u.		1 u.									
						Tomate maduro	1 u.		1 u.									
Ribernes									8 h.							8 h.	1/2 h.	7 1/2 h.
						Leche Nido	32 cdas.		32 cdas.									
						Azúcar	8 cdas.		8 cdas.									

**Explicación del Ejemplo 3.6:**

**Café:** En este caso se indicó el número de raciones --tazas- que el niño bebió de las correspondientes para toda la familia.

**Frijol Frito:** Para este alimento no se anotó el número de raciones -platos-, sino el número de cucharadas dadas al niño.

**Tortillas:** Aquí se ha anotado **NO COMIO**, lo que quiere decir que el niño no comió de las tortillas anotadas para la familia en ese tiempo de comida.

**Arroz frito:** En este caso se registró el número de raciones que comió el niño, de las anotadas en la familia.

**Naranjas:** En este caso se escribió el número de unidades que comió el niño. Si sólo el niño hubiese comido esta cantidad de fruta la cantidad también habría que registrarla en el consumo de la familia.

**Biberones:** Se escribió el total de biberones porque sólo fueron para el niño estudiado. Si esto no fuera así, y la preparación de biberones hubiese servido para varios niños, en esta columna habría que haber anotado sólo los que tomó el niño estudiado.

**7. Conversión a gramos netos - consumo familiar**

Este espacio del formulario se **COMPLETA EN LA OFICINA**. Se utiliza para indicar las operaciones realizadas para calcular los **gramos netos** de cada ingrediente incluido en las preparaciones consumidas por la familia.

Las operaciones dependerán de la forma como se haya anotado la cantidad consumida y del tipo de alimento que se trate.

**SI EL ALIMENTO TIENE PORCION NO COMESTIBLE** habría que considerar:

**Si la cantidad fue expresada en gramos brutos, es decir, incluyendo semillas, cáscaras, huesos, etc.**

**Si la cantidad fue expresada en gramos netos, es decir, sin incluir semillas, cáscaras, huesos, etc.**

**SI LA CANTIDAD ANOTADA CORRESPONDE A ALIMENTO CRUDO O PREPARADO.**

En todo caso, los cálculos que hay que hacer son los siguientes:

$$\frac{\text{Número de unidades} \times \text{Peso de unidad}}{\text{Fracción Comestible y/o Factor de Conversión de cocido a crudo}}$$

**CUANDO APLIQUE, se multiplica por**

**Número de unidades** = Cantidad indicada en CONSUMIDO. Ejemplo: 3 libras, 4 bot., 5 u.

**Peso de la unidad** = Peso obtenido en el hogar o en su defecto en la tienda o pulpería más cercana o en otra familia. Este valor debe aparecer en la HOJA DE PESOS, indicando el origen.

**Fracción comestible** = Solamente se usa cuando el alimento ha sido pesado con la parte no comestible y se requiere sustraer esa porción. En el Anexo D se presentan los factores más usuales.

**Ejemplos**

<b>ALIMENTO</b>	<b>CANTIDAD CONSUMIDA</b>	<b>CONVERSION A GRAMOS NETOS</b>
frijol rojo	2 lbs.	2 x 460
cebolla cabeza	3 u.	3 x 35 x 0.84*
arroz frito	2 tazas.	2 x 230 x 0.30**
aceite	1 cda.	1 x 22

\* Fracción comestible. \*\*Factor de conversión de cocido a crudo.

**RECUERDE**

- Los pesos de los alimentos deben ser obtenidos cuando sea posible en el mismo hogar.
- En segunda instancia, los pesos deben obtenerse en la misma comunidad, sea en otras familias o en tiendas o pulperías.
- Solamente cuando lo anterior no sea posible, pueden usarse los pesos promedios del país.
- Todos los pesos obtenidos deben estar registrados en el formulario HOJA DE PESOS.
- El mismo volumen de dos alimentos diferentes no necesariamente pesa igual, pues ello depende de la densidad de cada uno. Así, una cucharada de azúcar no pesa lo mismo que una cucharada de avena; una onza fluida de leche no pesa igual que una onza de aceite.

En el siguiente numeral se incluyen varios ejemplos de como escribir esta parte del formulario.

**8. Gramos netos - consumo familiar.**

Estas columnas también se completarán en la OFICINA. En ellas se anota la cantidad neta consumida de cada uno de los ingredientes de la preparación, cantidad que se obtiene de los cálculos indicados en el numeral anterior.

En cada una de las casillas se escribirá un número. Las casillas del lado izquierdo que queden vacías se completarán con ceros.

**Ejemplos:**

<b>Alimento</b>	<b>Cantidad consumida.</b>	<b>Conversión a grs. netos</b>	<b>Gramos netos</b>
Frijol rojo	2 lbs	2 x 460	00920
Cebolla cab.	2 u.	2 x 35 x 0.84	00059
Arroz frito	1 taza	1 x 223 x 0.30	00067

En el ejemplo 3.7 se presentan algunas situaciones comunes.

**Ejemplo 3.7 Cálculo de gramos netos consumo familiar**

2. Alimentos usados	5. Origen	6. Consumo de la familia					8.No. de raciones	9. Conversión a gramos netos (oficina)	10.Gramos netos (Oficina)				
		7. Cantidad: Peso, unidades volumen, medida, precio			35	36			37	38	39		
		Preparado	no consumido	consumido									
Frijoles rojos cocidos		2 tazas	-	2 tazas			2x176x0.28	0	0	0	9	8	
Cebolla cabeza		1/2 u	-	1/2 u			0.5x34x0.84	0	0	0	1	4	
Aceite		2 cdas.	-	2 cdas.			2x17	0	0	0	3	4	
Res con hueso		1 lb.		1 lb.			1x460x0.64	0	0	2	9	4	
			1/4 prep.										
Arroz crudo		1 taza	1/4	3/4			1x240x0.75	0	0	1	8	0	
Cubito		2 u	1/4	3/4			2x4x0.75	0	0	0	0	6	
Cebolla cabeza		1 u	1/4	3/4			1x34x0.84x0.75	0	0	0	2	1	
Aceite		3 cdas.	1/4	3/4			3x17x0.75	0	0	0	3	8	
Tortillas maíz blanco		20 u	-	20 u			20x40	0	0	8	0	0	
Tortillas maíz blanco		2 lbs.	-	2 lbs.			2x460x1.5	0	1	3	8	0	
Pan dulce		3 u	-	3 u			3x24	0	0	0	7	2	
Naranjas		4 u	-	4 u			4x80x0.60	0	0	1	9	2	
Café en polvo		2cdas.	-	2 cdas.			2x12	0	0	0	2	4	
Azúcar		3 cdas.	-	3 cds.			3x19	0	0	0	5	7	

**Explicación del ejemplo 3.7:**

**Frijol rojo:** En este caso se indicó que las tazas de frijol correspondían a frijol cocido, por eso fue necesario usar el factor de conversión de frijol cocido a crudo.

$$2 \times 176 \times 0.28$$

2 = Número de unidades

176 = peso de la unidad

0.28 = factor de conversión

**Cebolla cabeza:**  $0.5 \times 34 \times 0.84$

0.5 = número de unidades

34 = peso de la unidad

0.84 = fracción comestible

**Res con hueso:**  $1 \times 460 \times 0.64$

1 = número de unidades (libras)

460 = peso de la unidad (libra)

0.64 = fracción comestible

**Arroz crudo :** En este caso sobró la cuarta parte de la cantidad preparada, por lo que el arroz y todos los ingredientes se multiplican por 0.75.

**Cebolla cab./arroz:**  $1 \times 34 \times 0.84 \times 0.75$

1 = número de unidades

34 = peso de la unidad

0.84 = fracción comestible

0.75 = proporción usada

**Aceite :**  $3 \times 17 \times 0.75$

3 = número de unidades (cucharadas)

17 = peso de la cucharada

0.75 = proporción usada

**Tortillas - CANTIDAD EXPRESADA COMO UNIDADES**

$20 \times 40$

20 = número de unidades

40 = peso de la unidad

**Tortillas - CANTIDAD EXPRESADA EN LIBRAS DE MAIZ**

$2 \times 460 \times 1.5$

2 = número de unidades (libras)

460 = peso de la unidad (libra)

1.5 = factor de conversión de maíz a tortilla

**Naranjas:**  $4 \times 80 \times 0.60$

4 = número de unidades

80 = peso de la unidad

0.60 = fracción comestible

**9. Conversión gramos netos - consumo del niño**

En este espacio se indicarán los cálculos efectuados para determinar el consumo de cada ingrediente de la dieta del niño, expresado en gramos netos.

De acuerdo a la forma como se registró el consumo del niño, así se hacen los cálculos para obtener los gramos netos. Las formas más usadas son las siguientes:

- a) Número de raciones del total de las raciones consumidas por la familia.
- b) Número de unidades específicas
- c) Número de cucharadas de :     arroz frito o cocido  
  frijol frito o cocido

El cálculo se hace de la siguiente manera:

- a) Cuando se ha anotado el número de raciones:

Se divide la cantidad de gramos netos - familia entre el total de raciones y luego se multiplica por las raciones del niño.

$(\text{gramos netos-familia} / \text{total raciones}) \times (\text{raciones - niño})$

**Ejemplos:**

<b>FAMILIA</b>				<b>NIÑO</b>	
<b>Preparación</b>	<b>Alimentos</b>	<b>Raciones</b>	<b>Gr.netos</b>	<b>Consumo</b>	<b>Conversión</b>
<b>(1)</b>	<b>(4)</b>	<b>(8)</b>	<b>(10)</b>	<b>(12)</b>	<b>(13)</b>
<b>Arroz frito</b>	.....	<b>4 pl.</b>	.....	<b>1/2 pl.</b>	.....
	<b>arroz p.</b>	.....	<b>00300</b>	.....	<b>(300/4)x0.5</b>
	<b>aceite</b>	.....	<b>00030</b>	.....	<b>(30/4)x0.5</b>
	<b>cebolla c.</b>	.....	<b>00010</b>	.....	<b>(10/4)x0.5</b>
<b>Refresco</b>	.....	<b>10 vasos</b>	.....	<b>2 v.</b>	.....
	<b>limones</b>	.....	<b>00020</b>	.....	<b>(20/10)x2</b>
	<b>azúcar</b>	.....	<b>00220</b>	.....	<b>(220/10)x2</b>

- b) Cuando se registra el número de unidades específicas

Se multiplica el número de unidades que consumió el niño por el peso de la unidad. Si el peso está en gramos brutos, es decir, incluye cáscaras, semillas u otros desperdicios, hay que multiplicarla también por la fracción comestible.

**Ejemplos:**

<b>FAMILIA</b>			<b>NIÑO</b>	
<b>Preparación</b>	<b>Alimentos</b>	<b>Raciones</b>	<b>Consumo</b>	<b>Conversión</b>
<b>(1)</b>	<b>(4)</b>	<b>(8)</b>	<b>(12)</b>	<b>(13)</b>
<b>Naranjas</b>	<b>Naranjas d.</b>	<b>4 u</b>	<b>1 u.</b>	<b>1x80gx0.60*</b>
<b>Pan</b>	<b>Pan dulce</b>	<b>10 u.</b>	<b>2 u.</b>	<b>2x 20</b>

\*Fracción comestible

**c) Cuando se ha anotado número de cucharadas de arroz o frijol preparado**

En este caso se realizan las siguientes operaciones:

**Primero.** Se multiplica el número de cucharadas por el peso de la cucharada. Se obtiene así el peso total de alimento consumido expresado en gramos de alimento preparado.

**Segundo.** Se multiplica la cantidad de alimento preparado por el factor de cocido a crudo. Así se obtiene la cantidad de alimento consumido expresado en gramos crudos.

**Tercero.** Para calcular la cantidad consumida de cada ingrediente se multiplican los gramos crudos del alimento principal consumido por el niño por los gramos netos-familia de cada ingrediente y se divide entre los gramos netos- familia del alimento principal de la preparación.

**Ejemplos:**

	FAMILIA		NIÑO	
Preparación (1)	Alimentos (4)	Gr. Netos (10)	Consumo (12)	Conversión (13)
Arroz frito	.....	.....	2 cdas.	.....
.....	Arroz	00300	.....	2x30x.3=18
.....	Aceite Veg.	00040	.....	(18x40)/300
.....	Cebolla Cab.	00010	.....	(18x10)/300
Frijol coc.	.....	.....	3 cdas.	.....
.....	Frijol rojo	00230	.....	3x20x.28=17g
.....	Cebolla cab.	00010	.....	(17x10)/230

**Explicación de los ejemplos:**

**Arroz frito:**

El niño comió 2 cucharadas de arroz frito. Una cucharada de arroz frito pesó 30 gramos.  $2 \times 30 = 60$  gramos de arroz frito comió el niño.

Para convertirlo a arroz crudo se multiplica por el factor de conversión de cocido a crudo.  $60 \times 0.30 = 18$  gramos crudos.

Para calcular la cantidad de cada ingrediente se usa regla de tres o proporciones:

$$g.\text{aceite-niño} = \frac{18g \text{ arroz-niño} \times 40 g \text{ aceite-fam.}}{300g \text{ arroz-fam.}}$$

$$g.\text{cebolla-niño} = \frac{18g \text{ arroz-niño} \times 10g \text{ cebolla-fam.}}{300g \text{ arroz-fam.}}$$

**Frijol cocido:**

El niño comió 3 cucharadas de frijol cocido. Una cucharada de frijol cocido pesó 20 gramos. El factor de conversión de cocido a crudo es de 0.28.

$$3 \times 20 = 60 \text{ g. de frijol cocido.}$$

$$60 \times 0.28 = 17 \text{ gramos de frijol crudo.}$$

$$g.\text{cebolla-niño} = \frac{17g \text{ frijol-niño} \times 10g \text{ cebolla-fam.}}{230g \text{ frijol-fam.}}$$

**12. Gramos netos - niño**

En esta columna se registrará la cantidad de cada ingrediente de la preparación expresada en gramos netos. O sea es el resultado de las operaciones indicadas en la columna anterior.

Debe tenerse especial cuidado de **ANOTAR LAS CANTIDADES EN LA MISMA LINEA EN QUE ESTA ANOTADO EL NOMBRE DEL INGREDIENTE, QUE CORRESPONDE TAMBIEN A LA LINEA DE GRAMOS NETOS DE LA FAMILIA.**

En el ejemplo 3.8 se presenta la forma de anotar la conversión a gramos netos.

**Ejemplo 3.8 Registro de gramos netos. Consumo del niño**

2. Alimentos usados	6. Raciones	11. Consumo del niño	13. Conversión a gramos netos	14. Gramos netos			
4. Nombre, tipo, color, precio		12. Cantidad consumida		40	41	42	43
(Arroz frito)	4 pl	1/4 pl					
Arroz crudo			$(300 : 4) \times (0.5)$	0	0	3	8
Cebolla cabeza			$(10 : 4) \times (0.5)$	0	0	0	1
Aceite			$(30 : 4) \times (0.5)$	0	0	0	4
Pan dulce	10 u	2 u	$2 u \times 20 g$	0	0	4	0
Frijol cocido)		3 cdas					
Frijol rojo			$3 \times 20 \times 0.28$	0	0	1	7
Cebolla cabeza			$(17 \times 10) : 230$	0	0	0	1
(Biberones)	8 b	8 b					
Leche Nido			$32 \text{ cdas.} \times 10$	0	3	2	0
Azúcar			$8 \text{ cdas.} \times 15$	0	1	2	0

**Explicación del ejemplo 3.8:**

En el caso de los biberones queda igual la cantidad en gramos netos del niño que en gramos netos de la familia, porque toda la preparación fue para el niño.

**11. Código de alimentos**

Estas columnas se llenan en la oficina. En los tres primeros espacios (31-33) se escribe el código correspondiente a cada uno de los alimentos incluidos en la columna **alimentos usados**.

Se tendrá cuidado de anotar el código en la misma línea en que se escribe el nombre y la cantidad del alimento. Ver ejemplo 3.9.

Se usará la codificación correspondiente a la Base de Datos sobre Composición de Alimentos programada en el Centro de Cómputo del INCAP.

En la columna 34 se anota el código según el origen de cada alimento, se utilizan los códigos siguientes:

- P = 1**
- C = 2**
- D = 3**
- R = 4**

**Ejemplo 3.9 Codificación del tipo de alimentos**

1. Nombre de las Preparaciones	2. Alimentos usados				4. Nombre, tipo, color, precio
	3. Código (oficina)				
	25	26	27	28	
Café con leche					
	6	1	1	2	Café en polvo
	0	0	5	2	Leche fluida
	5	7	4	2	Azúcar
Frijoles fritos					
	2	0	4	1	Frijol rojo crudo
	5	9	8	2	Manteca vegetal
	2	3	2	2	Cebolla cabeza
Tortillas	5	4	9	1	Tortillas maíz blanco con cal

## Capítulo IV:

### FORMULARIO 3 PESO DE ALIMENTOS

En esta hoja se registran todos los pesos de alimentos obtenidos en el hogar o en la comunidad. Se anota el nombre del alimento, el número y el nombre de las unidades pesadas.

Ejemplos:

Alimentos	No. unidades	Gramos	Promedio
Tortillas blancas	10 u	450	
Bananos maduros	4 u	520	
Leche Nido	2 cdas.	20	
Aceite	1 oz fl.	60	
Manteca vegetal	4 cdas	60	
Café en polvo	1 bolsa/20 c.	20	

Debe tenerse cuidado de registrar claramente el tipo de alimento, si posible, se indica la marca cuando procede.

En las unidades hay que especificar si se trata de pequeñas, medianas o grandes, para lo cual se toma como referencia lo usual en el país.

Posteriormente se calcula el promedio para cada peso de alimentos registrado.

## Capítulo V

### REVISION FINAL DE FORMULARIOS

Una vez terminado el registro de datos en el hogar, antes de despedirse de la familia, el encuestador debe revisar si los formularios fueron llenados debidamente de manera de verificar que no le falta ningún dato. Para ello es conveniente, si las circunstancias de tiempo y ambiente familiar lo permiten, repasar con la entrevistada todo lo que se anotó, lo que ayuda a darse cuenta si falta o está incompleta la información registrada.

Posteriormente, fuera del hogar, en la oficina o sede local, se procede a completar los formularios con los datos que hacían falta, siguiendo las instrucciones de los numerales anteriores. Esta tarea generalmente se hace en la tarde, ya que el registro de datos conviene hacerlo en la mañana para tener ocasión de pesar los alimentos antes de la preparación del mediodía.

Conviene indicar solamente las operaciones necesarias en la columna de conversión a gramos, pues con ello podrá darse cuenta si falta algún dato sobre la cantidad o sobre el tipo de alimento. Es decir, verifica que tiene todos los elementos para estimar la cantidad en gramos netos, tanto del consumo familiar como del consumo del niño.

Los formularios ya completos se pasan al supervisor para que haga la primera revisión a nivel de campo. Si faltase información es importante esta completarla el mismo día en el hogar, de manera que no se pierda por olvido.

En cuanto a la codificación esta puede llenarse posteriormente en la oficina central, siempre y cuando no hayan productos desconocidos, por lo que es muy importante identificarlos a nivel de campo para estar seguros de su codificación.

Generalmente, el llenado total de los formularios se completa al regreso a la oficina central. Donde los encuestadores revisan uno por uno sus formularios y terminan de codificarlos.

Una vez completada esta segunda revisión por los encuestadores, los formularios se regresan a los supervisores para su crítica o revisión final.



## Capítulo IV

### FORMULARIO 3 PESO DE ALIMENTOS

En esta hoja se registran todos los pesos de alimentos obtenidos en el hogar o en la comunidad. Se anota el nombre del alimento, el número y el nombre de las unidades pesadas.

Ejemplos:

Alimentos	No. unidades	Gramos	Promedio
Tortillas blancas	10 u	450	
Bananos maduros	4 u	520	
Leche Nido	2 cdas.	20	
Aceite	1 oz fl.	60	
Manteca vegetal	4 cdas	60	
Café en polvo	1 bolsa/20 c.	20	

Debe tenerse cuidado de registrar claramente el tipo de alimento, si posible, se indica la marca cuando procede.

En las unidades hay que especificar si se trata de pequeñas, medianas o grandes, para lo cual se toma como referencia lo usual en el país.

Posteriormente se calcula el promedio para cada peso de alimentos registrado.

## Capítulo V

### REVISION FINAL DE FORMULARIOS

Una vez terminado el registro de datos en el hogar, antes de despedirse de la familia, el encuestador debe revisar si los formularios fueron llenados debidamente de manera de verificar que no le falta ningún dato. Para ello es conveniente, si las circunstancias de tiempo y ambiente familiar lo permiten, repasar con la entrevistada todo lo que se anotó, lo que ayuda a darse cuenta si falta o está incompleta la información registrada.

Posteriormente, fuera del hogar, en la oficina o sede local, se procede a completar los formularios con los datos que hacían falta, siguiendo las instrucciones de los numerales anteriores. Esta tarea generalmente se hace en la tarde, ya que el registro de datos conviene hacerlo en la mañana para tener ocasión de pesar los alimentos antes de la preparación del mediodía.

Conviene indicar solamente las operaciones necesarias en la columna de conversión a gramos, pues con ello podrá darse cuenta si falta algún dato sobre la cantidad o sobre el tipo de alimento. Es decir, verifica que tiene todos los elementos para estimar la cantidad en gramos netos, tanto del consumo familiar como del consumo del niño.

Los formularios ya completos se pasan al supervisor para que haga la primera revisión a nivel de campo. Si faltase información es importante completarla el mismo día en el hogar, de manera que no se pierda por olvido.

En cuanto a la codificación, ésta puede llenarse posteriormente en la oficina central, siempre y cuando no hayan productos desconocidos, por lo que es muy importante identificarlos a nivel de campo para estar seguros de su codificación.

Generalmente, el llenado total de los formularios se completa al regreso a la oficina central. Donde los encuestadores revisan uno por uno sus formularios y terminan de codificarlos.

Una vez completada esta segunda revisión por los encuestadores, los formularios se regresan a los supervisores para su crítica o revisión final.



*Tercera Parte*

**INSTRUCCIONES A LOS SUPERVISORES**

**Capítulo I: LA LABOR DE SUPERVISION**

**Capítulo II: TAREAS DEL SUPERVISOR PREVIAS AL  
TRABAJO DE CAMPO**

**Capítulo III: TAREAS DEL SUPERVISOR DURANTE LA  
RECOLECCION DE DATOS**

**Capítulo IV: CRITICA DE LOS FORMULARIOS**



## Capítulo I

### LA LABOR DE SUPERVISION

En una encuesta, como en cualquier empresa, el éxito depende de la calidad del trabajo de supervisión. En una encuesta, una buena labor de supervisión del trabajo de campo permitirá contar con datos confiables y útiles para el logro de los objetivos de la misma. De ahí, que en esta guía se den lineamientos para los supervisores de la encuesta alimentaria, específicamente en lo que se refiere a la supervisión en el campo.

Los supervisores deben conocer a fondo todo lo referente al trabajo de campo y a los aspectos técnicos que encierra; además, deben contar con la pericia requerida para que los encuestadores hagan eficazmente su trabajo. Un buen supervisor no se improvisa, se forma mediante el estudio y la práctica, requiriéndose para ello no sólo de liderazgo, sino también de suficiente conocimiento del trabajo y de apropiadas actitudes de comprensión, honradez y respeto personal, que le faciliten ganarse el respeto de los supervisados.

En una encuesta, los supervisores deben proceder en forma homogénea, aún cuando obviamente tengan distintas aptitudes y personalidades. Esto debe considerarse especialmente en la forma de dar órdenes, llamar la atención, tomar decisiones y resolver problemas.

El supervisor debe procurar entender el temperamento del personal a su cargo; ésto puede lograrse mediante una observación cuidadosa y con el conocimiento de su nivel de instrucción, su experiencia laboral y sus costumbres; de manera tal que con anticipación pueda tener una idea de la forma que reaccionará bajo determinadas circunstancias.

El supervisor debe estar consciente que una manera de obtener el cumplimiento de las tareas es no exigirlos, sino sugerirlas. Es decir, evitar hasta donde sea posible el dar órdenes directas y tajantes. Así también, en caso que se requiera llamar la atención por una falla, sea técnica o de comportamiento, debe hacerse en privado y en tono amistoso, escuchando las explicaciones del supervisado.

Cuando se requiera tomar una decisión, si no se está seguro de lo que ha de decidir, debe consultar al director de campo. Cualquier decisión que se haga sobre el registro de datos o en situaciones anormales deben ser anotadas en un diario.

Cuando objetivamente observe ineficiencia en alguno de los encuestadores, debe hablarle claramente, procurando buscar la manera de ayudarlo a mejorar su trabajo. Puesto que en última instancia el supervisor es el responsable de la calidad del trabajo de sus supervisados.

En el trabajo de campo el supervisor tiene la obligación de supervisar diariamente a los encuestadores esto puede lograrse mediante un diálogo continuo, desplazándose con ellos en las comunidades y revisándoles diariamente sus formularios. Cada supervisor debe preparar un programa diario de labores que le ayudará a organizar y hacer bien su trabajo.

El supervisor debe conocer bien su trabajo y los propósitos del mismo, pues no se puede tener entusiasmo por algo que no se conoce, y un trabajo no se puede hacer bien si no se tiene entusiasmo por él. En encuestas de alimentación y nutrición los supervisores tienen que tener conocimientos básicos de nutrición para comprender la importancia y alcance de la información a recolectar.

El supervisor debe tener sentido común, para poder resolver con sensatez los problemas que se le presenten. Debe tener suficiente entereza para afrontarlos lo cual es producto de su honradez, lealtad, trato justo y confiabilidad.

El supervisor debe tener habilidad para comunicar bien sus ideas, sea en forma oral o escrita; así también, para enseñar a los encuestadores.



## Capítulo II

### TAREAS DEL SUPERVISOR PREVIAS AL TRABAJO DE CAMPO

#### A. PREPARACION DE LOS MATERIALES PARA SUS TAREAS

- Lista de segmentos seleccionados en su zona
- Mapas (ubicación de viviendas)
- Documentos básicos de la encuesta de consumo
- Manual de instrucciones para el llenado de formularios
- Listado de códigos de alimentos
- Listado de factores de conversión de alimentos cocidos o crudos
- Pesos de los alimentos
- Listado de factores de porción comestible
- Preparar equipo de primeros auxilios
- Calculadora de bolsillo

#### B. PREPARACION DE MATERIALES PARA ENCUESTADORES

- Mapas específicos de los segmentos seleccionados con sus registros de edificios y viviendas, que serán distribuidos a cada encuestador.
- Preparar los juegos de formularios que requerirán los encuestadores. Un formulario de Datos Familiares, tres sobre Consumo de Alimentos y uno de Pesos de Alimentos. Se sugiere separar en bolsas de manila o carpetas los formularios a usar en cada segmento, colocando una cantidad extra para cualquier eventualidad.
- Preparar los materiales de oficina que requerirá él y los encuestadores en el campo: lápices, papel en blanco, borradores, etc.
- Preparar el equipo que llevará cada encuestador. Revisarlo de antemano para estar seguro de su buena condición: tablero, balanza dietética, taza medidora, calculadora de bolsillo, servilletas de papel, platillos y vasos desechables, etc.

#### C. PROGRAMACION DEL TRABAJO DE LOS ENCUESTADORES

- Esto se hace tomando en cuenta el número de familias que deben ser visitadas, su ubicación, características, acceso y enumeración. Debe ordenar la secuencia de visitas.
- De acuerdo con los encuestadores programará el trabajo de campo de cada uno, considerando que se espera que cada día de encuesta, cada entrevistador realice tres encuestas.

#### D. PROGRAMACION DE SU TRABAJO

- Debe programar tiempo para:
- Observar el trabajo de los encuestadores, específicamente las entrevistas durante los primeros días de salida al campo;
- Recibir y corregir los formularios entregados por los encuestadores;
- Analizar los casos en que no se realizó la entrevista; y
- Llevar un diario de lo realizado en el campo.



## Capítulo III

### TAREAS DEL SUPERVISOR DURANTE EL TRABAJO DE CAMPO

#### A. SUPERVISION DE ENTREVISTAS

El supervisor debe acompañar a cada uno de los encuestadores en las primeras visitas que realicen y observar el desarrollo de la entrevista. Debe observarse desde la forma de saludar y explicar a la familia el motivo de la visita, la realización de las preguntas, hasta la forma de despedirse y agradecer la colaboración prestada.

El supervisor en estas primeras visitas debe observar el uso de la balanza dietética y de la taza medidora al hacer la toma de pesos de alimentos. Debe poner especial atención en el manejo del equipo y en la lectura de los mismos; así como, en el cuidado y delicadeza que se ponga al colocar los alimentos en la balanza y al medirlos en la taza medidora.

Esta tarea tiene como propósito evaluar el trabajo del encuestador y al mismo tiempo acompañarle para que adquiera la suficiente confianza y seguridad en su trabajo. Debe observar dos o tres entrevistas de cada encuestador por separado, antes de dejarlo trabajar solo, ya que tratándose de una encuesta de alimentación pueden darse situaciones muy diversas.

Al observar deficiencias en la primera entrevista, el supervisor debe señalarlas clara y abiertamente al encuestador y sugerirle las modificaciones requeridas. La observación del trabajo de cada encuestador se completa con la revisión en el campo de los formularios llenados en las entrevistas realizadas.

Un aspecto de suma importancia es el análisis de los casos de rechazo o falta de respuesta, para detectar que no se deban a errores del encuestador. En caso de rechazo, debe visitar los hogares y tratar de realizar la entrevista acomodándola al horario que se le indique, a fin de no perder la familia. Sólo en casos extremos, cuando definitivamente no se acepte la visita, podrá considerarse como rechazo y deberá registrarse así en el formulario.

#### B. RECEPCION DE FORMULARIOS Y OTROS MATERIALES

El supervisor deberá recibir y llevar control de los mapas y formularios que le entregan los encuestadores bajo su responsabilidad. Debe verificar que estén los mapas o listados junto con los formularios, así también, si hubo rechazo o reemplazos. Cualquier anomalía debe anotarse en la bolsa o carpeta del segmento.

#### C. REVISION DE FORMULARIOS

Los formularios se revisarán en el campo de acuerdo a las instrucciones que se indican a continuación. Esta revisión tiene como propósito verificar que está completo el material recibido. Si hubiesen dudas, el encuestador deberá regresar a la familia para aclararlas o completar la información que faltase.

Las correcciones deben hacerse sin borrar la información anotada por el encuestador, haciendo una raya horizontal para anularla y usando un lápiz de color (rojo o azul). Los datos revisados debe marcarlos con un pequeño signo de "cheque" (✓). Debe firmar el sobre o carpeta con los formularios revisados y anotar la fecha de la revisión.

##### 1. Formulario "Datos Familiares"

- a) Verifique si está completo el recuadro de identificación de la familia y la parte escrita referente a la misma. Verifique códigos.
- b) Verifique que todas las personas registradas en "Nombres de miembros de la familia" tienen datos completos sobre edad, sexo, peso, escolaridad, ocupación y asistencia a las comidas.

- c) Si entre los miembros de la familia se ha registrado un niño menor de un año; verifique si se ha indicado si recibe o no lactancia materna.
- d) Lo referente a la columna "Código de Asistencia" se revisará en la etapa de crítica de los formularios.

## **2. Formulario "Consumo de Alimentos"**

- a) Verifique los datos de identificación de la familia.
- b) Revise que esté indicado el número de hojas usado en el extremo inferior derecho.
- c) Verifique que los ingredientes anotados en la columna "Alimentos" tienen los nombres completos y que concuerdan al nombre de la preparación indicada. Vea ejemplos de la Segunda Parte de esta Guía.
- d) Revise que las cantidades y unidades de medida estén claramente registradas en la columna "Cantidad". De acuerdo al tamaño de la familia revise si las cantidades anotadas son lógicas. De lo contrario aclare lo ocurrido con el encuestador.
- e) Si hay niños pequeños en la familia, revise si se registró el consumo de biberones en el consumo de la familia.
- f) Si aparecen preparaciones fritas revise si se registró la grasa (aceite, manteca o margarina) utilizada.
- g) En el caso de carnes verifique si está anotado el tipo de carne, sobre todo si se ha indicado si la cantidad incluye hueso.
- h) Verifique el registro del número de raciones consumidas, especialmente de aquellas en que participó el niño encuestado y si están indicadas las unidades usadas (tazas, unidades, platos, etc.)
- i) Revise si en cada caso se anotó la conversión a gramos. Verifique el uso de la fracción comestible.
- j) Verifique si la columna "Consumo Niño" tiene expresadas en forma clara las raciones consumidas por el niño y si las unidades son las mismas que aparecen en la columna sobre "Raciones Familia".
- k) Las columnas sobre "Código de Alimentos", "Gramos netos familia" y "Gramos netos Niño" se revisarán posteriormente. Sea en el campo o en la oficina.

## **3. Formulario "Peso de Alimentos"**

- a) Verifique que los nombres de todos los alimentos pesados o medidos están debidamente anotados con todas sus especificaciones.
- b) Verifique que están claramente expresadas las medidas o unidades pesadas (cucharadas, tazas, unidades, etc.)
- c) Verifique que se ha pesado más de una unidad en el caso de panes, tortillas, frutas, etc.

## Capítulo IV

### CRITICA DE LOS FORMULARIOS

La crítica de los formularios es una etapa previa a la digitación de los datos. Su propósito es verificar que los datos y la codificación se encuentren en límites correctos, de manera de evitar mayores correcciones y ajustes durante la limpieza final de los mismos.

La crítica de los formularios la hacen los supervisores y los coordinadores del estudio, en el caso de los supervisores es importante que en esta etapa se intercambien los segmentos o comunidades que han estado bajo su supervisión, lo cual permite que las decisiones sean lo más homogéneas posible.

El trabajo de grupo en esta etapa favorece también la toma de decisiones en forma conjunta y reduce la oportunidad de caer en sesgos por decisiones particulares. A continuación se dan algunas instrucciones generales para la crítica de los formularios:

**TRABAJE EN UN SOLO FORMULARIO A LA VEZ  
TRABAJE CON LAPIZ DE COLOR DIFERENTE AL USADO POR EL SUPERVISOR  
HAGA UN PUNTO EN LOS DATOS YA REVISADOS  
CUANDO CORRIJA ALGUN DATO O CODIGO HAGALO CON EL LAPIZ DE COLOR  
AL TERMINAR PONGA SU NOMBRE EN EL FORMULARIO 1  
ANOTE TAMBIEN LA FECHA DE LA CRITICA**

#### A. CRITICA DEL FORMULARIO 1. DATOS FAMILIARES.

1. Revisar que haya información en todos los rubros del encabezado.
2. Revisar la codificación en la identificación del caso.  
Si no está correcta modifíquela según los listados del estudio.
3. Verificar que estén completos y correctos los espacios de las fechas.
4. Verificar el llenado del número de las personas del hogar.
5. Verificar que todas las personas registradas tienen anotado y codificado correctamente todos los datos que se solicitan.

**Poner atención en :**

- Edades en meses de niños < 5 años
- Código de niños en lactancia
- Cuando falte un peso dejar en blanco el espacio
- Código de escolaridad en el caso de visitas y niños < 7 años anotar 9 NO APLICA.
- En Código de ocupación usar no aplica en caso de visitas y niños < 7 años.
- Todos los que tienen una ocupación definida tienen que tener dato de situación de trabajo.
- Verificar que todas las personas incluyendo las visitas tienen código de asistencias a comidas.

**EN EL CASO DE VISITAS SE CODIFICA: EDAD, SEXO Y ASISTENCIA A COMIDAS. SE CODIFICA COMO NO APLICA EN: ESCOLARIDAD, OCUPACION Y SITUACION DE TRABAJO, SE DEJA EN BLANCO EL ESPACIO CORRESPONDIENTE A PESO.**

**B. CRITICA DEL FORMULARIO 2. CONSUMO DE ALIMENTOS.**

1. Verificar el llenado del encabezado de la hoja
2. Verificar fecha de recolección de los datos
3. Verificar código de familia y del niño estudiado
4. Verificar que se ha llenado el número de hoja
5. Revisar anotación de preparaciones e ingredientes usados.
6. Revisar anotaciones de cantidades de alimentos, analizarlas en función del número de personas en el hogar. En caso de duda discutir las con el supervisor del trabajo en el campo y el encuestador.
7. Revisar datos de consumo del niño. Verificar que estén en la misma línea que los de la familia correspondiente.
8. Revisar que todas las preparaciones que aparecen como fritas tienen registrado el dato de grasa respectivo.
9. Revisar que todas las bebidas preparadas tienen anotado el dato de azúcar o panela, de lo contrario verificar si existe aclaración al respecto.
10. Revisar el dato de biberones.
11. Revisar las operaciones indicadas en la columna de conversión a gramos netos. Verificar que se ha usado correctamente el factor de fracción comestible y de conversión a crudo.
12. En el caso del niño revisar que el cálculo de los ingredientes de las preparaciones se ha hecho correctamente.
13. Revisar que todas las operaciones estén indicadas y anotadas en la línea correcta.
14. Poner especial atención en los cálculos de arroz y frijol, sobretodo cuando se han utilizado para varios tiempos de comida, en este caso revisar que no se haya duplicado la información.
15. Revisar que en el caso de que **EN UN TIEMPO DE COMIDA SE HAYA UTILIZADO SOLO EL CALDO DEL FRIJOL DE UNA PREPARACION QUE YA HABIA SIDO EN OTRO TIEMPO; NO DEBE TOMARSE EN CUENTA ESTA CANTIDAD EN EL CONSUMO DE LA FAMILIA, DE LO CONTRARIO SE ESTARIA DUPLICANDO LA INFORMACION.**
16. En el caso de que el niño haya tomado caldo de frijol y no haya comido de la preparación de los frijoles, se dejará la anotación de caldo sólo para el niño, no se tomará en cuenta en el consumo de la familia.
17. Revisar que la anotación de los gramos netos del consumo de la familia y del niño se ha hecho en las casillas correspondientes.
18. Verificar que la anotación se ha hecho en la misma línea que está anotado el nombre del alimento y su respectivo código.
19. Verificar que concuerda la anotación de la familia con la del niño en la misma línea para el mismo alimento, así para su codificación respectiva.
20. Verificar que las anotaciones de caldo de frijol se han hecho correctamente.
21. En el caso de refrescos granulados para disolverlos en agua, verifique que solamente cuando se trata de productos vitaminados o que contengan azúcar se ha registrado la cantidad en gramos netos. De lo contrario **NO DEBE ANOTARSE NINGUN CONSUMO. EN ESTOS CASOS SOLO SE CONSIDERARA EL AZUCAR USADA EN LA PREPARACION.**
22. Verificar que se ha aplicado el código correcto para cada alimento incluido.
23. Verificar que se ha usado el código correcto para el caldo de frijol en el caso de que haya sido consumido por el niño.
24. Verificar que el número del código esté anotado en la misma línea donde se ha registrado la cantidad correspondiente en gramos netos, tanto de la familia como del niño.
25. Cuando en la lista de códigos aparecen varias opciones para un determinado producto, la decisión sobre el código que se usará debe ser consultada con el coordinador del estudio, de manera que en todos los casos se proceda igual.

26. En caso de que en la lista de códigos no exista un determinado producto, debe consultarse con el coordinador para decidir al respecto, cualquiera sea la decisión debe documentarse al pie de la hoja correspondiente.

### **C. CONTROL DE LA CRITICA.**

Una vez haya realizado la crítica del formulario, el supervisor debe anotar su firma en la carátula del mismo, así como la fecha.



**ANEXOS**

<b>Anexo A</b>	<b>FACTORES DE CONVERSION DE PRODUCTOS DERIVADOS</b>
<b>Anexo B</b>	<b>FORMULARIOS USADOS</b>
<b>Anexo C</b>	<b>REGISTRO DE PREPARACIONES DE FRIJOL</b>
<b>Anexo D</b>	<b>FACTORES DE FRACCION COMESTIBLE</b>
<b>Anexo E</b>	<b>FACTORES DE CONVERSION DE COCIDO A CRUDO</b>
<b>Anexo F</b>	<b>TABLA DE RECOMENDACIONES DIETETICAS</b>



**ANEXO A**

**FACTORES DE CONVERSION DE PRODUCTOS DERIVADOS A EQUIVALENTES DE ALIMENTOS GENERICOS**

<b>PRODUCTO</b>	<b>FACTOR DE CONVERSION</b>	<b>PRODUCTO GENERICO</b>
Leche en polvo íntegra	7.90	Leche fluida
Leche en polvo descremada	10.60	Leche fluida
Leche condensada	2.40	Leche fluida
Leche evaporada	2.10	Leche fluida
Crema rala	0.88	Leche fluida
Crema espesa	0.70	Leche fluida
Cuajada	5.70	Leche fluida
Queso fresco leche semides.	6.20	Leche fluida
Queso duro leche integ.	8.40	Leche fluida
Requesón	2.80	Leche fluida
Queso amarillo (kraft)	7.60	Leche fluida
Pan francés	0.89	Harina de trigo
Pastas	1.02	Harina de trigo
Harina para tortillas/maíz	1.06	Maíz grano seco
Masa de maíz	0.46	Maíz grano seco
Rosquillas de maíz	0.90	Maíz grano seco
Tortilla maíz blanco con cal	0.67	Maíz grano seco
Tortilla maíz pilado	0.60	Maíz grano seco
Crema de maíz	0.87	Maíz grano seco
Totoposte simple	0.91	Maíz grano seco



**ANEXO B**

**FORMULARIOS APLICADOS**











## ANEXO C

### REGISTRO DE PREPARACIONES DE FRIJOLES

En las encuestas de consumo de alimentos en la subregión centroamericana se ha observado que generalmente se presentan algunos problemas en el registro de datos de preparaciones de frijoles. Tomando en cuenta que este es un alimento de uso frecuente, se ha decidido incluir en esta Guía un apartado específico para explicar y sobre todo regularizar el registro de los datos de consumo de frijoles en las situaciones más comúnmente encontradas.

Las preparaciones más usuales en el caso de frijoles se reducen a dos formas: cocinados o sancochados y fritos. El problema radica en que generalmente se cocina una determinada cantidad para usarla en diferentes momentos y a veces en diferentes formas.

#### A. CANTIDAD INDICADA EN CRUDO

Cuando la entrevistada indica la cantidad de frijol crudo que cocinó para uno o varios tiempos de comida, se debe registrar la cantidad usada, sea en libras o medidas caseras y el número de tiempos que se utilizó. Como el dato se refiere a lo ocurrido el día anterior no puede pesarse la cantidad usada exactamente en cada tiempo de comida, por lo tanto se estima que cada vez se usó la misma cantidad.

Dado que la cantidad registrada está en gramos crudos no se requiere hacer cálculos adicionales, sino basta con dividir la cantidad total entre el número de tiempos en que se utilizó para obtener una estimación de la cantidad usada en cada tiempo.

Ejemplos:

Preparaciones	Alimentos	Preparado	Sobrado	Consumido
<b>Frijoles cocidos:</b>				
	-frijol rojo crudo (1 tiempo)	1 lb	-	1 lb
	-frijol rojo crudo (4 tiempos)	1 lb	3/4	1/4 lb
<b>Frijoles fritos:</b>				
	-frijol rojo crudo (3 tiempos)	1 lb	2/3	1/3 lb
	-manteca vegetal (1 tiempo)	2 oz	-	2 oz

#### B. CUANDO LA CANTIDAD QUE SE VA A USAR SE DA EN TERMINOS DE FRIJOL COCIDO O SANCOCHADO.

En este caso se registra la cantidad tal cual la dice la entrevistada, pero en la columna "alimentos" se indica que se trata de frijol cocido. Posteriormente, la cantidad usada habrá que convertirla a gramos crudos de alimento usando el factor de conversión 0.28, si es que no se tienen en factor específico para el país.

**Ejemplos:**

Preparaciones	Alimentos	Preparado	Sobrado	Consumido
<b>Frijol cocido:</b>				
	-frijol rojo	2 tazas	-	2x220x0.28
	- frijol rojo	3 cdas g.	-	3 cdas g 3x60x0.28
<b>Frijol frito:</b>				
	-frijol rojo cocido	2 cdas g.	-	2 cdas g 2x60x0.28
	-manteca vegetal	1 cda.	-	1 cda 1 x 20

**3. Cuando la cantidad se expresa directamente como frijol frito.**

En este caso se debe convertir la cantidad de frijol frito a frijol crudo usando el factor 0.20 y luego calcular la cantidad de grasa correspondiente usando la receta de la familia.

**Ejemplo:**

Si de frijol frito se consumieron 2 platos, la cantidad de frijol crudo se calcula así:

$$2 \times 200 \text{ g (peso plato frijol frito)} \times 0.20 = 80 \text{ g. frijol crudo.}$$

Luego se calcula la cantidad de grasa para ese frijol a partir de la receta de la familia. Así:

**Receta familiar:**

1 lb de frijol (460 g) 3 cdas de manteca vegetal (3 x 20 = 60) g.

O sea:

Para 460 g. de frijol se usaron 60g de manteca.

Para 80g de frijol se necesitarán  $(80 \times 60) \div 460 = 10 \text{ g.}$

**ANEXO D**

**FACTORES DE FRACCION COMESTIBLE**

<b>ALIMENTOS</b>	<b>FRACCION</b>	<b>ALIMENTOS</b>	<b>FRACCION</b>
<b>Huevos</b>		<b>Verduras</b>	
De gallina	0.89	Lechuga	0.79
De tortuga	0.90	Ocra	0.75
<b>Carnes</b>		Pacaya	0.72
Cerdo con hueso	0.79	Pepino	0.82
Cerdo-patas	0.29	Puerro	0.86
Gallina o pollo	0.67	Rábano c/hojas	0.76
Res con hueso	0.64	Remolacha c/hojas	0.41
Res costilla	0.38	Repollo	0.87
Res patas	0.49	Zanahoria	0.81
Camarones	0.75	<b>Frutas</b>	
Cangrejo	0.58	Aguacate	0.58
Pescado fresco	0.81	Anona	0.30
Pescado seco	0.84	Cereza	0.80
<b>Verduras</b>		Chico o níspero	0.72
Acelga	0.69	Chilacayote	0.57
Ajo	0.98	Ciruela	0.96
Apio	0.67	Ciruela seca	0.85
Ayote o güicoy maduro	0.52	Coco maduro	0.42
Ayote o güicoy tierno	0.91	Durazno	0.90
Bledo	0.72	Granada	0.46
Cebolla cabeza	0.84	Granadilla	0.57
Chile dulce	0.77	Jocote o ciruela	0.67
Chipilín	0.52	Jocote marañón	0.77
Coliflor	0.57	Lima	0.60
Ejote	0.86	Limón	0.47
Güisquil o chayote o pataste	0.83	Mamey	0.63
<b>Frutas</b>		Mamón	0.41
Papaya madura	0.65	Mango maduro	0.55
Pepino	0.83	Mango verde	0.52
Pera	0.75	Manzana	0.81
Piña	0.40	Melón	0.55
Sandía	0.50	Naranja	0.60
Toronja	0.56	<b>Raíces y tubérculos</b>	
Zapote	0.62	Camote o batata	0.72
		Raíz de chayote	0.85
		Ñame	0.85
		Papas	0.82
		Malanga, otros	0.85
		Yuca	0.82

**Musáceas**

Banano o guineo	0.70
Guineo cuadrado	0.47
Guineo manzano	0.82
Guineo verde	0.54
Plátano maduro	0.71
Plátano verde	0.66

**Fuente:**

“Valor Nutritivo de los Alimentos para Centro América y Panamá”, M. Flores, M. T. Menchú, y M.Y. Lara. Guatemala, INCAP, mayo 1971. (Publicación INCAP E-530).

**ANEXO E**

**FACTORES DE CONVERSION DE  
ALIMENTOS COCIDOS A CRUDOS**

<b>Alimentos</b>	<b>Factor</b>
Arroz cocido	0.45
Arroz frito	0.30
Frijol cocido	0.28
Frijol frito	0.20
Papas cocidas	1.03
Pastas cocidas	0.44
Carne de res asada	1.90
Carne de res cocida	1.72
Carne de res frita	1.59
Carne de cerdo asada o cocida	1.64
Carne de cerdo frita	1.40

**Fuente:**

**“Valor Nutritivo de los Alimentos para Centro América y Panamá”, M. Flores, M. T. Menchú, y M.Y. Lara. Guatemala, INCAP, mayo 1971. (Publicación INCAP E-530).**



ANEXO F

TABLA DE RECOMENDACIONES DIETETICAS 1/

EDAD	SEXO O CONDI- CION	ENERGIA Kcals.	PROTEINAS Gramos	CALCIO mg.	HIERRO mg.	EQ. RETINOL mcg.	TIAMINA mg.	RIBOFLAV. mg.	NIACINA mg.	AC.ASCORBICO mg.
<b>MESES</b>		(a)	(a)	(b)	(c)	(c)	(d)	(d)	(d)	(b)
01-02	2	550	16.5	400	10	350	0.22	0.30	3.63	30
01-02	1	550	16.5	400	10	350	0.22	0.30	3.63	30
03-05	2	700	16.9	400	10	350	0.28	0.38	4.62	30
03-05	1	700	16.9	400	10	350	0.28	0.38	4.62	30
06-08	2	810	18.3	600	14	350	0.32	0.44	5.35	35
06-08	1	810	18.3	600	14	350	0.32	0.44	5.35	35
09-11	2	950	18.3	600	14	350	0.38	0.52	6.27	35
09-11	1	950	18.3	600	14	350	0.38	0.52	6.27	35
12-23	2	1150	22.7	800	8	400	0.46	0.63	7.59	40
12-23	1	1150	22.7	800	8	400	0.46	0.63	7.59	40
24-35	2	1350	26.0	800	9	400	0.54	0.74	8.91	40
24-35	1	1350	26.0	800	9	400	0.54	0.64	8.91	40
36-59	2	1550	29.4	800	9	400	0.62	0.85	10.23	40
36-59	1	1550	29.4	800	9	400	0.62	0.85	10.23	40
<b>AÑOS</b>										
5-6	2	1750	35.3	800	9	400	0.70	0.96	11.55	45
5-6	1	1850	35.3	800	9	400	0.74	1.02	12.21	45
7-9	2	1800	35.3	800	16	400	0.72	1.00	11.88	45
7-9	1	2100	35.3	800	16	400	0.84	1.16	13.86	45
10-11	2	1950	47.0	800	16	500	0.78	1.07	12.87	45
10-11	1	2200	44.4	800	16	500	0.88	1.21	14.52	45
12-13	2	2100	57.5	1200	27	600	0.84	1.16	13.86	50
12-13	1	2400	56.2	1200	24	600	0.96	1.32	15.84	50
14-15	2	2150	60.1	1200	29	600	0.86	1.18	14.19	50
14-15	1	2650	68.0	1200	24	600	1.06	1.46	17.49	50
16-17	2	2150	54.9	1200	29	500	0.86	1.18	14.19	60
16-17	1	2850	73.2	1200	15	600	1.14	1.57	18.81	60
16-17	3	2435	62.7	1200	60	600	0.97	1.40	16.07	70
16-17	4	2750	77.8	1200	17	850	1.06	1.46	17.49	95
18-29	2	2100	53.6	800	29	500	0.84	1.16	3.86	60
18-29	1	3000	64.0	800	15	600	1.20	1.65	19.80	60
18-29	3	2385	61.4	1200	60	600	0.95	1.31	15.74	70
18-29	4	2700	76.5	1200	17	850	1.04	1.43	17.16	95
30-59	2	2100	53.6	800	29	500	0.84	1.16	13.86	60
30-59	1	2950	64.0	800	15	600	1.18	1.62	19.47	60
30-49	3	2385	61.4	1200	60	600	0.95	1.31	15.74	70
30-49	4	2700	76.5	1200	17	850	1.04	1.43	17.16	95
>59	2	1900	53.6	800	13	500	0.76	1.04	12.54	60
>59	1	2450	64.0	800	15	600	0.98	1.35	16.17	60

1/ Cifras preliminares sujetas a revisión.

**Fuentes:**

a) OMS Informe Técnico No. 724. Necesidades de Energía y Proteínas. Informe de la Reunión Consultiva Conjunta FAO/OMS/UNU de Expertos. Ginebra, 1985.

b) NRC Recommended Dietary Allowances, Revised, 1989.

c) FAO. Requirements of Vitamin A, Iron, Folate and Vitamin B. Report of a Joint FAO/WHO Expert Consultation. Rome, 1988.

d) Estimadas según requerimientos de energía.

1 = Masculino

2 = Femenino

3 = Embarazo

4 = Mujer en lact.

## BIBLIOGRAFIA

1. Nicol, B.M. "Reasons for, and Methods in Dietary and Food Consumption Surveys". Bibl. Nutr. Diet., 20:69-76, 1974.
2. Kurvetti, Ritva-Liisa and Knuts, Lars Runar. Validity of the 24-hour Dietary Recall. J. Am. Dietet. Assoc., 85(11):1437-1442. 1985.
3. Karkeck, J.M. Improving the Use of Dietary Survey Methodology. J. Am. Dietet. Assoc., 87(7):869-871. 1987.
4. Block, G. A Review of Validation of Dietary Assessment Methods. Am. J. Epidemiol., 115(4):492-505; 1982.
5. Todd, K., M. Hudes and D.H. Calloway. Food Intake Measurement: Problems and Approaches". Am. J. Clin. Nutr., 37:139-146, 1983.
6. Burk, M. y E.M. Pao. Análisis de Datos de Encuestas de Consumo Alimentario. Roma, FAO, 1981. 134 p. (FAO: Alimentación y Nutrición, No. 16).
7. G. Downey. Review and Assessment of Food and Nutrition Policies. En: T.R. Gormeley, G. Downey and D.O'Beirne ed. Food, Health and the Consumer. A report from the Fast Programme of the Commission of the European Communities. Elsevier Applied Science, London, 1987.
8. Flores, M., M.T. Menchú y M.Y. Lara. Valor Nutritivo de los Alimentos para Centro América y Panamá. Guatemala, Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá, 1971, 17 p.
9. Wu Leung, Woot-Tsuen, con la colaboración de M. Flores. Tabla de Composición de Alimentos para Uso en América Latina. Preparada bajo los auspicios del Comité Interdepartamental de Nutrición para la Defensa Nacional, Instituto Nacional para Artritis y Enfermedades Metabólicas, Institutos Nacionales de Salud, Bethesda, Maryland (EEUU), y del Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá, Guatemala, C.A. Washington, D.C., U.S., Government Printing Office, 1961, 132 p.
10. OMS. Necesidades de Energía y de Proteínas. Informe de una Reunión Consultiva Conjunta FAO/OMS/UNU de Expertos. Ginebra, OMS, 1985. 220 p. (OMS. Serie de Informes Técnicos No. 724).



**A D D E N D U M**

**ESTUDIO DEL ACCESO FAMILIAR  
DE ALIMENTOS**



## ESTUDIO DEL ACCESO FAMILIAR DE ALIMENTOS

### A. INTRODUCCION

El consumo familiar de alimentos está condicionado por el acceso que la familia tiene a los alimentos. En primer lugar, a la accesibilidad física, o sea que los alimentos estén a su alcance físicamente, lo que dependerá de los canales de distribución o mercado y de su propia producción; en segundo lugar, de accesibilidad económica, es decir, que su capacidad adquisitiva le permita comprarlos o dejar de su propia producción para su consumo; y en tercer lugar, que desee adquirirlos, esto dependerá de sus hábitos, costumbres y conocimientos.

Con base en lo anterior se ha elaborado y aplicado el formulario que aquí se presenta, con el propósito de obtener información que permita conocer la accesibilidad que tiene la familia a los alimentos básicos de la dieta e identificar su patrón de abastecimiento. En este sentido, se trata de indagar sobre la cantidad y origen de los alimentos que adquirió la familia la semana anterior a la entrevista, así como sobre el precio local de los mismos.

El período de referencia es de una semana, la semana anterior a la entrevista, el formulario se aplica mediante una entrevista al final de la última visita a la familia.

### B. REGISTRO DE DATOS

#### 1. Llenado de la identificación de la familia

En la parte superior del formulario, transcriba los códigos que identifican la familia, de acuerdo al Formulario 1.

#### 2. Llenado del recuadro: ¿Usó la semana pasada este alimento?

Para llenar este recuadro, pregunte para cada alimento listado si lo usó la semana pasada. De acuerdo a la respuesta, anote una "X" en las columnas SI o NO según corresponda. No deje casos sin marcar.

**SI LA RESPUESTA ES AFIRMATIVA,  
PASE A LA PREGUNTA 3. SI LA  
RESPUESTA ES NEGATIVA, HAGA LA  
PREGUNTA 2.**

#### 3. Llenado del recuadro: SI NO LO USO, PREGUNTE: ¿POR QUE?

Si la persona entrevistada indica que no lo usó, interrogue sobre el motivo principal por qué no lo usó.

Puede ser que no lo haya usado porque:

- No acostumbra su uso o lo usa eventualmente;
- Porque no hay en la comunidad o está escaso; o
- Porque estaba muy caro y por eso no lo compró.

De acuerdo a la respuesta, marque una "X" en la columna que corresponda. Note que: En esta pregunta se espera una sola respuesta, por lo que sólo puede marcar una de las cuatro casillas.

**DESPUES DE MARCAR LA RESPUESTA,  
PASE A LA PREGUNTA 5. EN ESTE CASO  
NO SE HARAN LAS PREGUNTAS 3 Y 4.**

**4. Llenado del recuadro: SI LO USO, PREGUNTE: ¿CUANTOS DIAS LO USO Y QUE CANTIDAD USO TODA LA SEMANA?**

Si la respuesta a la pregunta 1 fue afirmativa, pregunte para cada alimento:

**¿Cuántos días lo consumieron en la semana.?**

Anote la respuesta en la columna correspondiente, usando un sólo dígito.

Ejemplos:

1 día = 1

4 días = 4

A continuación, pregunte:

**¿Cuánto o qué cantidad usó de cada alimento en toda la semana?**

Debe procurar que las respuestas sean dadas en las unidades anotadas; si se dijera otra medida, debe hacer la conversión; anotando en el margen la operación realizada.

Ejemplos:

Arroz = 008.00 lb.

Maíz = 020.50 lb.

Leche fluida = 002.25 lt.

Debe poner atención que cada espacio es para un número y que se han dejado dos espacios para posibles decimales. En este último caso se considerará lo siguiente:

1/4 = 0.25

1/2 = 0.50

3/4 = 0.75

1/3 = 0.33

2/3 = 0.67

**5. Llenado del recuadro SI LO USO, PREGUNTE ¿COMO LO ADQUIRIO Y CUANTO?**

Si la persona entrevistada indica que sí lo usó, haga también la pregunta 4. Interrogue cómo fue que lo obtuvo:

**Si lo compró; si lo produce; si se lo dan en alguna institución; o si algún vecino o pariente se lo regaló.**

Puede ser que una parte la haya comprado, otra producido, otra se la hayan donado o regalado; pregunte cuánto adquirió de cada fuente y anótela usando los espacios señalados.

Haga las anotaciones de igual forma que lo indicado en el punto anterior.

El total de las cantidades anotadas debe ser igual a la cantidad total registrada para ser usada en toda la semana.

**6. Llenado del recuadro: ¿PRECIO DE LOS ALIMENTOS?**

Sea que la primera pregunta haya sido afirmativa o negativa, pregunte para todos los alimentos:

**¿Cuál es su precio actual en la comunidad?**

En la columna **Número de Unidades** anote la cantidad de unidades para la cual la entrevistada da el precio. En la columna **Valor Monetario** escriba el precio indicado, usando dos decimales.

Ejemplos:

<u>Alimentos</u>	<u>No. de unidades</u>	<u>Valor colones</u>
Arroz	05.00 libras	\$10.50
Frijoles	01.00 libras	\$02.75
Leche fluida	00.50 litros	\$03.00

**C. CRITICA DEL FORMULARIO. ADQUISICION DE ALIMENTOS**

**1. Identificación del caso**

- Verificar el número de caso

**2. Uso de alimentos**

- Verificar que en todos los alimentos está marcada una X, ya sea en SI o en NO. **NUNCA DEBE ESTAR VACIA LA COLUMNA Y NUNCA PUEDE ESTAR MARCADA DOS VECES.**
- Verificar que todos los alimentos marcados con NO en la columna de USO tienen codificada alguna de las opciones de razón del no uso. **SOLO DEBE MARCARSE UNA RAZON.**

**3. Cantidad usada**

- Verificar que todos los alimentos marcados con SI en la columna de USO tienen una cantidad anotada.
- Revisar si hay anotaciones del uso de otro tipo de unidades.
- Verificar que todos los alimentos marcados con SI en la columna de USO tienen registrada la frecuencia de días en que han sido utilizados en la semana.
- Verificar que todos los alimentos marcados con SI en la columna de USO tienen anotadas las cantidades correspondientes a su diferente origen.
- Verificar que la sumatoria de las cantidades anotadas en las cuatro columnas de origen es igual a la cantidad total usada en toda la semana.

**4. Precio de los alimentos**

- Revisar que se ha anotado precio de los alimentos para todos los indicados, es decir, que no

hay líneas en blanco.

- Verificar que esté anotado el número de unidades correspondientes al precio registrado.
- En el caso de que no se haya usado un alimento siempre tiene que tener registrado precio local del mismo. Si no se hubiese obtenido el precio **NO ANOTAR CEROS NI 9999, DEJARLO EN BLANCO.**

#### **5. Revisión general**

- Analizar con el supervisor los datos faltantes.
- Anotar la o las razones de cualquier modificación que se haga en el formulario.

### **D. TABULACIONES**

Con los datos obtenidos con el formulario sobre Adquisición de Alimentos se pueden realizar las siguientes tabulaciones:

1. Patrón de consumo. Frecuencia de uso y no uso de los alimentos. Razones de “no consumo”.
2. Patrón de suministro. Frecuencia de adquisición por diferentes fuentes (producido, comprado, donado).
3. Frecuencia de consumo. En esta variable se puede categorizar a los productos según la frecuencia semanal de consumo:
  - Muy frecuentes: 6 a 7 veces semanales
  - Frecuentes: 4 a 5 veces semanales
  - Poco frecuentes: 2 a 3 veces semanales
  - Eventuales: < 2 veces semanales
4. Contribución para cada alimento de las diferentes fuentes de adquisición al total usado en la semana. Esto puede ser útil para determinar el aporte de las donaciones de alimentos a la disponibilidad en la familia.
5. Costo local de los principales alimentos utilizados.
6. Los datos obtenidos con este formulario pueden ser cruzados con otras variables socioeconómicas de la familia, así también con los datos de consumo.



