



# Población y Salud en Mesoamérica

## Validity and reliability of a Food Frequency Questionnaire (FFQ) assessing food groups consumption and nutrients intake in Costa Rican adolescents (Supplementary Material)

Rafael Monge-Rojas, Ricardo Alvarado-Barrantes, Rulamán Vargas-Quesada and Anne Chinnock

### Cómo citar este artículo:

Monge-Rojas, R., Alvarado-Barrantes, R., Vargas-Quesada, R., & Chinnock, A. (2024). Validity and reliability of a Food Frequency Questionnaire (FFQ) assessing food groups consumption and nutrients intake in Costa Rican adolescents. *Población y Salud en Mesoamérica*, 21(2). <https://doi.org/10.15517/psm.v21i2.55311>



ISSN-1659-0201 <http://ccp.ucr.ac.cr/revista/>

Revista electrónica semestral  
[Centro Centroamericano de Población](#)  
[Universidad de Costa Rica](#)

## INSTITUTO COSTARRICENSE DE INVESTIGACIÓN Y ENSEÑANZA EN NUTRICIÓN Y SALUD

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA, FACULTAD DE MEDICINA, ESCUELA DE NUTRICIÓN

**FORMULARIO DE FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS PARA ADOLESCENTES**
**HORA DE INICIO:**
**HORA DE FINALIZACIÓN:**
**FECHA:**
**NOMBRE Y SECCIÓN:**
**EDAD:**
**SEXO:**
**CÓDIGO FORMULARIO:**
**TELEFONO:**

Alimento	¿Lo consumió en la última semana? (Marque con X)	Frecuencia	Cantidad
		# veces/día o semana	
<b>LECHE Y DERIVADOS</b>			
Leche de vaca (bebida sola)			Nº vasos ____
Tipo: (2%. Descremada, Entera)			
Leche condensada			Nº cdas ____ / Nº latas ____
Leche de soya (bebida sola)			Nº vasos ____
Yogurt (light, regular, con chocolate, con granola)			Sin cantidad
Natilla (light, regular)			Nº cdas ____
<b>QUESO</b>			
Queso blanco solo, crudo o frito			Modelos ____
Queso amarillo (regular, procesado)			Nº tajadas ____ Nº cdas ____
Queso crema			Nº cdas ____
<b>HUEVOS</b>			
Huevo duro			Nº huevos ____
Huevo frito			Nº huevos ____
Huevo en torta			Nº huevos ____
Huevo picado			Nº huevos ____
Huevo picado c/ embutido)			Nº huevos ____
Huevo con vegetales (vainicas, coliflor)			Nº tortas ____
<b>CARNES</b>			
Carne de cerdo (incluye chicharrones)			Fotos 4, 5, 10, 17 Pág 13,14,17,19
Bistec de res			Fotos 4 Pág 13
Carne de res en trozos, solo la carne			Fotos 5 Pág 14
Carne de res cocido con papas			Fotos 5, 6 Pág 14, 15
Carne molida (solo o arreglado)			Fotos 11 Pág 17
Tortas de carne (casero, congelado)			Nº unidades ____
Vísceras (bazo, lengua, mondongo)			Fotos 12, 4 Pág 17, 13
Pollo sudado, a la plancha o en salsa			Fotos 8,9 Pág 16
Tortas de pollo (Empanizados? SI ____ NO ____)			Nº unidades ____
Pollo frito			Muslo, pechuga, cuarto de muslo, muslito
<b>MARISCOS Y PESCADOS</b>			
Atún (no en pastas, ni arroz con atún)(En agua, aceite, con vegetales)			Sin cantidad
Pescado			Sin cantidad
Ceviche de pescado			Sin cantidad

Alimento	¿Lo consumió en la última semana? (Marque con X)	Frecuencia	Cantidad
		# veces/día o semana	
Mariscos (camarón, pulpo, mejillones, surime)			Sin cantidad
<b>EMBUTIDOS</b>			
Jamón (pavo, pollo, res/cerdo), mortadela, salchichón, salchicha o chorizo (Light, regular)			Sin cantidad
<b>LEGUMINOSAS</b>			
Frijol molido (casero o enlatado)			Fotos 53 Pág 33
Frijol todo color, fresco o arreglado con o sin carne			Fotos 2 Pág 11
Garbanzos solos o con carne o pollo			Fotos 2 Pág 11
Lentejas o arvejas solos o con carne o pollo			Fotos 2 Pág 11
<b>SEMILLAS</b>			
Nueces (maní, macadamia)			Paquete ____
<b>VEGETALES</b>			
Ensalada de vegetales con base en repollo o lechuga			Fotos 39, 40 Pág 28
<b>De los siguientes vegetales, ¿comió alguno durante la última semana? (aparte de la ensalada de repollo o lechuga)</b>			
Aguacate			Fotos 36 Pág 26
Ayote amarillo (maduro)			Fotos 23 Pág 21
Ayote tierno, pipián, zapallo o zuchini			Fotos 22 Pág 21
Brócoli			Fotos 34 Pág 26
Coliflor			Fotos 34 Pág 26
Espinacas u otras hojas verdes (no repollo ni lechuga)			Sin cantidad
Chayote			Fotos 26,27 Pág 23
Hongos			Nº cdas ____
Maíz dulce fresco o enlatado			Nº cdas ____
Palmito			Sin cantidad
Pepino			Sin cantidad
Rábano			Sin cantidad
Remolacha			Fotos 28, 29 Pág 24
Tomate			Nº de tajadas ____
Vainicas (no en barbudos)			Fotos 35 Pág 26
Zanahoria			Fotos 32, 33 Pág 25
Papa puré o cocido (no papas fritas)			Fotos 51,53 Pág 33
Ensalada rusa			Fotos picadillo
Yuca			Fotos 48, 49 Pág 32
Otros vegetales harinosos (camote, malanga, ñampi)			Fotos 57, 58, 59 Pág 35
Plátano maduro			Fotos 41, 42, 43 Pág 29, 30
Plátano, banano o guineo verde			Fotos 45, 46, 47 Pág 31
Pejibaye			Nº unidades ____
Elote de maíz con mantequilla			Fotos 24, 25 Pág 22
<b>FRUTAS</b>			
<b>De la siguiente lista de frutas, indique si comió alguna de ellas (no en fresco, ni ensalada de frutas)</b>			
Banano			Fotos 80 Pág 44
Fresa			Nº unidades ____

Alimento	¿Lo consumió en la última semana? (Marque con X)	Frecuencia	Cantidad
		# veces/día o semana	
Frutas enlatadas			Nºlatas___
Granadilla			Nº unidades___
Guayaba			Nº unidades___
Guanábana			Fotos 68 Pág 39
Jocotes			Nº unidades___
Kiwi			Nº unidades___
Limón dulce			Nº unidades___
Mamonos			Nº unidades___
Mandarina			Nº unidades___
Mango maduro			Fotos 74, 76 Pág 42
Mango verde			Nº unidades___
Manzana			Nº unidades___
Manzana de agua			Nº unidades___
Melocotón o durazno			Nº unidades___
Melón			Fotos 62, 63, 64 Pág 37
Naranja			Nº unidades___
Papaya			Fotos 71, 72, 73 Pág 41
Pera			Nº unidades___
Piña			Nº tajadas___
Sandía			Fotos 60, 61 Pág 36
Uvas			Nº unidades___
<b>CEREALES</b>			
Arroz cocido o blanco			Fotos 1 Pág 10
Arroz compuesto (pollo, cantones, carne, atún, camarones)			Fotos 1 Pág 10
Cereal de desayuno Tipo:_____			Plato_____
En caso de que sí anotar ¿Cuál?			
En caso de que sí ¿añadió leche?			
En caso de que si ¿añadió azúcar?			
Gallo pinto			Fotos 1 Pág 10
<b>PASTAS</b>			
Pasta (macarrones, espaguetis, fideos) Con salsa de tomate _____			Fotos 3 Pág 12
En caso que si, ¿tenía queso? SI NO			
¿Tenía carne, pollo o atún? SI NO			
Pasta (macarrones, espaguetis, fideos) Con salsa blanca _____			Fotos 3 Pág 12
En caso que si, ¿tenía queso? SI NO			
¿Tenía carne, pollo o atún? SI NO			
Chop Suey			Fotos 3 Pág 12
Canelones (Relleno de carne, pollo, atún, queso) En huevo y fritos? SI ___ NO ___ (Salsa blanca ____, salsa de tomate___)			Nº canelones___

Alimento	¿Lo consumió en la última semana? (Marque con X)	Frecuencia	Cantidad
		# veces/día o semana	
Lasagna (pollo o carne)			Fotos 21 Pág
<b>GALLETAS</b>			
Galletas saladas (Con relleno? SI ___ NO ___)			Nº de galletas___ Nº paquetes___
Galletas dulces sencillas			Nº de galletas___ Nº paquetes___
Galletas dulces con chocochips			Nº de galletas___ Nº paquetes___
Galletas Integrales, (avena, granola, con fibra)			Nº de galletas___ Nº paquetes___
Galletas dulces con relleno			Nº de galletas___ Nº paquetes___
Galletas dulces cubiertas de chocolate			Nº de galletas___ Nº paquetes___
Barra de granola/cereal/energético			Nº de barras___
<b>PANES</b>			
Pan integral			No tajadas___
Pan blanco en tajadas			No tajadas___
Pan Baguette			Fotos 96 Pág 51
Pan dulce			Foto 99, 100 Pág 52
<b>TORTILLAS</b>			
Tortillas de trigo (pequeño, grande)			No unidades___
Tortillas de maíz			No unidades___
<b>POSTRES Y DULCES</b>			
Arepa/panqueque hecha con leche			Sin cantidad
Crepa (helado/dulce de leche/nutella/frutas)			Sin cantidad
Budín			Foto 86 Pág 46
Caramelos o confites			No unidades___
Cajeta			Fotos 81 Pág 45
Cheesecake			Sin cantidad
Chicles con azúcar			No unidades___
Chocolates			No unidades___ Marca_____
Dulce de leche			Nº cdas___
Donas			Nº unidades
Ensalada de frutas			Foto 61, 62, 66, 67 Pág 36, 37, 38, 41
Granizado o copo			Sin cantidad
Gelatinas			Sin cantidad
Helados a base de leche (Con azúcar? SI ___ NO ___)			Nº bolas___
Helados de nieve (Con azúcar? SI ___ NO ___)			Nº bolas___
Jalea			Sin cantidad
Orejas			Nº unidades___ grande o pequeña
Marshmallows			Nº unidades___
Miel de abejas			Sin cantidad

Alimento	¿Lo consumió en la última semana? (Marque con X)	Frecuencia	Cantidad
		# veces/día o semana	
Postres con base en leche (arroz con leche, flanes)			Sin cantidad
Queque o pastel con lustre			Nº tajadas__
Queque o pastel sin lustre			Nº tajadas__
Repostería dulce (flautas, cachos, tartaletas, tamal asado)			Nº unidades__
Rollos de canela			Nº unidades__
Tiramizú			Sin cantidad
Torta chilena			Sin cantidad
Tres leches			Sin cantidad
<b>BEBIDAS</b>			
Bebidas alcohólicas (ron, whisky, tequila)			Nº de tragos__
Cerveza (indique cantidad y tamaño recipiente)			
Vino			Nº de copas__
Bebidas gaseosas con azúcar			Nº vaso__/Nº botella__ / Nº lata__
Café			Nº tazas__
En caso de que sí ¿añadió leche?			Sin cantidad
¿Añadió azúcar?			Nº cdtas__
Té			Nº tazas__
En caso de que sí ¿añadió leche?			Sin cantidad
¿Añadió azúcar?			Nº cdtas__
Leche con chocolate			Nº vasos__
Fresco de alguna fruta natural en agua			Nº vasos__
Fresco de alguna fruta con leche (mora, fresas)			Nº vasos__
Fresco de cereal con leche (avena, horchata)			Nº vasos__
Fresco de cereal en agua (avena, horchata)			Nº vasos__
Fresco artificial de paquete con azúcar (polvo)			Nº vasos__
Freso de aloe (Con azúcar? SI ___ NO ___)			Nº botellas__
¿Añadió azúcar?			Nº cdtas__
Leche con chocolate			Nº vasos__
Fresco de alguna fruta natural en agua			Nº vasos__
Fresco de alguna fruta con leche (mora, fresas)			Nº vasos__
Fresco de cereal con leche (avena, horchata)			Nº vasos__
Fresco de cereal en agua (avena, horchata)			Nº vasos__
Fresco artificial de paquete con azúcar (polvo)			Nº vasos__
Freso de aloe (Con azúcar? SI ___ NO ___)			Nº botellas__

Alimento	¿Lo consumió en la última semana? (Marque con X)	Frecuencia	Cantidad
		# veces/día o semana	
Jugo natural de manzana o naranja casero o sunfruit			Nº vasos ____
Jugo de tomate			Nº vasos ____
Agua de pipa			Nº vasos ____
Fresco de alguna fruta artificial en botella con azúcar			Nº botellas ____ Indique tamaño de la botella ____
Fresco de alguna fruta artificial en cajita con azúcar			Nº cajas ____
Bebida energética (Con azúcar? SI ____ NO ____)			Nº botellas ____
Bebida hidratante (Con azúcar? SI ____ NO ____)			Nº botellas ____
Rompopo			Nº cajas ____ / Nº vasos ____
Bebidas nutritivas (Sustagen, Ensure, Otro especifique)			Nº vasos ____
<b>SOPAS</b>			
Sopa			Sin cantidad
<b>COMIDAS RÁPIDAS Y SNACKS</b>			
Arrollados de jamón y queso			Nº unidades ____
Biscochos			Nº unidades ____
Burritos			Nº unidades ____
Croissant			Nº unidades ____
Enchiladas			Nº unidades ____
Empanadas horneadas			Foto 84, Pág 46
En caso de que sí, ¿cuál relleno?			
Pollo			
Carne			
otros: _____			
Empanadas horneadas			Foto 84, Pág 46
Empanadas fritas			Foto 84, Pág 46
En caso de que sí, ¿cuál relleno?			
Pollo			
Carne			
Frijoles			
Queso			
otros: _____			
Hamburguesa con torta de carne			Nº unidades ____
¿Con o sin queso?			
¿Con o sin ensalada?			
Hamburguesa con torta de pollo			Nº unidades ____
¿Con o sin queso?			
¿Con o sin ensalada?			
Nachos (Pollo, carne)			Sin cantidad
Palitos de ajonjolí			Nº palitos ____ / paquete ____
Palitos de queso			Nº palitos ____ / paquete ____
Palomitas			Paquete ____ / balde ____

Papas fritas			Foto 54, 55, 56 Pág 34
Pastel de carne			Nº unidades ____

Alimento	¿Lo consumió en la última semana? (Marque con X)	Frecuencia	Cantidad
		# veces/día o semana	
Chalupas (Pollo, carne)			
Pizza			Nº tajadas ____
Pupusas (¿Con chicharrón? SI ____ NO ____)			Nº unidades ____
Sándwich (Indicar tipo:			Nº unidades ____
Snacks, de paquete de maíz (picaritas, quesitos, mejitos)			Paquete ____
Papas tostadas o plátanos tostados			Paquete ____
Tacos (Pollo, carne)			Nº unidades ____
Tamales de cerdo			Nº unidades ____
<b>¿Usó alguna de los siguientes olores naturales?</b>			
Ajo			Sin cantidad
Apio			Sin cantidad
Cebolla			Sin cantidad
Culantro			Sin cantidad
Chile dulce			Sin cantidad
<b>¿Agregó a su comida?</b>			
Salsa de tomate o ketchup			Sin cantidad
Mayonesa (Regular, light)			Sin cantidad
Jugo de limón			Sin cantidad
Aderezo para ensalada (Regular, light)			Sin cantidad

# Población y Salud en Mesoamérica

¿Quiere publicar en la revista?

Ingresa [aquí](#)

O escribanos:

[revista.ccp@ucr.ac.cr](mailto:revista.ccp@ucr.ac.cr)



Población y Salud en Mesoamérica (PSM) es la revista electrónica que cambió el paradigma en el área de las publicaciones científicas electrónicas de la UCR. Logros tales como haber sido la primera en obtener sello editorial como revista electrónica la posicionan como una de las más visionarias.

**Revista PSM es la letra delta mayúscula, el cambio y el futuro.**

Indexada en los catálogos más prestigiosos. Para conocer la lista completa de índices, ingrese [aquí](#).



Scopus®



DOAJ

latindex



 Dialnet

 Revista Población y Salud en Mesoamérica -

Centro Centroamericano de Población  
Universidad de Costa Rica

