



**Elija su proteína**  
**PRE-encuesta para el participante**

Favor de responder las preguntas que se encuentran a continuación **antes** de terminar la experiencia *Elija su proteína*.

1. Nombre \_\_\_\_\_

2. Fecha de hoy \_\_/\_\_/\_\_\_\_  
MM DD AÑO

3. Por favor circule el número que mejor representa su **conocimiento actual** del siguiente tema:

	Bajo		Medio		Alto	No aplica
Los beneficios de comer alimentos sin carne	1	2	3	4	5	6
Tamaños sanos de porción de alimentos altos en proteína	1	2	3	4	5	6

4. Por favor circule el número que mejor representa su **seguridad** de poder hacer lo siguiente:

	Nada seguro		Algo seguro		Muy seguro	No aplica
Identifique los alimentos sanos altos en proteína	1	2	3	4	5	6
Incorpore alimentos sin carne en su plan alimenticio	1	2	3	4	5	6
Prepare alimentos sin carne que sean altos en proteína	1	2	3	4	5	6



**Elija su proteína**

**POST- encuesta para el participante**

Favor de responder las preguntas que se encuentran a continuación **después** de terminar la experiencia *Elija su proteína*.

1. Nombre \_\_\_\_\_

2. Por favor circule el número que mejor representa su **conocimiento actual** del siguiente tema:

	Bajo		Medio		Alto	No aplica
Los beneficios de comer alimentos sin carne	1	2	3	4	5	6
Tamaños sanos de porción de alimentos altos en proteína	1	2	3	4	5	6

3. Después de participar en la experiencia *Elija su proteína* por favor circule el número que mejor representa su **seguridad** de poder hacer lo siguiente:

	Nada seguro		Algo seguro		Muy seguro	No aplica
Identifique los alimentos sanos altos en proteína	1	2	3	4	5	6
Incorpore alimentos sin carne en su plan alimenticio	1	2	3	4	5	6
Prepare alimentos sin carne que sean altos en proteína	1	2	3	4	5	6

4. Por favor califique la **calidad de su experiencia general** de *Elija su proteína*. Circule una de las siguientes opciones.

Pobre	Por debajo del promedio	Promedio	Por encima del promedio	Excelente	No estoy decidido
1	2	3	4	5	6

5. ¿Qué tan probable es que **recomiende** la experiencia *Elija su proteína* a un amigo, miembro de la familia o colega del trabajo? Circule una de las siguientes opciones.

Extremadamente improbable	Improbable	Neutral	Probable	Extremadamente probable	No estoy decidido
1	2	3	4	5	6