



Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT CONTINUA 2022)

Cuestionario de actividad física para niños de 10 a 14 años

Instrucciones: A continuación te realizaré algunas preguntas relacionadas con tu actividad física.

4.0 Piensa en una semana normal ¿A qué hora te duermes?

fd0400a

a. Entre semana

- 01 Antes de las 6
- 02 Entre 6 y 7
- 03 Entre 7 y 8
- 04 Entre 8 y 9
- 05 Entre 9 y 10
- 06 Entre 10 y 11
- 07 Después de las 11
- 88 No responde
- 99 No sabe

fd0400b

b. Fin de semana

- 01 Antes de las 6
- 02 Entre 6 y 7
- 03 Entre 7 y 8
- 04 Entre 8 y 9
- 05 Entre 9 y 10
- 06 Entre 10 y 11
- 07 Después de las 11
- 88 No responde
- 99 No sabe

4.1 Piensa en una semana normal ¿A qué hora te levantas?

fd0401a

a. Entre semana

- 01 Antes de las 6
- 02 Entre 6 y 7
- 03 Entre 7 y 8
- 04 Entre 8 y 9
- 05 Entre 9 y 10
- 06 Entre 10 y 11
- 07 Después de las 11
- 88 No responde
- 99 No sabe

fd0401b

b. Fin de semana

- 01 Antes de las 6
- 02 Entre 6 y 7
- 03 Entre 7 y 8
- 04 Entre 8 y 9
- 05 Entre 9 y 10
- 06 Entre 10 y 11
- 07 Después de las 11
- 88 No responde
- 99 No sabe

Tiempo frente a pantalla

4.2 En UN **día entre semana**, ¿Cuántas horas de lunes a viernes pasa frente a una pantalla, viendo televisión (incluyendo películas o DVD)? Incluye tiempo de la mañana, tarde y noche.

- 00 Nada
- 01 Menos de una hora
- 02 1-2 horas
- 03 3-4 horas
- 04 5-6 horas
- 05 7-8 horas
- 06 9 ó más horas
- 88 No responde
- 99 No sabe

fd0402

4.3 En UN **día de fin de semana**, ¿Cuántas horas pasa frente a una pantalla, viendo televisión (incluyendo ver películas o DVD)? Incluye tiempo de la mañana, tarde y noche.

- 00 Nada
- 01 Menos de una hora
- 02 1-2 horas
- 03 3-4 horas
- 04 5-6 horas
- 05 7-8 horas
- 06 9 ó más horas
- 88 No responde

fd0403



99 No sabe

4.4 En **UN día entre semana**, ¿Cuántas horas de lunes a viernes pasa frente a una pantalla, jugando videojuegos (Atari, Sega, Nintendo, GameBoy, Play-station, Wii, X-box u otros juegos de video y/o computadora, tableta electrónica o teléfono)? Incluya tiempo de la mañana, tarde y noche.

- 00 Nada
- 01 Menos de una hora
- 02 1-2 horas
- 03 3-4 horas
- 04 5-6 horas
- 05 7-8 horas
- 06 9 ó más horas
- 88 No responde
- 99 No sabe

fd0404

4.5 En **UN día de fin de semana**, ¿Cuántas horas pasa frente a una pantalla, jugando videojuegos (Atari, Sega, Nintendo, GameBoy, Play-station, Wii, X-box u otros juegos de video y/o computadora, tableta electrónica o teléfono)? Incluya tiempo de la mañana, tarde y noche.

- 00 Nada
- 01 Menos de una hora
- 02 1-2 horas
- 03 3-4 horas
- 04 5-6 horas
- 05 7-8 horas
- 06 9 ó más horas
- 88 No responde
- 99 No sabe

fd0405

4.6 En **UN día entre semana**, ¿Cuántas horas de lunes a viernes pasa frente a una computadora, tableta electrónica o teléfono, ya sea chateando, navegando en internet, enviando mails o haciendo la tarea (sin contar jugar en la computadora, tableta electrónica o teléfono)? Incluya tiempo de la mañana, tarde y noche.

- 00 Nada
- 01 Menos de una hora
- 02 1-2 horas
- 03 3-4 horas
- 04 5-6 horas
- 05 7-8 horas
- 06 9 ó más horas
- 88 No responde
- 99 No sabe

fd0406

4.7 En **UN día de fin de semana**, ¿Cuántas horas pasa frente a una computadora, tableta electrónica o teléfono, ya sea chateando, navegando en internet, enviando mails o haciendo la tarea (sin contar jugar en la computadora, tableta electrónica o teléfono)? Incluya tiempo de la mañana, tarde y noche.

- 00 Nada
- 01 Menos de una hora
- 02 1-2 horas
- 03 3-4 horas
- 04 5-6 horas
- 05 7-8 horas
- 06 9 ó más horas
- 88 No responde
- 99 No sabe

fd0407

ENCUESTADOR: Indique si el menor seleccionado tiene alguna discapacidad física que le impida moverse para realizar actividad física.

