

CUESTIONARIO DE HISTORIAL NUTRICIONAL

DESCRIBE SIN SALTARTE NADA

¿Qué comiste ayer y antes de ayer?

AYER

ANTES DE AYER

Desayuno

Almuerzo

Cena

RESPONDE CON SINCERIDAD

¿Cuánto tiempo máximo dejas pasar entre comidas?

¿Cuántas veces al día comes y a qué horas?

¿Dónde comes usualmente? (Lugar)

¿Cuáles son tus platos favoritos?

¿Qué tipo de comidas no te gustan? ¿Por qué?

¿Has estado alguna vez a dieta?

¿Cuántas veces a la semana comes pescado? ¿Qué tipo y cómo lo preparas?

¿Cuántas veces a la semana comes carne? ¿Qué tipo y cómo lo preparas?

¿Cuántas veces a la semana comes frutas? ¿Qué tipo y cómo lo preparas?

¿Cuántas veces a la semana comes verduras? ¿Qué tipo y cómo lo preparas?

¿Qué alimentos te gustan?

¿Qué alimentos no te gustan?

Three empty rounded rectangular boxes for listing liked and disliked foods.

¿Qué plato repites con mayor frecuencia?

Three empty rounded rectangular boxes for listing frequently eaten dishes.

¿Comes dulces, chocolate, bollería...? ¿Con qué frecuencia?

Three empty rounded rectangular boxes for indicating the frequency of consuming sweets.

Lugar:

Firma del cliente:

Fecha: