

Rev Esp Nutr Hum Diet. 2022; 26(1).
doi: 10.14306/renhyd.26.1.1353 [ahead of print]

Freely available online - OPEN ACCESS



Revista Española de Nutrición Humana y Dietética Spanish Journal of Human Nutrition and Dietetics

MATERIALES ADICIONALES

CITA: Baladia E, Moñino M, Martínez-Rodríguez R, Moreno I, Miserachs M, Picazo O, Marcos A, Morte V, Russolillo, G. Encuesta de conocimientos, actitudes y prácticas sobre dietas milagro en población española: estudio transversal "DiMilagro": Estudio transversal "DiMilagro. Rev Esp Nutr Hum Diet. 2022; 26(1). doi: 10.14306/renhyd.26.1.1353 [ahead of print]

La Revista Española de Nutrición Humana y Dietética se esfuerza por mantener a un sistema de publicación continua, de modo que los artículos se publican antes de su formato final (antes de que el número al que pertenecen se haya cerrado y/o publicado). De este modo, intentamos poner los artículos a disposición de los lectores/usuarios lo antes posible.

The Spanish Journal of Human Nutrition and Dietetics strives to maintain a continuous publication system, so that the articles are published before its final format (before the number to which they belong is closed and/or published). In this way, we try to put the articles available to readers/users as soon as possible.

Esta obra está bajo una licencia de [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

ANEXO 1. Encuesta de Conocimientos, Actitudes y Prácticas sobre dietas milagro (eCAP-DiMi). Versión inicial

MÓDULO DE PRÁCTICAS

1. ¿Ha seguido alguna vez una dieta milagro?

- a. Sí
- b. No
- c. No estoy seguro

En caso de marcar "Sí": pasar a pregunta 8

En caso de marcar "No": replantear la pregunta a = "¿Conoce usted a alguien cercano, que haya seguido alguna vez una dieta milagro?"

- o En caso de marcar "Sí": pasar a pregunta 8
- o En caso de marcar "No": pasa a la pregunta 13

2. ¿Quién le recomendó la dieta?

- a. Un amigo/conocido
- b. Un familiar
- c. Yo mismo siguiendo el consejo de revistas, anuncios o promociones
- d. Un profesional sanitario privado
- e. Un profesional sanitario público
- f. Un profesional no sanitario, por ejemplo, un comercial.
- g. No lo recuerdo

3. ¿Cuántos tipos de dietas milagro ha seguido?

- a. Entre 1 y 3
- b. Entre 3 y 5
- c. Más de 5
- d. No lo recuerdo

4. ¿Cuánto tiempo ha mantenido la última dieta que siguió?

- a. Entre 1 y 7 días
- b. Entre 1 y 4 semanas
- c. Entre 1 y 6 meses
- d. Más de 6 meses
- e. No lo recuerdo

5. ¿Tomó algún producto especial que debía comprar por internet, a un comercial, en herboristería o en la farmacia?

- a. Sí
- b. No
- c. No lo recuerdo

6. ¿Obtuvo los resultados prometidos? (objetivo resultados positivos – prometidos y percibidos)

- a. Sí
- b. No
- c. No lo recuerdo

En caso de marcar "Sí":

- I. Sí y los he podido mantener a largo plazo
- II. Sí, pero no los he podido mantener.

7. ¿Sufrió o percibió algún efecto negativo? (objetivo resultados negativos – inesperados y percibidos)

- a. Sí
- b. No
- c. No lo recuerdo

En caso de marcar "Sí":

- I. Sí, pero fue leve y/o transitorio
- II. Sí, fue grave pero transitorio
- III. Sí, fue grave y me ha dejado secuelas.

8. ¿Cómo valora el seguimiento de este tipo de dietas milagro, tanto si la ha seguido en algún momento o por referencia de algún conocido que la haya seguido?

- a. Sí
- b. No
- c. No lo recuerdo

En caso de marcar "Sí":

- I. Sí, pero fue leve y/o transitorio
- II. Sí, fue grave pero transitorio
- III. Sí, fue grave y me ha dejado secuelas

MÓDULO DE ACTITUDES

9. En relación a ciertas enfermedades, ¿cree que las dietas milagro son...? (objetivo severidad problema)

- a. Una solución
- b. Ni una solución ni un problema
- c. Un problema

En caso de marcar "un problema":

- I. Aumenta el riesgo de padecer enfermedades
- II. Empeoran las enfermedades que se puedan tener
- III. Dificultan el seguimiento de una alimentación saludable

10. ¿Cree que usted es una persona que...? (objetivo percepción de vulnerabilidad para caer en una dieta milagro)

- a. Fácilmente haría una dieta milagro
- b. No es ni fácil ni difícil que haga una dieta milagro.
- c. Difícilmente haría una dieta milagro

11. ¿Cómo de beneficioso cree que es seguir una dieta milagro? (objetivo beneficios percibidos)

- a. Más beneficioso que peligroso
- b. Ni beneficioso ni peligroso
- c. Más peligroso que beneficioso

12. Para usted, seguir una dieta milagro, en comparación a un planteamiento dietético diseñado en un centro sanitario por un profesional sanitario, es: (objetivo barreras percibidas)

- a. Más fácil
- b. Igual de fácil que difícil
- c. Más difícil

13. Si tiene o tuviera una enfermedad ¿cree que sería capaz de hacer los cambios necesarios para recuperar su salud? (objetivo auto-confianza en llevar a cabo un objetivo de salud).

- a. Sería capaz
- b. Ni capaz, ni incapaz
- c. Sería incapaz

14. ¿Cuál es su disposición a seguir una dieta milagro? (Preparación para el cambio)

- a. No pienso en ello (Precontemplación)
- b. Últimamente estoy pensando en ello (Contemplación)
- c. Planeo hacerlo en los próximos 6 meses (Preparación)
- d. Definitivamente empezaré en breve (Acción)
- e. Actualmente estoy haciéndolo (Mantenimiento)

MÓDULO DE CONOCIMIENTOS

Nota para la empresa: se incluyen observaciones sobre objetivos de las preguntas, que deben quedar ocultos, así como las opciones correctas e incorrectas, cuando procede, para la valoración de los datos.

15.Cuál de las siguientes respuestas cree que definirían una dieta milagro. Marque sólo las que cree que son correctas. (objetivo definición)

- a. Prometen resultados muy rápidos, duraderos, sin esfuerzos y sin riesgos para la salud (cierto)
- b. Aseguran mejores resultados que los métodos tradicionales propuestos desde los servicios de salud (cierto)
- c. Con estas dietas los resultados son para siempre (falso)
- d. No tiene resultados a largo plazo a menos que se cambien los hábitos alimentarios y el estilo de vida (cierto)
- e. Funcionan debido a una combinación especial de alimentos y sustancias nutritivas (falso)

16. ¿Cómo cree que podría identificar una dieta milagro?? (objetivo identificación)

- a. Cuando ofrece resultados demasiado buenos para ser cierto (cierto)
- b. Porque de pronto hay mucha gente que la sigue y está en muchos soportes de comunicación; redes sociales, revistas, radio, etc. (falso)
- c. Cuando algunas personas famosas la han probado con éxito y la anuncia. (cierto)
- d. Porque junto a la dieta es “obligada o muy recomendada” la comprar de suplementos, alimentos especiales, suplementos, alimentos especiales, cursos, libros, etc. (cierto)
- e. Promete resultados rápidos, duraderos y sin esfuerzos para adelgazar, depurar, rejuvenecer, etc. (cierto)
- f. Incluye todos los grupos de alimentos sin limitar ninguno de los que se consideran básicos (falso)
- g. Son dietas poco variadas y muy restrictivas que terminan siendo muy monótonas. (cierto)
- h. Son dietas que funciona y aportan beneficios para la salud (falso)
- i. Son dietas recomendadas por la comunidad científica y sanitaria (falso)

17. Identifique las dietas que crea que son dietas milagro (objetivo dietas milagro concretas):

- a. Dieta Atkins (milagro)
- b. Dieta Dukan (milagro)
- c. Dieta Detox o (milagro)
- d. Dieta de Montignac (milagro)
- e. Dieta Mediterránea (NO milagro)
- f. Dieta DASH (NO milagro)
- g. Dieta FLASH (milagro)
- h. Dieta Portafolio (NO milagro)
- i. Dieta de la Zona (milagro)
- j. Dieta Nórdica (NO milagro)
- k. Dieta Paleolítica (milagro)
- l. Dieta Cetogénica (milagro)
- m. Dieta Alcalina (milagro)
- n. Dieta de los grupos sanguíneos (milagro)
- o. Weight Watchers (milagro)
- p. Dieta Atlántica (NO milagro)

18. ¿Cree que las dietas milagro funcionan? (objetivo eficacia / utilidad)

- a. Sí
- b. No
- c. No lo sé

En caso de marcar “Sí”:

- I. Funcionan y los resultados se mantienen en el tiempo
- II. Funcionan, pero sólo a corto plazo. Luego vuelves a estar igual o peor.

19. ¿Cree que el seguimiento de una dieta milagro puede tener efectos para la salud?

- a. Sí, positivos
- b. Sí, negativos
- c. Ni positivos ni negativos
- d. No lo sé

En caso de marcar "Sí, positivos"

- I. Mejora la autoestima
- II. Enseña a comer de forma saludable
- III. Reduce la ansiedad con la alimentación.

En caso de marcar "Sí, negativos"

- I. Empeora la autoestima
- II. No enseña a comer de forma saludable
- III. Genera ansiedad sobre la alimentación

20. ¿Cree que el seguimiento de dietas milagro sería menor si hubiera una mejor atención en nutrición y dietética en atención primaria?

- a. Sí
- b. No
- c. No lo sé

ANEXO 2. Encuesta online sometida a pilotaje del comité de expertos - Conocimientos, Actitudes y Prácticas sobre dietas milagro (eCAP-DiMi).



ACADEMIA
ESPAÑOLA DE
NUTRICIÓN
Y DIETÉTICA

IMPORTANTE LEER ANTES DE AYUDARNOS CON EL PRE-TEST DE LA ENCUESTA.

Ante todo, muchas por gracias por aceptar hacer un pre-test de esta encuesta, es importante para la investigación que personas externas nos ayuden a decidir si las preguntas elegidas con las adecuadas para los objetivos de la misma.

El objetivo de la encuesta es: "evaluar los conocimientos, actitudes y prácticas sobre dietas milagro"

Para ello, hemos creado una encuesta CAP (Conocimientos, Actitudes y Prácticas), siguiendo las directrices de la FAO: <http://www.fao.org/3/a-i3545e.pdf>

NO HACE FALTA QUE CONTESTES LA ENCUESTA, sino que te pediremos que valores otras cosas. EN REALIDAD, QUEREMOS QUE RESPONDAS LAS SECCIONES "RESPONDE - Crees que la pregunta X (marca TODAS con las que estés de acuerdo)" que encontrarás a continuación de cada pregunta. Para mayor claridad, SÓLO HEMOS MARCADO COMO OBLIGATORIAS AQUELLAS CUESTIONES QUE QUEREMOS QUE CONTESTES.

EL OBJETIVO DEL PRE-TEST es que nos ayudes a dictaminar si:

1. Crees que las preguntas pueden cumplir con los objetivos para los que fueron creados.
2. Crees que las preguntas están bien formuladas y las puede entender la población general (igualmente debes saber que se hará un pre-test con 20 sujetos población general).
3. Estás de acuerdo con el contenido de las preguntas.
4. Crees que la encuesta se puede responder en un tiempo aceptable
5. Crees que las preguntas están en el orden adecuado

Cuando veas que en una pregunta ponemos "En caso de marcar...", esa opción sólo saldrá si se marca una específica de las anteriores. Te las hemos puesto como una opción más para hacerlo más funcional.

Si necesitas aclarar cómo va la encuesta, puedes acceder al formato Word (ANEXO 1)

Identificación del profesional que nos ayuda con el PRE-TEST

Necesitamos saber quién nos está ayudando. Sin embargo, queremos que sepas que cualquier dato que queramos añadir a la investigación será absolutamente anónimo. (Nombre, apellidos y correo electrónico)

Módulo de Prácticas

El objetivo específico de este módulo es evaluar las principales prácticas de los usuarios de dietas milagro.

1. **¿Ha seguido alguna vez una dieta milagro o que sospechara que lo fuera?**
 - a. Si (si se marca esta, pasarán a la pregunta 2)
 - b. No, pero conozco a alguien que sí la ha seguido (si se marca esta, pasará a la pregunta 2)
 - c. No, y no conozco a nadie que la haya seguido (si se marca esta, pasará a la pregunta 8)

RESPONDE-Crees que la pregunta 1 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

2. ¿Quién le recomendó la dieta?

- a. Un amigo/conocido
- b. Un familiar
- c. Yo mismo siguiendo el consejo de revistas, anuncios o promociones
- d. Un profesional sanitario privado
- e. Un profesional sanitario público
- f. Un profesional no sanitario, por ejemplo, un comercial.
- g. No lo recuerdo

RESPONDE-Crees que la pregunta 2 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

3. ¿Cuántos tipos de dietas milagro ha seguido?

- a. Entre 1 y 3
- b. Entre 3 y 5
- c. Más de 5
- d. No lo recuerdo

RESPONDE-Crees que la pregunta 3 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

4. ¿Cuánto tiempo ha mantenido la última dieta que siguió?

- a. Entre 1 y 7 días
- b. Entre 1 y 4 semanas
- c. Entre 1 y 6 meses
- d. Más de 6 meses
- e. No lo recuerdo

RESPONDE-Crees que la pregunta 4 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):
Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo
Está bien formulada y la puede entender la población general
Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta
Esta es una PREGUNTA ESENCIAL
Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

- 5. ¿Tomó algún producto especial que debía comprar por internet, a un comercial, en herboristería o en la farmacia?**
- Sí
 - No
 - No lo recuerdo

RESPONDE-Crees que la pregunta 5 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):
Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo
Está bien formulada y la puede entender la población general
Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta
Esta es una PREGUNTA ESENCIAL
Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

- 6. ¿Obtuvo los resultados prometidos? (objetivo resultados positivos – prometidos y percibidos)**
- Sí
 - No
 - No lo recuerdo

En caso de Sí. Sí y los he podido mantener a largo plazo

- Sí, pero no los he podido mantener.
- Sí, y ha mejorado mi autoestima
- Sí, pues me ha enseñado a comer de forma saludable
- Sí, pues me permite comer todo lo que me gusta sin que me genere estrés

RESPONDE-Crees que la pregunta 6 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):
Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo
Está bien formulada y la puede entender la población general
Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta
Esta es una PREGUNTA ESENCIAL
Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

- 7. ¿Sufrió o percibió algún efecto negativo? (objetivo resultados negativos – inesperados y percibidos)**
- Sí
 - No
 - No lo recuerdo

En caso de Sí.

- I. Sí y los he podido mantener a largo plazo
- II. Sí, pero fue leve y/o transitorio
- III. Sí, fue grave pero transitorio
- IV. Sí, fue grave y me ha dejado secuelas.

RESPONDE-Crees que la pregunta 7 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

8. ¿Cómo valora el seguimiento de este tipo de dietas milagro, tanto si la ha seguido en algún momento o por referencia de algún conocido que la haya seguido?

- a. Fácil de seguir
- b. Ni fácil ni difícil
- c. Difícil de seguir

RESPONDE-Crees que la pregunta 8 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

MÓDULO DE ACTITUDES

El objetivo específico de este módulo es identificar las actitudes que tienen los sujetos hacia las dietas milagro. Este módulo se ha creado siguiendo el Health Belief Model, por el que se asume que sus creencias, los beneficios y barreras percibidas y auto-confianza puede explicar sus conductas. La pregunta 14 ha sido generada teniendo en cuenta el Transtheoretical Model of Health Behavior Change.

9. En relación a ciertas enfermedades, ¿cree que las dietas milagro son...? (objetivo severidad problema)

- a. Una solución
- b. Ni una solución ni un problema
- c. Un problema

En caso de marcar "un problema":

- d. Aumenta el riesgo de padecer enfermedades
- e. Empeoran las enfermedades que se puedan tener
- f. Dificultan el seguimiento de una alimentación saludable

RESPONDE-Crees que la pregunta 9 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

10. ¿Cree que usted es una persona que...? (objetivo percepción de vulnerabilidad para caer en una dieta milagro)

- a. Fácilmente haría una dieta milagro
- b. No es ni fácil ni difícil que haga una dieta milagro.
- c. Difícilmente haría una dieta milagro

RESPONDE-Crees que la pregunta 10 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

11. ¿Cómo de beneficioso cree que es seguir una dieta milagro? (objetivo beneficios percibidos)

- a. Más beneficioso que peligroso
- b. Ni beneficioso ni peligroso
- c. Más peligroso que beneficioso

RESPONDE-Crees que la pregunta 11 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

12. Para usted, seguir una dieta milagro, en comparación a un planteamiento dietético diseñado en un centro sanitario por un profesional sanitario, es: (objetivo barreras percibidas)

- a. Más fácil
- b. Igual de fácil que difícil
- c. Más difícil

RESPONDE-Crees que la pregunta 12 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

13. Si tiene o tuviera una enfermedad ¿cree que sería capaz de hacer los cambios necesarios para recuperar su salud? (objetivo auto-confianza en llevar a cabo un objetivo de salud).

- a. Sería capaz
- b. Ni capaz, ni incapaz
- c. Sería incapaz

RESPONDE-Crees que la pregunta 13 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

14. ¿Cuál es su disposición a seguir una dieta milagro? (Preparación para el cambio)

- a. No pienso en ello (Precontemplación)
- b. Últimamente estoy pensando en ello (Contemplación)
- c. Planeo hacerlo en los próximos 6 meses (Preparación)
- d. Definitivamente empezaré en breve (Acción)
- e. Actualmente estoy haciéndolo (Mantenimiento)

RESPONDE-Crees que la pregunta 14 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

MÓDULO DE CONOCIMIENTOS

El objetivo específico para este módulo es la evaluación de los conocimientos en ciertos aspectos que se han marcado como fundamentales (los objetivos de cada pregunta aparecen en el enunciado). Verás que hay respuestas marcadas como ciertas y otras como falsas. Evidentemente esa información no se la daremos a los usuarios, te lo hemos puesto para que nos digas si estás de acuerdo o no.

15.Cuál de las siguientes respuestas cree que definirían una dieta milagro. Marque sólo las que cree que son correctas. (objetivo definición)

- a. Prometen resultados muy rápidos, duraderos, sin esfuerzos y sin riesgos para la salud (cierto)
- b. Aseguran mejores resultados que los métodos tradicionales propuestos desde los servicios de salud (cierto)
- c. Con estas dietas los resultados son para siempre (falso)
- d. No tiene resultados a largo plazo a menos que se cambien los hábitos alimentarios y el estilo de vida (cierto)
- e. Funcionan debido a una combinación especial de alimentos y sustancias nutritivas (falso)

RESPONDE-Crees que la pregunta 15 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

16. ¿Cómo cree que podría identificar una dieta milagro?? (objetivo identificación)

- a. Cuando ofrece resultados demasiado buenos para ser cierto (cierto)
- b. Porque de pronto hay mucha gente que la sigue y está en muchos soportes de comunicación; redes sociales, revistas, radio, etc. (falso)
- c. Cuando algunas personas famosas la han probado con éxito y la anuncia. (cierto)
- d. Porque junto a la dieta es “obligada o muy recomendada” la comprar de suplementos, alimentos especiales, suplementos, alimentos especiales, cursos, libros, etc. (cierto)
- e. Promete resultados rápidos, duraderos y sin esfuerzos para adelgazar, depurar, rejuvenecer, etc. (cierto)
- f. Incluye todos los grupos de alimentos sin limitar ninguno de los que se consideran básicos (falso)
- g. Son dietas poco variadas y muy restrictivas que terminan siendo muy monótonas. (cierto)
- h. Son dietas que funciona y aportan beneficios para la salud (falso)
- i. Son dietas recomendadas por la comunidad científica y sanitaria (falso)

RESPONDE-Crees que la pregunta 16 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

17. Identifique las dietas que crea que son dietas milagro (objetivo dietas milagro concretas):

- a. Dieta Atkins (milagro)
- b. Dieta Dukan (milagro)
- c. Dieta Detox o (milagro)
- d. Dieta de Montignac (milagro)
- e. Dieta Mediterránea (NO milagro)
- f. Dieta DASH (NO milagro)
- g. Dieta FLASH (milagro)
- h. Dieta Portafolio (NO milagro)
- i. Dieta de la Zona (milagro)
- j. Dieta Nórdica (NO milagro)
- k. Dieta Paleolítica (milagro)
- l. Dieta Cetogénica (milagro)
- m. Dieta Alcalina (milagro)
- n. Dieta de los grupos sanguíneos (milagro)

Esta obra está bajo una licencia de [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

- o. Weight Watchers (milagro)
- p. Dieta Atlántica (NO milagro)

RESPONDE-Crees que la pregunta 17 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

18. ¿Cree que las dietas milagro funcionan? (objetivo eficacia / utilidad)

- a. Sí
- b. No
- c. No lo sé

En caso de marcar "Sí":

- I. Funcionan y los resultados se mantienen en el tiempo
- II. Funcionan, pero sólo a corto plazo. Luego vuelves a estar igual o peor.

En caso de marcar "No":

- I. No funcionan, pero tampoco lo hacen las de los servicios de salud
- II. No funcionan, en cambio sí lo hacen las que se recomiendan en los centros de salud

RESPONDE-Crees que la pregunta 18 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

19. ¿Cree que el seguimiento de una dieta milagro puede tener efectos para la salud?

- a. Sí, positivos
- b. Sí, negativos
- c. Ni positivos ni negativos
- d. No lo sé

En caso de marcar "Sí, positivos"

- I. Mejora la autoestima
- II. Enseña a comer de forma saludable
- III. Reduce la ansiedad con la alimentación.

En caso de marcar "Sí, negativos"

- I. Empeora la autoestima
- II. No enseña a comer de forma saludable

III. Genera ansiedad sobre la alimentación

RESPONDE-Crees que la pregunta 19 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

20. ¿Cree que el seguimiento de dietas milagro sería menor si hubiera una mejor atención en nutrición y dietética en atención primaria?

- a. Sí
- b. No
- c. No lo sé

RESPONDE-Crees que la pregunta 20 (marca TODAS con las que estés de acuerdo):

Ayuda a cumplir con el objetivo del módulo

Está bien formulada y la puede entender la población general

Estás de acuerdo con el contenido de la pregunta

Esta es una PREGUNTA ESENCIAL

Esta es una PREGUNTA OPCIONAL

RESPONDE - Comenta aquello que quieras sobre este módulo, ¿falta alguna pregunta?

(texto discrecional)

RESPONDE - Crees que la encuesta se puede responder en 10 minutos o menos

- a. Sí
- b. No
- c. Tal vez

¡Muchas gracias, esto ha estado genial

Consiento que la Academia Española de Nutrición y Dietética use los datos anonimizados que derivan de este formulario

ANEXO 3. Resultados del pilotaje de la Encuesta online Conocimientos, Actitudes y Prácticas sobre dietas milagro (eCAP-DiMi).

Porcentaje de acuerdo y desacuerdo del panel de expertos con respecto a cada pregunta y aspectos de mejora solicitado

	Pregunta	Ayuda a cumplir	No ayuda a cumplir	Bien formula da	Mal formula da	Contenidos bien	Contenido mal	Pregunta esencia l	Pregunta opciona l
Prácticas	P1	78,57	21,43	64,29	35,71	92,86	7,14	92,86	7,14
	P2	100	0	92,86	7,14	92,86	7,14	92,86	7,14
	P3	92,86	7,14	85,71	14,29	85,71	14,29	85,71	14,29
	P4	85,71	14,29	92,86	7,14	92,86	7,14	78,57	21,43
	P5	85,71	14,29	92,86	7,14	92,86	7,14	100	0
	P6	85,71	14,29	57,14	42,86	78,57	21,43	85,71	14,29
	P7	78,57	21,43	21,43	78,57	64,29	35,71	92,86	7,14
	P8	78,57	21,43	35,71	64,29	57,14	42,86	64,29	35,71
Actitudes	P9	92,86	7,14	85,71	14,29	92,86	7,14	92,86	7,14
	P10	85,71	14,29	57,14	42,86	71,43	28,57	71,43	28,57
	P11	85,71	14,29	64,29	35,71	92,86	7,14	85,71	14,29
	P12	92,86	7,14	71,43	28,57	92,86	7,14	78,57	21,43
	P13	78,57	21,43	57,14	42,86	64,29	35,71	57,14	42,86
	P14	78,57	21,43	78,57	21,43	78,57	21,43	78,57	21,43
Conocimientos	P15	85,71	14,29	78,57	21,43	78,57	21,43	92,86	7,14
	P16	85,71	14,29	57,14	42,86	85,71	14,29	85,71	14,29
	P17	92,86	7,14	92,86	7,14	78,57	21,43	85,71	14,29
	P18	78,57	21,43	78,57	21,43	78,57	21,43	85,71	14,29
	P19	78,57	21,43	64,29	35,71	78,57	21,43	71,43	28,57
	P20	78,57	21,43	78,57	21,43	71,43	28,57	78,57	21,43

ANEXO 4. Encuesta de Conocimientos, Actitudes y Prácticas sobre dietas milagro (eCAP-DiMi). Versión final

BLOQUE 0: FILTROS Y CUOTAS

F1. ¿Eres...? (RESPUESTA ÚNICA)



CÓDIGOS:	
Hombre	1
Mujer	2

F2. ¿Podrías decirme tu edad?

|_|_| Años

(CLASIFICAR SEGÚN F2.)

- Menos de 18 años.....1 →FIN ENTREVISTA
- De 18 a 25 años.....2
- De 26 a 35 años.....3
- De 36 a 45 años.....4
- De 46 a 55 años.....5
- De 56 a 65 años6
- Más de 65 años.....7→FIN ENTREVISTA

F3. ¿En qué provincia resides? (SÓLO UNA RESPUESTA VÁLIDA)

Álava	1	León	29
Albacete	2	Lugo	30
Alicante	3	Lleida	31
Almería	4	Madrid	32
Asturias	5	Málaga	33
Ávila	6	Melilla	34
A Coruña	7	Murcia	35
Badajoz	8	Navarra	36
Baleares	9	Orense	37
Barcelona	10	Palencia	38
Burgos	11	Pontevedra	39
Cáceres	12	Salamanca	40
Cádiz	13	S.C. Tenerife	41
Cantabria	14	Segovia	42
Castellón	15	Sevilla	43
Ceuta	16	Soria	44
Ciudad Real	17	Tarragona	45
Córdoba	18	Teruel	46
Cuenca	19	Toledo	47
Gerona	20	Valencia	48
Granada	21	Valladolid	49
Guadalajara	22	Vizcaya	50
Guipúzcoa	23	Zamora	51
Huelva	24	Zaragoza	52
Huesca	25		
Jaén	26		
La Rioja	27		
Las Palmas	28		

F4. Clasificación Áreas Nielsen (CLASIFICAR SEGÚN F3)

Área 1 Noreste: Huesca, Zaragoza, Lleida, Girona, Tarragona, Barcelona (no área metropolitana), Islas Baleares	1
Área 2 Levante: Castellón, Valencia, Albacete, Alicante, Murcia	2
Área 3 Sur: Badajoz, Córdoba, Jaén, Granada, Almería, Málaga, Sevilla, Huelva, Cádiz, Islas Canarias (Las Palmas y S.C. Tenerife), Ceuta, Melilla	3
Área 4 Centro: Zamora, Valladolid, Segovia, Salamanca, Ávila, Soria, Guadalajara, Teruel, Cáceres, Toledo, Cuenca, Ciudad Real, Madrid (no área metropolitana)	4
Área 5 Noroeste: A Coruña, Asturias, Lugo, Pontevedra, Orense, León	5
Área 6 Norte-Centro: Cantabria, Vizcaya, Guipúzcoa, Álava, Navarra, La Rioja, Burgos, Palencia	6
Área 7 A.M. Madrid	7
Área 8 A.M. Barcelona	8

F5. Clasificación CCAA (CLASIFICAR SEGÚN F3)

Andalucía	1	Comunitat Valenciana	10
Aragón	2	Extremadura	11
Asturias, Principado de	3	Galicia	12
Baleares, Illes	4	Madrid, Comunidad de	13
Canarias	5	Murcia, Región de	14
Cantabria	6	Navarra, Comunidad Foral de	15
Castilla y León	7	País Vasco	16
Castilla - La Mancha	8	Rioja, La	17
Cataluña	9		

F6. ¿La localidad donde resides tiene...? (CLASIFICAR SEGÚN F3)

Menos 30.000 habitantes	1
De 30.000 a 500.000 habitantes	2
Más de 500.000 habitantes	3

BLOQUE 1: CONOCIMIENTO

P1. ¿Cuál de las siguientes frases cree que definirían una dieta milagro? De cada una, marca si consideras que es verdadera o falsa (RESPUESTA ÚNICA PARA CADA FRASE) (ROTAR FRASES)

	VERDADERO	FALSO	No Sabe
Prometen resultados muy rápidos, duraderos, sin esfuerzos y sin riesgos para la salud	1	2	99
Aseguran mejores resultados que los métodos tradicionales propuestos desde los servicios de salud	1	2	99
Con estas dietas los resultados son para siempre	1	2	99
No tiene resultados a largo plazo a menos que se cambien los hábitos alimentarios y el estilo de vida	1	2	99
Funcionan debido a una combinación especial de alimentos y sustancias nutritivas	1	2	99

P2. ¿Cree que las dietas milagro funcionan? (RESPUESTA ÚNICA)

Si	1
No	2
No lo sé	99

P3. (SI P2 = 1) Y, cómo cree que funcionan... (RESPUESTA ÚNICA)

...Los resultados se mantienen en el tiempo	1
...Sólo a corto plazo. Luego vuelves a estar igual o peor	2

P4.4. ¿Cuáles de las opciones identificaría a una dieta milagro? (RESPUESTA ÚNICA POR FRASE) (ROTAR FRASES)

	VERDADERO	FALSO	No Sabe
No hay mucha gente que la sigue y no suelen anunciarse en redes sociales, revistas, radio, etc.	1	2	99
Hay algún famoso que la ha probado con éxito	1	2	99
Se obliga o recomienda la comprar de suplementos, alimentos especiales, cursos, libros, etc.	1	2	99
Promete resultados rápidos, duraderos y sin esfuerzos para adelgazar, depurar, rejuvenecer, etc.	1	2	99
Incluye todos los grupos de alimentos sin limitar ninguno de los que se consideran básicos	1	2	99

P5. ¿Cree que el seguimiento de una dieta milagro puede tener efectos para la salud?(RESPUESTA ÚNICA)

Muy positivos	1
Bastante positivos	2
Ni positivos, ni negativos	3
Bastante negativos	4
Muy negativos	5
No sé	99

P6. (SI P5 < 3) Y de estos que le mostramos, ¿cuáles cree que son los efectos positivos? (RESPUESTA ÚNICA POR FRASE) (ROTAR FRASES)

	Sí es un efecto positivo	No es un efecto positivo	No Sabe
Mejora la autoestima	1	2	99
Enseña a comer de forma saludable	1	2	99
Reduce la ansiedad con la alimentación	1	2	99

P7. (SI P5 > 3 & < 99) Y de estos que le mostramos, ¿cuáles cree que son los efectos negativos? (RESPUESTA ÚNICA POR FRASE) (ROTAR FRASES)

	Sí es un efecto negativo	No es un efecto negativo	No Sabe
Empeora la autoestima	1	2	99
No enseña a comer de forma saludable	1	2	99
Genera ansiedad sobre la alimentación	1	2	99

P8. ¿Cree que habría menos dietas milagro si hubiera una mejor atención en nutrición y dietética en atención primaria?(RESPUESTA ÚNICA)

Si	1
No	2
No sé	99

BLOQUE 2: HÁBITOS

P9. ¿Ha seguido alguna vez una dieta?(RESPUESTA ÚNICA)

P10. Y concretamente, ¿ha seguido usted o algún familiar o amigo alguna dieta milagro?(RESPUESTA MÚLTIPLE)

	P9	P10	
		Yo mismo/a	Algún familiar o amigo
Si	1	1	1
No	2	2	2
No lo sé	99	99	99

P11. De las siguientes dietas que aparecen a continuación, marque aquellas que conoce.(ROTAR RESPUESTAS. MISMO ORDEN DE ROTACIÓN EN P12, P13)

P12. (SÓLO PARA AQUELLAS DIETAS QUE CONOCE SEGÚN P11 Y COD 1 SEGÚN P9) Y, ¿sigue o ha seguido alguna de ellas en alguna ocasión?(RESPUESTA MÚLTIPLE)

P13. (SÓLO PARA AQUELLAS DIETAS QUE CONOCE SEGÚN P11) ¿Cuáles de las siguientes dietas consideraría una dieta milagro?(RESPUESTA ÚNICA)

TABLA RESPUESTAS	P11	P12	P13		
			Dieta Milagro	No dieta milagro	No sé
Dieta Atkins	1	1	1	2	99
Dieta Dukan	2	2	1	2	99
Dieta Detox o depurativas	3	3	1	2	99
Dieta Mediterránea	4	4	1	2	99
Dieta DASH	5	5	1	2	99
Dieta FLASH	6	6	1	2	99
Dieta de la Zona	7	7	1	2	99
Dieta Nórdica	8	8	1	2	99
Dieta Alcalina	9	9	1	2	99
Dieta de los grupos sanguíneos	10	10	1	2	99
No conozco ninguna de ellas	99				
No he seguido ninguna de estas dietas		99			

A PARTIR DE AQUÍ HASTA EL SIGUIENTE MÓDULO EXISTIRÁN DOS ENUNCIADOS PARA LAS PREGUNTAS SEGÚN RESPUESTA EN P10.

- COMPUTAR ENUNCIADO 1: PROPIO ENTREVISTADO P10A = 1
- COMPUTAR ENUNCIADO 2: FAMILIAR/AMIGO P10A = 2 & P10B = 1

SI EL ENTREVISTADO PUEDE SEGUIR AMBOS CAMINOS, DAR PRIORIDAD AL SEGUIDO EL PROPIO ENTREVISTADO (P10A = 1)

RESTO DE CASOS PASAR A P23

P14. ENUNCIADO 1:Ha indicado anteriormente que usted ha seguido alguna vez una dieta milagro, ¿quién le recomendó esta dieta? Si ha seguido varias, indíqueme siempre sobre la última (RESPUESTA MÚLTIPLE)

ENUNCIADO 2:Ha indicado anteriormente que un familiar o amigo ha seguido alguna vez una dieta milagro, ¿Sabe quién le recomendó la dieta a su familiar/amigo? (RESPUESTA MÚLTIPLE)

Un amigo/conocido	1
Un familiar	2
Yo mismo siguiendo el consejo de revistas, anuncios o	3

promociones (sólo para enunciado 1)	
El mismo siguiendo el consejo de revistas, anuncios o promociones (sólo para enunciado 2)	
Un profesional sanitario privado	4
Un profesional sanitario público	5
Un profesional no sanitario, por ejemplo un comercial	6
No sé/no recuerdo	99

P15. ENUNCIADO 1:¿Cuántos tipos de dietas milagro ha seguido? (RESPUESTA ÚNICA)
ENUNCIADO 2:¿Cuántos tipos de dietas milagro ha seguido su familiar/amigo?(RESPUESTA ÚNICA)

Entre 1 y 3	1
Entre 3 y 5	2
Más de 5	3
No lo recuerdo	99

P16. ENUNCIADO 1:¿Cuánto tiempo ha mantenido la última dieta que siguió? (RESPUESTA ÚNICA)
ENUNCIADO 2:¿Cuánto tiempo ha mantenido su familiar/amigo la última dieta que siguió? (RESPUESTA ÚNICA)

1 semana	1
15 días	2
Un mes	3
Tres meses	4
Cuatro meses	5
Seis meses	6
Más de seis meses	7
No lo recuerdo	99

P17. ENUNCIADO 1:¿Tomó algún producto especial que debía comprar por internet, a un comercial, en una herboristería o en la farmacia? (RESPUESTA ÚNICA)
ENUNCIADO 2:¿Tomó su familiar/amigo algún producto especial que debía comprar por internet, a un comercial, en una herboristería o en la farmacia? (RESPUESTA ÚNICA)

Si	1
No	2
No lo recuerdo	99

P18. (SI P17=1) ENUNCIADO 1 y 2:¿Quién se lo prescribió?(RESPUESTA MÚLTIPLE)

Nadie, yo lo tomé por mi cuenta (sólo para enunciado 1)	1
Nadie, lo tomó por su cuenta (sólo para enunciado 2)	
Un profesional sanitario privado	2
Un profesional sanitario público	3
Un profesional no sanitario, por ejemplo, un comercial	4
No lo recuerdo	99

P19. (SI P17=1) ENUNCIADO 1 y 2:¿Dónde lo adquirió? (RESPUESTA MÚLTIPLE)

En una herboristería / tienda de productos dietéticos	1
En una farmacia	2
En internet	3
En un gimnasio	4
En una consulta de un profesional sanitario	5
Me lo vendieron en casa (sólo para enunciado 1)	6
Se lo vendieron en casa (sólo para enunciado 2)	

No lo recuerdo	99
----------------	----

P20. ENUNCIADO 1 y 2:¿Obtuvo los resultados prometidos?(RESPUESTA ÚNICA)

Si, y los he mantenido a largo plazo	1
Si, obtuve resultados, pero no pude mantenerlos durante mucho tiempo	2
No	3
No lo recuerdo	99

P21. ENUNCIADO 1 y 2:¿Sufrió o percibió algún efecto negativo?(RESPUESTA ÚNICA)

Si,	1
No	2
No lo recuerdo	99

P22. (SI P21=1) ENUNCIADO 1 y 2: ¿Cuál fue el grado de ese efecto negativo? (RESPUESTA ÚNICA)

Leve/transitorio	1
Grave pero transitorio	2
Grave y ha dejado secuelas	3

BLOQUE 3: ACTITUDES

P23. En relación a los problemas de salud como la obesidad, sobrepeso, diabetes, etc., ¿cree que las dietas milagro son...?(RESPUESTA ÚNICA)

Una solución	1
Ni una solución ni un problema	2
Un problema	3

P24. ¿Con qué probabilidad cree que usted llegaría a hacer una dieta milagro?(RESPUESTA ÚNICA)

Entre mucha y bastante probabilidad	1
No es ni probable ni improbable	2
Poca o ninguna probabilidad	3

P25. ¿Cree que seguir una dieta milagro es...? (RESPUESTA ÚNICA)

Bastante o muy beneficioso	1
Ni beneficioso, ni peligroso	2
Bastante o muy peligroso	3

P26. ¿Cree que seguir una dieta milagro sería más o menos difícil a si realizase una dieta a partir de los consejos que recibiese en su centro de salud?(RESPUESTA ÚNICA)

Bastante o mucho más fácil	1
Ni más fácil ni más difícil	2
Bastante o mucho más difícil	3

P27. Si tiene o tuviera una enfermedad, ¿cree que sería capaz de hacer los cambios necesarios para recuperar su salud?(RESPUESTA ÚNICA)

Bastante o muy capaz	1
Ni capaz, ni incapaz	2
Bastante o muy incapaz	3

P28. ¿Cuál es su disposición a seguir una dieta milagro? (RESPUESTA ÚNICA)

No pienso en ello	1
Últimamente estoy pensando en ello	2
Planeo hacerlo en los próximos 6 meses	3
Definitivamente empezaré en breve	4
Actualmente estoy haciendo una dieta milagro	5

BLOQUE 4: PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO

P29. ¿Podría decirme ¿cuál es su nivel de estudios terminados? (RESPUESTA ÚNICA)

Sin estudios	1
Primarios	2
Secundarios (ESO/Bachillerato)	3
Secundarios (Formación profesional)	4
Universitarios	5
Post-grado	6

P30. ¿En cuál de las siguientes situaciones se encuentra Ud. actualmente? (RESPUESTA ÚNICA)

Trabaja	1
Jubilado/a o pensionista	2
Parado/a cobrando subsidio de desempleo	3
Parado/a sin cobrar subsidio de desempleo	4
Estudiante	5
Trabajo doméstico no remunerado	6
Otra situación	7

P31. (SI P30 < 5) Y, ¿podría decirme qué ingresos percibe usted mensualmente? (RESPUESTA ÚNICA)

Menos o igual a 300 €	1
De 301 a 600 €	2
De 601 a 900 €	3
De 901 a 1.200 €	4
De 1.201 a 1.800 €	5
De 1.801 a 2.400 €	6
De 2.401 a 3.000 €	7
De 3.001 a 4.000 €	8
De 4.001 a 5.000 €	9
De 5.001 a 6.000 €	10
Más de 6.000 €	11
No contesta (<i>no leer</i>)	96

Anexo 5. Tabla general de resultados

Pregunta	Total n (%)	Sexo n (%)		Edadn (%)					Nivel ingresos					Nivel estudios					
		Hom bre	Muje r	18-25	26-35	36-45	46-55	56-65	Hast a 1500 €	1501 €-2500 €	2501 €-3500 €	>3500€	NC	Sin	1rio2rio1er ciclo	2dari o / 2º ciclo	Univ ersit arios	Post grad o	
MÓDULO DE CONOCIMIENTOS																			
P1. ¿Cuál de las siguientes frases cree que definirían una dieta milagro? P1																			
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318	
Error muestral	1.92	2.72	2.71	4.90	4.38	3.99	4.00	4.38	4.16	3.79	4.82	5.30	3.91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50	
Núm. de correctas (5 respuestas, valor score 0,20)¹	7533 (57.9)	3715 (57.2)	3818 (58.6)	1117 (55.9)	1484 (59.2)	1764 (58.6)	1739 (57.9)	1429 (57.2)	1509 (54.5)	1959 (58.7)	1243 (60.2)	1073 (62.7)	1749 (55.8)	NE²	615 (50.2)	2883 (57.2)	3021 (59.6)	967 (60.8)	
Núm. de incorrectas (5 respuestas, valor score -0.05)¹	4188 (32.2)	2117 (32.6)	2071 (31.8)	668 (33.4)	794 (31.7)	944 (31.4)	964 (32.1)	818 (32.7)	933 (33.7)	1089 (32.6)	666 (32.3)	538 (31.5)	962 (30.7)	NE	395 (32.2)	1624 (32.2)	1633 (32.2)	508 (31.9)	
NS/NC (valor score 0)	1299 (10,0)	668 (10.3)	631 (9.7)	215 (10.8)	227 (9.1)	302 (10.0)	302 (10.0)	253 (10.1)	328 (11.8)	292 (8.7)	156 (7.6)	99 (5.8)	424 (13.5)	NE	215 (17.6)	533 (10.6)	416 (8.2)	115 (7.2)	
Todo correcto	206	99	107	38	44	43	39	42	38	48	39	32	49	NE	12	73	85	35	

Esta obra está bajo una licencia de [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

	(7.1)	(6.7)	(7.4)	(8.4)	(8.7)	(7.2)	(4.8)	(7.3)	(6.0)	(6.4)	(9.0)	(7.0)	(7.4)		(4.0)	(7.0)	(7.1)	(10.0)	
Alguna incorrecta	2398 (92.9)	1201 (93.3)	1197 (92.6)	362 (91.6)	457 (91.3)	559 (92.8)	562 (95.2)	458 (92.7)	516 (94.0)	620 (93.6)	374 (91.0)	310 (93.0)	578 (92.6)	NE	233 (96.0)	935 (93.0)	929 (92.9)	283 (90.0)	
Score (máx. valor 1)	0,50	0,49	0,51	0,48	0,51	0,51	0,50	0,49	0,46	0,51	0,52	0,55	0,48	NE	0,42	0,49	0,52	0,53	
P2. ¿Crees que las dietas milagro funcionan? P2																			
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318	
Error muestral	1.92	2.72	2.71	4.90	4.38	3.99	4.00	4.38	4.16	3.79	4.82	5.30	3.91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50	
Correctas (No, valor score 1)	2332 (90.2)	1158 (89.0)	1174 (91.3)	338 (85.4)	456 (91.5)	535 (89.0)	538 (91.2)	465 (92.1)	478 (86.2)	598 (90.5)	389 (94.7)	303 (88.8)	564 (91)	NE	219 (89.9)	895 (89.5)	913 (90.8)	294 (92.7)	
Incorrectas (Si, valor score -0.25)	68 (2.5)	24 (2.1)	44 (2.9)	22 (5)	18 (3.2)	15 (2.4)	10 (1.5)	3 (1.6)	15 (3.2)	20 (2.5)	7 (1.3)	16 (4.7)	10(1.4)	NE	2 (1.1)	27 (2.5)	27 (2.4)	9 (2.6)	
NS/NC (valor score 0)	204 (7.4)	118 (8.9)	86 (5.8)	40 (9.6)	27 (5.4)	52 (8.6)	53 (7.3)	32 (6.3)	61 (10.6)	50 (6.9)	17 (4)	23 (6.5)	53 (7.6)	NE	24 (9)	86 (8)	74 (6.8)	15 (4.7)	
Score (máx. valor 1)	0,89	0,89	0,89	0,83	0,90	0,88	0,89	0,93	0,86	0,89	0,94	0,87	0,90	NE	0,89	0,88	0,89	0,92	
P2-Profundidad - ¿Y cómo crees que funcionan? (base P2 - incorrectas) P3																			
Total	68	24	44	22	18	15	10	3	15	20	7	16	10	3	2	27	27	9	
Error muestral	11.88	20.0	14.7	20.8	23.1	25.3	30.99	56.5	25,3	21,9	37,0	24,5	30,9	56,5	69,3	18,8	18,8	32,6	

		0	7	9	0	0		8	0	1	4	0	9	8	0	6	6	7	
Correcta (corto plazo)	55 (81.6)	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	
Incorrecta (largo plazo)	13 (18.4)	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	
P3. ¿Cuál de las siguientes frases cree que identificaría una dieta milagro? P4																			
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318	
Error muestral	1.92	2.72	2.71	4.90	4.38	3.99	4.00	4.38	4.16	3.79	4.82	5.30	3.91	22,4 8	6,26	3,09	3,08	5,50	
Correctas (5 respuestas, valor score 0,20)¹	8573 (65.8)	4111 (63.2)	4462 (68.4)	1296 (64.8)	177 1 (70.7)	203 1 (67.5)	1964 (65.4)	1511 (60.4)	1680 (60.6)	2264 (67.8)	1451 (70,3)	1247 (72.9)	1931 (61.6)	NE	599 (48.9)	3183 (63.2)	3552 (70.1)	1191 (74.9)	
Incorrectas (5 respuestas, valor score -0.05)¹	2338 (18.0)	1274 (19.6)	1064 (16.3)	399 (20.0)	383 (15.3)	507 (16.8)	556 (18.5)	493 (19.7)	555 (20.0)	606 (18.1)	360 (17.4)	271 (15.8)	546 (17.4)	NE	282 (23.0)	971 (19.3)	840 (16.6)	227 (14.3)	
NS/NC (valor score 0)	2109 (16.2)	1115 (17.2)	994 (15.2)	305 (15.3)	351 (14.0)	472 (15.7)	485 (16.1)	496 (19.8)	535 (19.3)	470 (14.1)	254 (12.3)	192 (11.2)	658 (21.0)	NE	344 (28.1)	886 (17.6)	678 (13.4)	172 (10.8)	
Todo correcto	618 (23.9)	266 (21.6)	352 (26.2)	86 (21.0)	150 (27.9)	145 (24.2)	139 (25.6)	98 (19.4)	113 (19.5)	164 (25.4)	114 (26.8)	105 (32.1)	122 (19.9)	NE	23 (15.4)	199 (18.6)	279 (27.3)	115 (37.0)	
Alguna incorrecta	1986	1034	952	314	351	457	462	402	441	504	299	237	505	NE	222	809	735	203	

	(76.1)	(78.4)	(73.8)	(79.0)	(72.1)	(75.8)	(74.4)	(80.6)	(80.5)	(74.6)	(73.2)	(67.9)	(80.1)		(84.6)	(81.4)	(72.7)	(63.0)
Score (máx. 1)	0,61	0,58	0,64	0,60	0,67	0,63	0,61	0,56	0,56	0,63	0,66	0,69	0,57	NE	0,43	0,58	0,66	0,71

P4. ¿Cree que el seguimiento de una dieta milagro puede tener efectos para la salud? (P5)																			
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318	
Error muestral	1.92	2.72	2.71	4.90	4.38	3.99	4.00	4.38	4.16	3.79	4.82	5.30	3.91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50	
Correctas (Negativos, 2 respuestas, valor score 0.5)	2151 (82.6)	1043 (86.5)	1108 (89.0)	313 (83.3)	425 (88.8)	495 (88.4)	497 (87.9)	421 (89.2)	427 (46)	562 (82.9)	351 (85.3)	292 (83.9)	519 (81.1)	NE	177 (72.2)	816 (79.3)	870 (85.2)	277 (85.5)	
Incorrectas (Positivos, 3 respuestas, valor score -0.25/3)	320 (12.3)	176 (13.5)	144 (11.0)	67 (16.8)	56 (11.2)	70 (11.6)	73 (12.1)	54 (10.8)	91 (17.8)	75 (11.8)	51 (11.4)	35 (11.1)	68 (13.1)	NE	41 (15.89)	141 (15.6)	101 (10.5)	31 (11.2)	
NS/NC (score 0)	133 (5.3)	81 (6.5)	52 (4.1)	20 (5.6)	20 (4.1)	37 (6.6)	31 (4.5)	25 (5.4)	36 (6.4)	31 (5.2)	11 (3.2)	15 (5)	40 (5.8)	NE	27 (12)	51 (5)	43 (4.2)	10 (3.3)	
Score (máx. 1)	0,80	0,77	0,82	0,74	0,82	0,79	0,80	0,82	0,73	0,81	0,82	0,83	0,80	NE	0,68	0,77	0,83	0,85	
P4. Profundidad - positivos- ¿Cuáles crees que son los efectos positivos (base, P4 - positivos) P6																			
Total	78	42	36	19	11	17	18	13	22	27	7	6	16	4	13	37	20	4	

Error muestral	11,10	15,12	16,33	22,48	29,55	23,77	23,10	27,18	20,89	18,86	37,04	40,01	24,50	49,00	27,18	16,11	21,91	49,00	
Mejora la autoestima	60 (76.1)	29 (68.6)	31 (84.9)	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	33 (87.7)	NE	NE	
Enseña a comer saludable	60 (74.6)	30 (71.9)	30 (77.8)	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	32 (87.3)	NE	NE	
Reduce la ansiedad	48 (59.4)	23 (55.9)	25 (63.5)	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	NE	24 (62.5)	NE	NE	
P4. Profundidad - negativos - ¿Cuáles crees que son los efectos negativos? (base, P4 - negativos) P7																			
Total	2151	1043	1108	313	425	495	497	421	427	562	351	292	519	11	177	816	870	277	
Error muestral	2,11	3,03	2,94	5,54	4,75	4,40	4,40	4,78	4,74	4,13	5,23	5,74	4,30	29,55	7,37	3,43	3,32	5,89	
Empeora la autoestima	1481 (68.4)	713 (67.8)	768 (68.9)	237 (75.1)	300 (69.7)	344 (70.1)	334 (67.6)	266 (61.9)	292 (68)	409 (71.9)	242 (68.1)	192 (63.1)	346 (67.9)	NE	113 (68.3)	567 (70.2)	600 (66.7)	197 (69.5)	
No enseña a comer de forma saludable	1930 (89.7)	935 (89.5)	995 (89.8)	279 (89.9)	389 (92.7)	441 (88.4)	444 (90.0)	377 (87.9)	372 (87.9)	512 (91.7)	323 (91.6)	267 (91)	456 (87)	NE	146 (85.8)	726 (88)	791 (91.2)	259 (92.9)	
Genera ansiedad sobre la alimentación	1912 (88.5)	926 (88.2)	986 (88.7)	292 (91.4)	386 (90.9)	442 (89.9)	438 (87.6)	354 (83.6)	376 (88.2)	512 (90.9)	311 (87.6)	259 (85.6)	454 (88.1)	NE	149 (87.9)	724 (87.4)	779 (88.9)	254 (91.4)	

Esta obra está bajo una licencia de [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

P5. ¿Crees que habría menos dietas milagro si hubiera una mejor atención en nutrición y dietética en atención primaria? P8																			
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318	
Error muestral	1,92	2,72	2,71	4,90	4,38	3,99	4,00	4,38	4,16	3,79	4,82	5,30	3,91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50	
Correcta (Si, valor score 1)	2356 (91.0)	1162 (89.6)	1194 (92.5)	356 (88.7)	449 (89.3)	546 (90.6)	554 (93.7)	451 (91.5)	497 (89)	614 (92.1)	377 (92.4)	312 (92.3)	556 (90.2)	NE	219 (90.0)	921 (92.1)	919 (91.2)	284 (89.6)	
Incorrecta (No, valor score 0.25)	107 (3.8)	58 (4.4)	49 (3.2)	24 (6.7)	24 (5.0)	24 (3.8)	15 (2)	20 (3.2)	28 (5.2)	28 (3.8)	15 (3.4)	13 (3.4)	23 (3.0)	NE	7 (2.3)	40 (4.0)	40 (3.4)	17 (5.0)	
No sé (valor score 0)	141 (5.1)	80 (6.0)	61 (4.3)	20 (4.6)	28 (5.7)	32 (5.6)	32 (4.4)	29 (5.3)	29 (5.8)	26 (4.0)	21 (4.2)	17 (4.3)	48 (6.8)	NE	19 (7.7)	47 (3.9)	55 (5.4)	17 (5.4)	
Score (máx. 1)	0,89	0,88	0,91	0,88	0,88	0,90	0,92	0,89	0,88	0,91	0,90	0,90	0,88	NE	0,89	0,90	0,90	0,88	
P6. De las siguientes dietas que aparecen a continuación, marca aquellas que conoce P11																			
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318	
Error muestral	1,92	2,72	2,71	4,90	4,38	3,99	4,00	4,38	4,16	3,79	4,82	5,30	3,91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50	
Dieta Atkins (score 1/7)	347 (13.4)	147 (11)	200 (15.9)	35 (8.5)	64 (14.6)	88 (14)	72 (12.2)	88 (16.3)	72 (13.5)	76 (10.9)	61 (14.7)	62 (16.4)	76 (13.7)	NE	11 (4.5)	112 (10.8)	158 (15.6)	65 (22.1)	
Dieta Dukan (score 1/7)	1613 (62.5)	712 (54.4)	901 (70.6)	189 (47.0)	346 (67)	422 (69)	383 (63.6)	273 (56.9)	303 (53.9)	418 (60.3)	271 (65.6)	259 (75.9)	362 (63.1)	NE	117 (43.8)	591 (58.2)	677 (69.5)	220 (70.6)	

)))	6)	9))))))))))))))
Dieta Detox o depurativa (score 1/7)	1190 (45.7)	467 (37.4)	723 (54.0)	194 (44.5)	299 (59.0)	303 (49.9)	236 (41.4)	158 (34.3)	224 (39)	319 (48.2)	205 (52.3)	182 (51.3)	260 (41.6)	NE	69 (32.4)	428 (41.7)	511 (50.3)	180 (56.2)
Dieta Mediterránea (score 0)	1535 (58.7)	759 (58.6)	776 (58.8)	228 (57.0)	285 (56.1)	316 (54.2)	377 (61.9)	329 (63.9)	302 (55.5)	414 (59.8)	265 (65.6)	204 (60.5)	350 (55.1)	NE	133 (51.2)	596 (60)	617 (60.5)	181 (56.5)
Dieta DASH (score 0)	43 (1.8)	17 (1.1)	26 (2.4)	9 (1.6)	10 (3.4)	10 (1.5)	10 (1.5)	4 (1.2)	10 (3.1)	11 (1.4)	5 (1)	7 (2.5)	10 (1.3)	NE	3 (0.8)	12 (1.3)	18 (1.6)	10 (4.9)
Dieta FLASH (score 1/7)	70 (3.2)	31 (2.6)	39 (3.7)	32 (7.8)	13 (2.7)	14 (2.9)	9 (3.9)	2 (0.2)	19 (3.1)	28 (6.2)	6 (1.1)	7 (1.6)	10 (2.1)	NE	6 (7.9)	37 (3.9)	23 (1.9)	4 (1.1)
Dieta de la Zona (score 1/7)	92 (3.7)	30 (2.4)	62 (4.9)	11 (3.4)	19 (3.5)	33 (5.7)	17 (3.0)	12 (2.3)	16 (2.7)	24 (4.2)	11 (2.5)	20 (5.9)	21 (3.5)	NE	5 (1)	26 (2.6)	42 (4.5)	18 (6.5)
Dieta Nórdica (score 0)	57 (2.6)	31 (3.0)	26 (2.2)	25 (6.5)	11 (3.7)	8 (1.3)	10 (2.7)	3 (0.7)	14 (3.2)	18 (3.4)	4 (1.2)	10 (3.1)	11 (1.8)	NE	0 (0)	19 (1.8)	29 (3.3)	8 (4.3)
Dieta Alcalina (score 1/7)	367 (15.0)	150 (12.1)	217 (17.8)	51 (12.6)	94 (20.2)	90 (14.4)	80 (15.9)	52 (11.1)	61 (12.6)	110 (18.3)	42 (9.8)	68 (19.9)	86 (14)	NE	20 (12.1)	127 (12.6)	163 (16)	56 (21.6)
Dieta de los grupos sanguíneos (score 1/7)	217 (8.2)	68 (4.9)	149 (11.6)	24 (4.7)	44 (8.0)	71 (11.6)	50 (8.4)	28 (6.2)	33 (6.9)	68 (9.4)	34 (8.1)	22 (6.2)	60 (9.2)	NE	9 (3.3)	78 (7.4)	100 (10)	30 (9.8)
No conoce ninguna de las dietas nombradas	404 (15.4)	243 (18.3)	161 (12.5)	84 (22.6)	65 (13.9)	78 (13.1)	84 (12.5)	93 (18.8)	116 (21.5)	80 (13)	51 (11.8)	24 (6.3)	133 (19.7)	NE	63 (25.2)	178 (17.9)	119 (11.3)	37 (11)

Conoce alguna dieta de las nombradas	2200 (73.0)	1057 (66.0)	1143 (80.0)	316 (66.0)	436 (78.0)	524 (79.0)	517 (74.0)	407 (63.0)	438 (66.1)	588 (74.3)	362 (76.3)	318 (85.3)	494 (69)	NE	182 (55.6)	830 (69.1)	895 (78.9)	281 (82.6)	
Conoce dietas milagro nombradas	3896 (21.4)	1605 (17.6)	2291 (25.1)	536 (19.1)	879 (25.1)	1021 (24.2)	847 (20.1)	613 (17.5)	728 (18.8)	1043 (22.3)	630 (21.8)	620 (25.9)	875 (19.9)	NE	237 (13.8)	1399 (19.8)	1674 (23.6)	573 (25.7)	
Media de dietas que conoce	2,1	1,9	2,2	1,9	2,2	2,1	2	2	1,9	2,1	2	2,1	2,1	NE	1,8	2	2,1	2,2	
Score conocimiento dietas milagro nombradas (máx. 1)	0,21	0,18	0,25	0,19	0,25	0,24	0,20	0,18	0,19	0,22	0,22	0,26	0,20	NE	0,14	0,20	0,24	0,26	
P6 – Profundidad - ¿Cuál/es de las siguientes dietas considerarías una dieta MILAGRO/NO MILAGRO? P13																			
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318	
Error muestral	1,92	2,72	2,71	4,90	4,38	3,99	4,00	4,38	4,16	3,79	4,82	5,30	3,91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50	
Dieta Atkins (si milagro/no milagro)	256 (9.9)	107 (8.0)	149 (11.8)	26 (5.8)	44 (10.4)	63 (10.2)	53 (8.9)	70 (12.7)	54 (10.5)	57 (8.5)	40 (9.5)	49 (12.1)	56 (9.8)	NE	6 (2.4)	79 (8.0)	118 (11.4)	52 (17.2)	
Dieta Dukan (si milagro)	1193 (45.6)	545 (42.3)	648 (49.0)	134 (33.4)	276 (54.2)	301 (50.5)	282 (45.9)	200 (38.9)	213 (36.4)	303 (42.7)	205 (50.2)	212 (61.5)	260 (45.2)	NE	73 (27.0)	414 (40.7)	521 (52.2)	180 (56.4)	
Dieta Detox o depurativa (si	666 (25.7)	283 (22.7)	383 (28.8)	90 (21.2)	173 (36)	164 (26)	155 (25.3)	84 (17.5)	116 (19.6)	177 (27.4)	121 (29.3)	115 (32.0)	137 (23.7)	NE	35 (13.5)	215 (21.8)	307 (30.2)	107 (34.3)	

Esta obra está bajo una licencia de [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

milagro)))	7)	8)))))))
Dieta Mediterránea (no milagro)	1323 (59.0)	655 (50.6)	668 (51.2)	188 (46.7)	251 (49.6)	278 (48.0)	326 (54.4)	280 (54.2)	258 (48.1)	346 (49.8)	243 (61.6)	183 (53.6)	293 (45.6)	NE	105 (40.1)	488 (50.1)	553 (54.0)	171 (53.7)
Dieta DASH (no milagro)	9 (1.2)	4 (0.6)	5 (1.7)	3 (0.5)	3 (2.7)	2 (0.9)	1 (0.6)	0 (1.2)	1 (0.2)	4 (0.6)	0 (0.0)	2 (0.9)	2 (0.1)	NE	0 (0.0)	3 (0.3)	4 (0.3)	2 (0.8)
Dieta FLASH (si milagro)	54 (2.5)	24 (2.0)	30 (3.1)	26 (6.1)	11 (2.2)	9 (2.2)	6 (3.2)	2 (0.2)	14 (2.1)	21 (5.1)	5 (0.8)	7(1.6)	7 (1.9)	NE	5 (7.5)	27 (2.9)	18 (1.4)	4 (1.1)
Dieta de la Zona (si milagro)	48 (1.7)	10 (0.6)	38 (2.8)	2 (0.2)	11 (2.0)	19 (3.2)	10 (1.5)	6 (0.8)	10 (1.6)	9 (1.2)	6 (1.3)	10 (2.3)	13 (2.2)	NE	3 (0.6)	13 (1.0)	19 (1.9)	13 (4.3)
Dieta Nórdica (no milagro)	23 (1.0)	13 (1.0)	10 (1.0)	9 (2.5)	5 (1.4)	2 (0.2)	6 (1.3)	1 (0.2)	3 (0.4)	7 (1.3)	0 (0.0)	6 (1.9)	7 (1.3)	NE	0 (0.0)	7 (0.9)	12 (1.2)	4 (1.2)
Dieta Alcalina (si milagro)	202 (7.6)	85 (6.1)	117 (9.0)	25 (6.0)	52 (11.2)	48 (7.7)	47 (6.5)	30 (6.5)	34 (7.6)	61 (8.0)	21 (4.8)	42 (11.6)	44 (6.8)	NE	10 (3.6)	59 (5.1)	96 (8.7)	37 (15.3)
Dieta de los grupos sanguíneos (si milagro)	105 (3.9)	33 (2.2)	72 (5.6)	9 (2.0)	18 (3.4)	38 (6.1)	25 (4.0)	15 (2.9)	12 (2.1)	34 (5.1)	19 (4.4)	11 (3.3)	29 (4.4)	NE	3 (1.3)	24 (1.9)	64 (6.3)	14 (4.9)
P6 PROFUNDIDAD. Considera que son milagro las dietas milagro P13_SI																		
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318
Error muestral	1,92	2,72	2,71	4,90	4,38	3,99	4,00	4,38	4,16	3,79	4,82	5,30	3,91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50
Sí (score 1)	1394	637(757(189(315(336(325(5	229(268(371(232(234(289(NE	85(3	490(605(209(

	(53.9)	50.0)	57.9)	45.3)	63.2)	56.0)	5.9)	45.7)	46.5)	55.4)	58.0)	67.7)	48.8)		8.3)	48.7)	60.2)	64.6)	
No (score -0.25)	1210 (46.1)	663 (50.0)	547 (42.1)	211 (54.7)	186 (36.8)	266 (44.0)	276 (4.1)	271 (54.3)	286 (53.5)	297 (44.6)	181 (42.0)	108 (32.3)	338 (51.3)	NE	160 (61.7)	518 (51.3)	409 (39.8)	109 (35.4)	
Score de consideración ADECUADA dietas milagro (máx. 1)	0,42	0,36	0,48	0,34	0,54	0,45	0,43	0,32	0,35	0,44	0,45	0,61	0,33	NE	0,18	0,36	0,50	0,57	
P6 PROFUNDIDAD. Considera que son milagro las dietas NO milagro P13_NO																			
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318	
Error muestral	1,92	2,72	2,71	4,90	4,38	3,99	4,00	4,38	4,16	3,79	4,82	5,30	3,91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50	
Sí (score -0.25)	137 (5.5)	68 (5.9)	69 (5.2)	30 (7.7)	28 (7.2)	24 (3.8)	33 (5.8)	22 (4.5)	34 (7.2)	41 (6.8)	15 (3.0)	17 (5.2)	30 (4.5)	NE	14 (5.1)	57 (5.2)	50 (5.7)	14 (6.1)	
No (score 1)	2467 (94.5)	1232 (94.1)	1235 (94.8)	370 (92.3)	473 (92.8)	578 (96.2)	568 (96.2)	478 (95.5)	520 (92.8)	627 (93.2)	398 (97.0)	325 (94.8)	597 (95.5)	NE	231 (94.4)	951 (94.8)	964 (94.3)	304 (93.9)	
Score de consideración ADECUADA de dietas no milagro	0,93	0,93	0,93	0,91	0,93	0,95	0,93	0,95	0,92	0,92	0,95	0,94	0,94	NE	0,93	0,93	0,94	0,94	
SCORE GENERAL MÓDULO DE CONOCIMIENTOS																			
SCORE (media; DE)	0,62	0,59	0,64	0,58	0,65	0,63	0,62	0,60	0,58	0,63	0,64	0,67	0,59	NE	0,52	0,60	0,65	0,67	

	(0.26)	(0.27)	(0.25)	(0.26)	(0.24)	(0.24)	(0.27)	(0.29)	(0.26)	(0.26)	(0.26)	(0.23)	(0.28)		(0.31)	(0.27)	(0.24)	(0.24)	
MÓDULO DE PRÁCTICAS																			
P6 - Profundidad - Prácticas - ¿Sigues o has seguido en alguna ocasión alguna de las dietas nombradas? P12																			
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318	
Error muestral	1,92	2,72	2,71	4,90	4,38	3,99	4,00	4,38	4,16	3,79	4,82	5,30	3,91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50	
Dieta Atkins (score 1/7)	24 (0.9)	7 (0.5)	17 (1.3)	3 (0.7)	3 (0.6)	5 (0.9)	5 (0.9)	8 (1.4)	5 (0.8)	5 (0.9)	4 (0.6)	4 (1.0)	6 (1.2)	NE	0 (0.0)	9 (0.6)	10 (1.1)	4 (1.6)	
Dieta Dukan (score 1/7)	206 (8.1)	63 (5.1)	143 (11.0)	12 (2.4)	48 (8.6)	58 (8.9)	52 (9.7)	36 (8.0)	36 (7.9)	58 (7.6)	32 (8.0)	36 (10.0)	44 (7.7)	NE	15 (5.6)	70 (6.9)	96 (10.0)	25 (7.7)	
Dieta Detox o depurativa (score 1/7)	133 (5.1)	32 (2.6)	101 (7.5)	22 (5.3)	31 (5.1)	41 (7.1)	25 (4.0)	14 (3.7)	29 (4.4)	41 (5.6)	25 (6.9)	17 (4.4)	21 (4.3)	NE	6 (1.8)	49 (4.8)	6.26 (3)	15 (5.1)	
Dieta Mediterránea (score 0)	521 (20.8)	208 (16.8)	313 (24.8)	65 (14.6)	102 (18.1)	100 (16.8)	139 (26.9)	115 (24.8)	105 (20.6)	137 (19.7)	80 (21.3)	80 (22.4)	119 (21.0)	NE	40 (18.3)	197 (21.8)	206 (20.3)	75 (22.3)	
Dieta DASH (score 0)	3 (0.1)	1 (0.2)	2 (0.2)	2 (0.1)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (0.3)	0 (0.0)	1 (0.0)	1 (0.0)	0 (0.0)	1 (0.6)	0 (0.0)	NE	0 (0.0)	2 (0.0)	0 (0.0)	1 (0.6)	
Dieta FLASH (score 1/7)	4 (0.2)	2 (0.3)	2 (0.1)	3 (1.2)	0 (0.0)	1 (0.1)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (0.2)	3 (0.6)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	NE	0 (0.0)	4 (0.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	

Dieta de la Zona (score 1/7)	8 (0.3)	4 (0.4)	4 (0.3)	3 (0.9)	1 (0.1)	2 (0.4)	2 (0.3)	0 (0.0)	2 (0.5)	2 (0.2)	3 (0.8)	1 (0.4)	0 (0.0)	NE	0 (0.0)	4 (0.3)	3 (0.3)	0 (0.0)
Dieta Nórdica (score 0)	2 (0.1)	1 (0.1)	1 (0.1)	1 (0.1)	0 (0.0)	1 (0.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (0.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	NE	0 (0.0)	1 (0.1)	1 (0.1)	0 (0.0)
Dieta Alcalina (score 1/7)	14 (0.6)	5 (0.6)	9 (0.7)	0 (0.0)	4 (0.9)	5 (0.8)	3 (0.7)	2 (0.6)	3 (0.7)	2 (0.3)	1 (0.3)	5 (1.9)	3 (0.5)	NE	1 (0.3)	7 (0.9)	5 (0.6)	1 (0.3)
Dieta de los grupos sanguíneos (score 1/7)	16 (0.7)	5 (0.4)	11 (0.9)	0 (0.0)	4 (0.9)	3 (0.5)	7 (1.2)	2 (0.5)	1 (0.2)	6 (1.2)	2 (0.5)	2 (0.7)	5 (0.6)	NE	1 (0.6)	7 (0.6)	7 (0.9)	1 (0.4)
No ha seguido ninguna de las dietas nombradas	450 (17.0)	191 (14.8)	259 (19.3)	72 (18.7)	91 (17.2)	124 (19.9)	87 (13.6)	76 (16.5)	80 (12.7)	121 (18.9)	70 (17.0)	72 (21.4)	107 (16.5)	NE	26 (11.5)	172 (16.6)	194 (19.0)	56 (17.0)
Ha seguido alguna dieta milagro de las nombradas	335 (13.2)	105 (8.9)	230 (17.6)	35 (9.1)	78 (14.1)	91 (14.8)	78 (14.0)	53 (12.0)	63 (12.5)	100 (13.5)	55 (14.4)	54 (15.7)	63 (11.5)	NE	20 (7.2)	118 (12.2)	153 (15.6)	42 (13.7)
Media de dietas que ha seguido de las nombradas	1,2	1,1	1,2	1,2	1,2	1,3	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,3	NE	1,1	1,3	1,2	1,1
Score de seguimiento de dietas milagro nombradas (máx. 1)	0,02	0,01	0,03	0,02	0,03	0,03	0,02	0,02	0,02	0,03	0,02	0,03	0,02	NE	0,01	0,02	0,03	0,02
P7. ¿Has seguido alguna vez una dieta? P9																		
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318

Error muestral	1,92	2,72	2,71	4,90	4,38	3,99	4,00	4,38	4,16	3,79	4,82	5,30	3,91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50
Sí (score 1)	1291 (50.1)	532 (41.9)	759 (58.2)	187 (46.1)	253 (46.6)	315 (50.7)	292 (51.2)	244 (53.4)	247 (44.1)	350 (52.4)	203 (51.7)	188 (55.1)	303 (49.1)	NE	98 (42.5)	502 (50.4)	521 (52.0)	164 (50.4)
No (score 0)	1295 (49.1)	757 (57.0)	538 (41.3)	210 (52.9)	244 (52.2)	283 (48.6)	303 (48.1)	255 (46.1)	303 (55.1)	315 (47.1)	209 (48.1)	151 (43.8)	317 (49.8)	NE	145 (56.6)	499 (48.8)	488 (47.7)	151 (48.3)
No lo sé (score 0)	18 (0.8)	11 (1.0)	7 (0.5)	3 (0.9)	4 (1.2)	4 (0.7)	6 (0.7)	1 (0.5)	4 (0.8)	3 (0.5)	1 (0.2)	3 (1.1)	7 (1.1)	NE	2 (0.9)	7 (0.8)	5 (0.3)	3 (1.4)
Score seguimiento dieta (máx. 1)	0,50	0,41	0,58	0,47	0,50	0,52	0,49	0,49	0,45	0,52	0,49	0,55	0,48	NE	0,40	0,50	0,51	0,52
P7 PROFUNDIDAD. ¿Has seguido PERSONALMENTE alguna vez una dieta MILAGRO?																		
P10A																		
Total	1291	532	759	187	253	315	292	244	247	350	203	188	303	6	98	502	521	164
Error muestral	2,73	4,25	3,56	7,17	6,16	5,52	5,74	6,27	6,24	5,24	6,88	7,15	5,63	40,01	9,90	4,37	4,29	7,65
Sí (score 1)	487 (36.4)	161 (31.4)	326 (40.0)	71 (33.5)	106 (40.8)	133 (42.0)	105 (37.4)	72 (26.5)	116 (26.5)	124 (47.7)	74 (31.6)	71 (35.4)	102 (35.9)	NE	36 (26.7)	194 (38.3)	204 (35.0)	51 (38.6)
No (score 0)	781 (61.5)	359 (66.7)	422 (57.8)	114 (65.4)	147 (59.2)	175 (56.1)	181 (61.2)	164 (68.3)	126 (68.3)	223 (50.2)	126 (67.1)	115 (63.0)	191 (63.1)	NE	59 (73.3)	301 (58.0)	306 (63.9)	111 (58.6)
No lo sé (score 0)	23	12	11	2	0	7	6 (1.4)	8	5	3	3	2	10	NE	3	7	11	2

	(2.1)	(1.9)	(2.2)	(1.2)	(0.0)	(2.0)		(5.1)	(5.1)	(2.1)	(1.3)	(1.6)	(1.0)		(0.0)	(3.7)	(1.1)	(2.9)	
Score de los que dicen PERSONALMENTE seguir dieta milagro respecto total muestra (máx. 1)	0,19	0,12	0,25	0,18	0,21	0,22	0,17	0,14	0,21	0,19	0,18	0,21	0,16	NE	0,15	0,19	0,20	0,16	
P7 PROFUNDIDAD. ¿CONOCES A ALGUIEN que ha seguido alguna vez una dieta MILAGRO? P10B																			
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318	
Error muestral	1,92	2,72	2,71	4,90	4,38	3,99	4,00	4,38	4,16	3,79	4,82	5,30	3,91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50	
Sí (score 1)	1165 (44.9)	526 (41.9)	639 (48.0)	192 (47.4)	248 (50.1)	293 (48.4)	242 (43.0)	190 (36.6)	242 (36.6)	313 (40.9)	194 (48.8)	170 (47.3)	246 (51.4)	NE	98 (55.1)	438 (45.0)	457 (42.3)	163 (44.6)	
No (score 0)	918 (35.6)	498 (38.7)	420 (32.5)	164 (43.0)	167 (32.8)	184 (32.6)	228 (37.1)	175 (35.7)	207 (35.7)	240 (38.4)	136 (34.5)	110 (33.3)	225 (32.8)	NE	103 (40.5)	357 (37.8)	347 (37.5)	103 (34.9)	
No lo sé (score 0)	521 (19.4)	276 (19.4)	245 (19.5)	44 (9.6)	86 (17.2)	125 (19.0)	131 (19.9)	135 (27.6)	105 (27.6)	115 (20.7)	83 (16.7)	62 (19.3)	156 (15.9)	NE	44 (4.4)	213 (17.2)	210 (20.2)	52 (20.6)	
Score de los que dicen ALGUIEN SU ENTORNO seguir dieta milagro respecto total	0,45	0,40	0,49	0,48	0,50	0,49	0,40	0,38	0,44	0,47	0,47	0,50	0,39	NE	0,40	0,43	0,45	0,51	

Esta obra está bajo una licencia de [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

muestra (máx. 1)																			
------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

P8. ¿Quién te recomendó esta dieta MILAGRO? P14																			
Personal (base P.7 profundidad A P10A)																			
	Total n (%)	Hombre	Mujer	18-25	26-35	36-45	46-55	56-65	Hasta 1500 €	1501 €-2500 €	2501 €-3500 €	>3500 €	NC	Sin	1er ciclo	2do ciclo	Universitarios	Postgrado	
Total	487	161	326	71	106	133	105	72	116	124	74	71	102	2	36	194	204	51	
Error muestral	4,44	7,72	5,43	11,63	9,52	8,50	9,56	11,55	9,10	8,80	11,39	11,63	9,70	69,30	16,33	7,04	6,86	13,72	
Un amigo/a /conocido/a	186 (39.5)	57 (34.6)	129 (42.3)	22 (30.6)	39 (36.1)	53 (28.7)	47 (48.3)	25 (36.5)	44 (39)	36 (32.7)	35 (44.6)	30 (41.5)	41 (42.6)	NE	9 (24.3)	74 (40.9)	86 (43.9)	16 (3.6)	
Un familiar	103 (20.2)	38 (25.1)	65 (17.4)	17 (17.9)	27 (28.2)	24 (17.6)	23 (20.7)	12 (16)	19 (12.6)	30 (25.1)	17 (23.7)	19 (24.5)	18 (18.1)	NE	11 (28.1)	40 (18.8)	40 (19.5)	11 (21.2)	
Yo mismo/a medios comunicación	184 (37.6)	50 (27.5)	134 (43.2)	31 (50.1)	40 (38)	49 (34)	34 (30.7)	30 (44.2)	55 (46.1)	57 (46.3)	21 (32.3)	27 (35.1)	24 (24.4)	NE	9 (17.8)	70 (36.5)	82 (39.8)	22 (46.9)	

Esta obra está bajo una licencia de [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

))	8)	9))))))))	
Un profesional sanitario privado	43 (8.8)	19 (12.7)	24 (6.5)	5 (2.9)	8 (7.6)	9 (6.6)	15 (16.3)	6 (5.6)	11 (8.3)	9 (5.8)	6 (6.1)	4 (14.3)	13 (10.6)	NE	7 (21.8)	16 (7.2)	17 (8)	3 (6.6)	
Un profesional sanitario público	18 (3.9)	7 (5.6)	11 (2.9)	1 (4)	8 (8)	3 (1.8)	4 (4)	2 (2.5)	6 (5.1)	5 (4.3)	2 (3.3)	2 (4.5)	3 (2.1)	NE	3 (7.3)	7 (3.7)	6 (3.4)	2 (3.6)	
Un profesional no sanitario, por ejemplo, un comercial	25 (5.5)	8(7.9)	17(4.2)	2(4.7)	5(2.9)	10(10.8)	3(3)	5(3.6)	5(7.6)	7(7)	5(6.4)	6(5.1)	2(1.5)	NE	2(13.6)	7(3.5)	12(5.7)	3(5.1)	
Otro	9 (1.7)	2(1.2)	7(2.1)	1(4.2)	3(2.2)	4(2.9)	0(0)	1(0.2)	3(1.9)	2(1.8)	0(0)	2(4.1)	2(1.1)	NE	1(1.7)	4(1.4)	1(0.6)	3(7.4)	
No sé/ no recuerdo	29 (5.9)	13(8.3)	16(4.5)	7(12.3)	4(4.1)	8(6.4)	6(4.2)	4(5.5)	3(2.2)	3(2.8)	7(8.2)	4(4.2)	12(12.5)	NE	2(5.4)	15(8.4)	8(3.7)	4(6.8)	
Referido(base P.7 profundidad B P10B)																			
Total	1165	526	639	192	248	293	242	190	242	313	194	170	246	9	98	438	457	163	
Error muestral	2,87	4,27	3,88	7,07	6,22	5,73	6,30	7,11	6,30	5,54	7,04	7,52	6,25	32,67	9,90	4,68	4,58	7,68	
Un amigo/a /conocido/a	447 (38,5)	199 (38)	248 (38,9)	59 (27)	101 (45,1)	119 (40,8)	92 (37,5)	76 (36,8)	80 (33,6)	127 (41,8)	85 (43,4)	64 (34,3)	91 (37,8)	NE	32 (26,4)	167 (37,9)	189 (42,8)	57 (38,7)	
Un familiar	196 (15,6)	91 (17,6)	105 (13,9)	44 (21,7)	47(18,7)	48 (15,5)	34 (11,3)	23 (13,1)	41 (16,4)	64 (17,9)	28 (14,8)	30 (15,2)	33 (12,7)	NE	14 (12,7)	75 (16)	82 (17,4)	23 (11,4)	

Esta obra está bajo una licencia de [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Yo mismo/a medios comunicación	382 (32,9)	176 (33,7)	206 (32,2)	59 (36)	81 (32,7)	99 (32,1)	74 (26,6)	69 (41)	83 (31,7)	114 (36,8)	54 (26,2)	67 (39,1)	64 (29,5)	NE	31 (25,8)	136 (32,5)	147 (32,6)	65 (39,1)
Un profesional sanitario privado	88 (7,1)	42 (7,9)	46 (6,5)	20 (7,9)	17 (6,3)	11 (3,8)	21 (8,8)	19 (10,7)	21 (8,4)	15 (4)	15 (6,7)	15 (10,6)	22 (8)	NE	7 (6,6)	24 (4,8)	40 (7,8)	16 (11)
Un profesional sanitario público	36(2,9)	15 (3,4)	21 (2,5)	11 (6,8)	10 (3,9)	6 (1,7)	7 (2,5)	2 (1,3)	10 (3,9)	11 (3,2)	3 (1,8)	3 (2,9)	9 (2,7)	NE	5 (4,3)	14 (3,2)	13 (2,6)	4 (2,4)
Un profesional no sanitario, por ejemplo, un comercial	98 (10,8)	45 (10,2)	53 (11,3)	12 (6,8)	26 (13,8)	32 (12,6)	16 (12,9)	12 (4,2)	20 (12,6)	32 (15,8)	16 (9,7)	16 (8,1)	14 (5,6)	NE	10 (25)	30 (6,6)	37 (9,7)	20 (15,1)
Otro	18 (1,4)	7 (1,2)	11 (1,5)	2 (1,4)	6 (2,1)	6 (2,1)	2 (0,8)	2 (0,1)	6 (2,5)	4 (1,3)	2 (0,5)	1 (1,2)	5 (1,2)	NE	1 (0,6)	11 (2,1)	3 (0,6)	2 (1,8)
No sé/ no recuerdo	157 (13,5)	73 (14,4)	84 (12,7)	25 (13)	32 (12,5)	36 (12,1)	42 (18)	22 (10,8)	29 (13)	28(8,4)	36 (20,1)	19 (11,6)	45 (16,8)	NE	14 (12,5)	65 (16,1)	55 (11,3)	21 (12,1)
P9. ¿Cuántos tipos de dietas milagro has seguido? (base P.7 - Si) P15																		
Personal (base P.7 profundidad A - P10A)																		
Total	487	161	326	71	106	133	105	72	116	124	74	71	102	2	36	194	204	51
Error muestral	4,44	7,72	5,43	11,63	9,52	8,50	9,56	11,55	9,10	8,80	11,39	11,63	9,70	69,30	16,33	7,04	6,86	13,72
Entre 1 y 3 (score 1)	398 (81)	130 (81)	268 (81)	58 (82,4)	89 (82)	109 (83)	82 (76,8)	60 (80,5)	93 (80,4)	100 (80)	59 (810)	63 (87,5)	83 (78,4)	NE	26 (71,4)	159 (80,4)	167 (81,9)	44 (86,5)

)	7)	4)))		4)))))
Entre 4 y 5 (score 2)	27 (5.9)	9 (6.3)	18 (5.6)	3 (6.3)	5 (6.5)	11 (7.7)	4.65 ()	3 (3.5)	7 (5.9)	8 (8.2)	4 (5.3)	3 (4.2)	5 (4.9)	NE	2 (3.8)	13 (7)	10 (6)	2 (3.7)	
Más de 5 (score 3)	20 (3.9)	3 (1.6)	17 (5.2)	2 (1.6)	3 (1.9)	5 (3.4)	6 (5.6)	4 (5.8)	6 (5.4)	7 (5.7)	5 (6.5)	1 (0.1)	1 (1)	NE	4 (9.5)	6 (2.9)	9 (4.2)	1 (1.4)	
No lo recuerdo (score 0)	42 (9.2)	19 (11.1)	23 (8.2)	8 (9.7)	9 (8.9)	8 (5.5)	12 (12.9)	5 (10.1)	10 (8.3)	9 (6.1)	6 (6.9)	4 (8.2)	13 (15.7)	NE	4 (15.3)	16 (9.6)	18 (7.6)	4 (8.5)	
Score tipos de dietas milagro seguidas según experiencia personal (máx. 1)	0,35	0,33	0,36	0,33	0,34	0,37	0,35	0,36	0,36	0,37	0,37	0,34	0,31	NE	0,39	0,35	0,35	0,33	
Referido (base P.7 profundidad B P10B)																			
Total	1165	526	639	192	248	293	242	190	242	313	194	170	246	9	98	438	457	163	
Error muestral	2,87	4,27	3,88	7,07	6,22	5,73	6,30	7,11	6,30	5,54	7,04	7,52	6,25	32,6 7	9,90	4,68	4,58	7,68	
Entre 1 y 3 (score 1)	869 (72.3)	402 (75.2)	467 (69.7)	137 (68.8)	186 (71.8)	221 (76.7)	184 (69.1)	141 (72.8)	169 (65)	239 (42.2)	150 (78.7)	139 (78.5)	172 (69.7)	NE	70 (59.8)	327 (73.1)	347 (76.6)	120 (69.8)	
Entre 4 y 5 (score 2)	79 (8.6)	28 (5.5)	51 (11.3)	15 (9.5)	19 (10.2)	24 (7.6)	14 (11.5)	7 (3.4)	19 (9.8)	23 (12.9)	9 (3.8)	15 (10.2)	13 (4.4)	NE	6 (19.6)	28 (7)	32 (6.3)	13 (11.7)	
Más de 5 (score 3)	61	24	37	7	11	15	14	14	21	15	12	5 (3)	8	NE	8	21	21	10	