Sí.....1 → **Pase a siguiente cuestionario**
No.....2

fd04vd



4.8 ¿Cuánto tiempo pasas transportándote de tu casa a la escuela en **un día típico**?

fd0408	01	<input type="checkbox"/>	Menos de 10 minutos
	02	<input type="checkbox"/>	Entre 10 y 30 minutos
	03	<input type="checkbox"/>	Entre 30 y 1 hora
	04	<input type="checkbox"/>	Entre 1 y 2 hora
	05	<input type="checkbox"/>	Entre 2 y 3 horas
	06	<input type="checkbox"/>	Más de 3 horas
	55	<input type="checkbox"/>	No va a la escuela → Pase a 5.0
		<input type="checkbox"/>	88 No responde
		<input type="checkbox"/>	99 No sabe
		<input type="checkbox"/>	

4.9 En **un día típico**, el trayecto más largo de tu casa a la escuela lo realizas por medio de:

fd0409 fd0409e	01	<input type="checkbox"/>	Caminata
	02	<input type="checkbox"/>	Bicicleta (pedaleada por ti)
	03	<input type="checkbox"/>	Bicicleta (pedaleada por alguien más)
	04	<input type="checkbox"/>	Autobús, tren, tranvía, metro, colectivo, bote motorizado
	05	<input type="checkbox"/>	Carro, motocicleta, motoneta
	06	<input type="checkbox"/>	Otro, ¿Cuál? _____
		<input type="checkbox"/>	55 No va a la escuela
		<input type="checkbox"/>	88 No responde
	<input type="checkbox"/>	99 No sabe	

5.0 ¿Durante los **últimos 12 meses**, ¿En cuántos equipos, deportes individuales o actividades físicas participaste a un nivel competitivo o con mucha frecuencia, como programas fuera de la escuela o equipos de la escuela?

fd0500	00	<input type="checkbox"/>	Ninguno → Pase a 5.2
	01	<input type="checkbox"/>	1 actividad
	02	<input type="checkbox"/>	2 actividades
	03	<input type="checkbox"/>	3 actividades
	04	<input type="checkbox"/>	4 ó más actividades
		<input type="checkbox"/>	88 No responde
	<input type="checkbox"/>	99 No sabe	

5.1 **De estos últimos 12 meses** ¿Cuál(es) fueron la(s) actividad(es) física(s) en las que participaste? (señalar más de una si es necesario)

fd0501A fd0501B fd0501C fd0501D fd0501E1 fd0501F fd0501G fd0501H fd0501I fd0501J fd0501K fd0501L fd0501M fd0501N fd0501O fd0501P fd0501Q fd0501R fd0501S fd0501T	01	<input type="checkbox"/>	Artes marciales (karate, Tae Kwon do, jujitsu, etc.)
	02	<input type="checkbox"/>	Badminton
	03	<input type="checkbox"/>	Bailar (ballet, jazz, etc.)
	04	<input type="checkbox"/>	Básquetbol
	05	<input type="checkbox"/>	Béisbol o softbol
	06	<input type="checkbox"/>	Bicicleta
	07	<input type="checkbox"/>	Boxeo
	08	<input type="checkbox"/>	Caminar
	09	<input type="checkbox"/>	Correr
	10	<input type="checkbox"/>	Frontón
	11	<input type="checkbox"/>	Fútbol
	12	<input type="checkbox"/>	Gimnasia
	13	<input type="checkbox"/>	Natación
	14	<input type="checkbox"/>	Patinar o andar en patineta
	15	<input type="checkbox"/>	Ping pong
	16	<input type="checkbox"/>	Tenis
	17	<input type="checkbox"/>	Voleibol
	18	<input type="checkbox"/>	Otra, ¿Cuál? _____

fd0501e



- 88 No responde
- 99 No sabe

ENCUESTADOR: Leer el siguiente párrafo al(la) participante.

Actividad Física

Actividad física se refiere a cualquier movimiento corporal que incrementa tus latidos del corazón y hace más difícil tu respiración. La actividad física puede incluir deportes, actividades dentro de la escuela, jugar con tus amigos, y/o caminar o usar la bicicleta para ir a la escuela.

Algunos ejemplos de actividad física: correr, caminar rápidamente, andar en bicicleta, bailar, patinar, andar en patineta, nadar, jugar fútbol, y basquetbol.

En las siguientes preguntas, suma TODO el tiempo que utilizaste para realizar estas actividades POR DÍA.

5.2 En los **últimos 7 días**, ¿Cuántos días estuviste activo durante al menos 60 minutos por día?

fd0502

- 00 0 días
- 01 1 día
- 02 2 días
- 03 3 días
- 04 4 días
- 05 5 días
- 06 6 días
- 07 7 días
- 88 No responde
- 99 No sabe

5.3 En **una semana típica o "usual"**, ¿Cuántos días estuviste activo durante al menos 60 minutos por día?

fd0503

- 00 0 días
- 01 1 día
- 02 2 días
- 03 3 días
- 04 4 días
- 05 5 días
- 06 6 días
- 07 7 días
- 88 No responde
- 99 No sabe