



LA DIETA MEDITERRÁNEA

-Encuesta a... _____

1-¿Sabes qué es la dieta mediterránea?

2-¿Crees que seguir esa dieta es buena para nuestra salud?

3-¿Qué alimentos básicos crees que se debe comer a diario?

4-¿Qué piensas del abuso de bollería y comidas precocinadas?

5-¿Cuántas veces al día comen fruta tus hijos/as y en qué momento?

6-¿Cuántas veces comen verduras tus hijos/as a lo largo de la semana?

7-¿Fomentas el ejercicio físico en tu familia? ¿cuál practicáis?

8-¿Cuál es tu plato favorito típico de Andalucía?

9-¿Se tiene el mismo tipo de comidas en la actualidad que hace 30-40 años? ¿cuál es la diferencia?

10-Dinos alimentos de origen andaluz que se deban comer con asiduidad...