	(5.1)	(4.5)	(5.7)	(3.9)	(4.5)	(4.9)	(5.9)	(6)	(6.6)	(4.3)	(6.4)		(2.7)		(5.9)	(4.6)	(4.9)	(5.9)	
No lo recuerdo (score 0)	156 (14)	72 (14.8)	84 (13.3)	33 (17.7)	32 (13.5)	33 (10.8)	30 (13.5)	28 (17.8)	33 (15.6)	36 (10.5)	23 (11.1)	11 (8.4)	53 (23.3)	NE	14 (14.7)	62 (15.3)	57 (12.2)	20 (12.7)	
Score tipos de dietas milagro seguidas según experiencia referida (máx. 1)	0,35	0,34	0,35	0,33	0,35	0,36	0,35	0,35	0,37	0,35	0,35	0,36	0,30	NE	0,36	0,34	0,35	0,36	
P10. ¿Cuánto tiempo has mantenido la última dieta milagro que seguiste? (base P.7 - Si) P16																			
Personal (base P.7 profundidad A - P10A)																			
Total	487	161	326	71	106	133	105	72	116	124	74	71	102	2	36	194	204	51	
Error muestral	4,44	7,72	5,43	11,63	9,52	8,50	9,56	11,55	9,10	8,80	11,39	11,63	9,70	69,30	16,33	7,04	6,86	13,72	
1 semana (score 1)	66 (14.3)	13 (6.9)	53 (18.5)	18 (29.5)	15 (13)	15 (11.7)	12 (14.4)	6 (10.6)	13 (12.5)	17 (14.4)	7 (11.3)	12 (13.7)	17 (18.6)	NE	4 (18.6)	23 (12.1)	31 (14.4)	8 (18.1)	
15 días (score 1)	48 (7.7)	16 (6.9)	32 (8.2)	9 (10.5)	12 (11.1)	12 (7.9)	6 (3.5)	9 (8.5)	14 (7.8)	13 (11.2)	7 (7)	6 (6.2)	8 (5.6)	NE	4 (9.3)	16 (4.2)	22 (9.6)	6 (10.9)	
Un mes (score 1)	91 (17.8)	31 (20.8)	60 (16.1)	14 (23.1)	25 (25.7)	23 (15.9)	18 (15.9)	11 (11.4)	19 (14.1)	20 (17.4)	17 (20.1)	11 (17.1)	24 (21.1)	NE	10 (19.5)	36 (18.5)	36 (17.1)	9 (17.3)	

Tres meses (score 2)	100 (20.5)	37 (25.3)	63 (17.8)	16 (20.7)	23 (21.9)	31 (27)	16 (14.5)	14 (16.3)	20 (20.4)	31 (23.7)	16 (24.8)	15 (17.3)	18 (16.4)	NE	6 (24.6)	41 (20.3)	43 (20.8)	9 (17)
Cuatro meses (score 2)	47 (10.4)	15 (9.6)	32 (10.9)	7 (8.3)	6 (6.3)	17 (11)	11 (11.2)	6 (14.5)	14 (14.8)	12 (10.6)	5 (6)	9 (11.9)	7 (7.6)	NE	4 (8.9)	20 (12.6)	18 (9.2)	5 (9.7)
Seis meses (largo plazo, score 3)	43 (10.1)	22 (14.3)	21 (7.7)	1 (0.6)	6 (5.6)	10 (8.2)	19 (19.2)	7 (10.2)	8 (7.9)	10 (6.3)	11 (16.8)	8 (19.2)	6 (6)	NE	1 (0.4)	19 (10.6)	18 (11.2)	5 (11.8)
Más de seis meses (largo plazo, score 3)	62 (12.2)	20 (11.3)	42 (13.2)	2 (2.2)	11 (8.6)	20 (14.8)	15 (13.3)	14 (18.5)	16 (12.8)	17 (14.1)	9 (11.4)	8 (10.9)	12 (12.3)	NE	4 (7.1)	26 (14.3)	26 (12.8)	6 (10.2)
No lo recuerdo	30 (6.6)	7 (4.8)	23 (7.7)	4 (5.2)	8 (7.6)	5 (3.5)	8 (8)	5 (10)	12 (9.7)	4 (2.4)	2 (2.5)	2 (3.8)	10 (12.4)	NE	3 (11.6)	13 (7.5)	10 (4.8)	3 (5)
Score tiempo seguido según experiencia personal (máx. 1)	0,56	0,60	0,54	0,45	0,51	0,59	0,61	0,60	0,53	0,58	0,60	0,59	0,50	NE	0,49	0,57	0,56	0,55
Referido (base P.7 profundidad B P10B) diapositiva 45																		
Total	1165	526	639	192	248	293	242	190	242	313	194	170	246	9	98	438	457	163
Error muestral	2,87	4,27	3,88	7,07	6,22	5,73	6,30	7,11	6,30	5,54	7,04	7,52	6,25	32,6 7	9,90	4,68	4,58	7,68
1 semana (score 1)	72 (6)	20 (3.3)	52 (8.4)	23 (11.8)	11 (3.7)	19 (6.3)	13 (5.9)	6 (4.1)	14 (5.7)	22 (6.8)	6 (3.9)	11 (4.9)	19 (7.8)	NE	5 (8)	29 (5.6)	31 (6.8)	7 (4.1)

Esta obra está bajo una licencia de [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

)															
15 días (score 1)	79 (6.6)	35 (6.6)	44 (6.6)	21 (13.3)	17 (5.8)	21 (6.8)	10 (1.8)	10 (9.2)	17 (4.9)	26 (8.6)	12 (5.1)	14 (7.8)	10 (5.9)	NE	7 (5.6)	26 (7)	35 (6.8)	10 (5.5)	
Un mes (score 1)	228 (18.4)	110 (21.5)	118 (15.7)	36 (18.7)	60 (24.7)	52 (17.6)	41 (14.9)	39 (16.4)	43 (18.3)	56 (17)	46 (21.2)	34 (20.3)	49 (16.6)	NE	19 (14.2)	89 (19.9)	84 (16.9)	35 (21.7)	
Tres meses (score 2)	259 (22.7)	115 (23.8)	144 (21.8)	43 (20.3)	61 (25.3)	60 (23.3)	51 (21.7)	44 (21.7)	57 (23.7)	67 (23)	45 (27.4)	43 (24.6)	47 (16.7)	NE	23 (25)	87 (19.9)	102 (23.4)	43 (26.4)	
Cuatro meses (score 2)	100 (10.4)	41 (7.9)	59 (12.6)	18 (10.7)	18 (8.7)	26 (7.3)	24 (16.8)	14 (8.3)	28 (13.2)	23 (12.4)	15 (7.6)	15 (7.6)	19 (9.4)	NE	10 (21)	37 (8.8)	43 (10)	10 (8.9)	
Seis meses (score 3)	86 (7.5)	46 (8.3)	40 (6.8)	9 (3.3)	15 (6.8)	20 (6.9)	26 (8.7)	16 (11.1)	10 (3.2)	27 (7.2)	17 (7.4)	14 (10.2)	18 (10)	NE	5 (4.7)	31 (6.6)	37 (9.4)	13 (7)	
Más de seis meses (score 3)	139 (11.1)	65 (10.9)	74 (11.2)	13 (5.5)	26 (9.1)	45 (15.2)	32 (12.4)	23 (9.2)	32 (12.7)	38 (10.2)	23 (11.7)	19 (10.3)	27 (10.8)	NE	12 (7.2)	61 (12.6)	49 (11)	14 (7.4)	
No lo recuerdo	202 (17.2)	94 (17.7)	108 (16.9)	29 (16.4)	40 (15.9)	50 (16.5)	45 (17.8)	38 (20)	41 (18.3)	54 (14.7)	30 (15.7)	20 (14.2)	57 (22.7)	NE	17 (14.3)	78 (19.4)	76 (15.7)	31 (18.9)	
Score tiempo seguido según experiencia referida (máx. 1)	0,51	0,51	0,50	0,47	0,50	0,52	0,53	0,51	0,51	0,51	0,52	0,54	0,47	NE	0,50	0,51	0,51	0,49	

P11. ¿Has tomado algún producto especial que debías comprar a un comercial, en una herboristería, en la farmacia o por internet? (base P.7 - Si) P17																			
Personal (base P.7 profundidad A - P10A)																			
Total	487	161	326	71	106	133	105	72	116	124	74	71	102	2	36	194	204	51	
Error muestral	4,44	7,72	5,43	11,63	9,52	8,50	9,56	11,55	9,10	8,80	11,39	11,63	9,70	69,30	16,33	7,04	6,86	13,72	
Sí (score 1)	273 (55.9)	80 (48.7)	193 (60)	27 (32.2)	60 (55.4)	82 (62.8)	57 (50.7)	47 (68.1)	66 (57.5)	67 (56.4)	39 (49.9)	38 (45.6)	63 (64.4)	NE	25 (68)	109 (58.4)	114 (54.9)	24 (43)	
No (score 0)	200 (41)	78 (48.7)	122 (36.6)	40 (62.1)	43 (41.5)	47 (34.3)	45 (45.1)	25 (39.1)	46 (37.1)	51 (40.2)	34 (48.7)	33 (54.4)	36 (32.1)	NE	9 (25.9)	77 (36.4)	88 (44.4)	25 (53.7)	
No lo recuerdo (score 0)	14 (3.1)	3 (2.5)	11 (3.5)	4 (5.7)	3 (3.1)	4 (2.9)	3 (4.2)	0 (0)	4 (5.4)	6 (3.4)	1 (1.4)	0 (0)	3 (3.5)	NE	2 (6.2)	8 (5.2)	2 (0.7)	2 (3.3)	
Score	0,56	0,50	0,59	0,38	0,57	0,62	0,54	0,65	0,57	0,54	0,53	0,54	0,62	NE	0,69	0,56	0,56	0,47	
P11. ¿Has tomado algún producto especial que debías comprar a un comercial, en una herboristería, en la farmacia o por internet? (base P.7 - Si) P17																			
Referido (base P.7 profundidad B P10B)																			
Total	1165	526	639	192	248	293	242	190	242	313	194	170	246	9	98	438	457	163	
Error muestral	2,87	4,27	3,88	7,07	6,22	5,73	6,30	7,11	6,30	5,54	7,04	7,52	6,25	32,67	9,90	4,68	4,58	7,68	
Sí	723	304	419	100	156	186	153	128	147	204	114	106	152	NE	63	271	294	90	

		(62)	(57.2)	(66.2)	(51.5)	(62.4)	(63.6)	(65.1)	(62.8)	(60.6)	(67.5)	(60)	(57.4)	(61)		(64.9)	(62.9)	(63.5)	(54.6)
	No	312 (25.9)	147 (28.3)	165 (23.7)	75 (38)	73 (27.8)	67 (23.3)	56 (20.8)	41 (25.6)	72 (28.4)	79 (23.2)	54 (25.4)	44 (29.4)	63 (24.7)	NE	21 (21.1)	119 (24.5)	119 (26.1)	49 (30.5)
	No lo recuerdo	130 (12.1)	75 (14.4)	55 (10.1)	17 (10.5)	19 (9.8)	40 (13.1)	33 (14.2)	21 (11.6)	23 (11)	30 (9.3)	26 (14.7)	20 (12.8)	31 (14.3)	NE	14 (14)	48 (12.6)	44 (10.4)	24 (14.8)
	Score	0,62	0,58	0,66	0,52	0,63	0,63	0,63	0,67	0,61	0,65	0,59	0,62	0,62	NE	0,64	0,62	0,64	0,55

P11 - Profundidad. ¿Quién te lo prescribió? (base P11 - Si) P18																			
Personal (base P.11 Sí																			
	Total	273	80	193	27	60	82	57	47	66	67	39	38	63	1	25	109	114	24
	Error muestral	5,93	10,96	7,05	18,86	12,65	10,82	12,98	14,29	12,06	11,97	15,69	15,90	12,35	98,00	19,60	9,39	9,18	20,00
	Lo tomó por su cuenta	89 (29.5)	25 (30.4)	64 (29.1)	14 (53.1)	22 (38.5)	31 (36.1)	11 (16.3)	11 (18.1)	22 (27.7)	24 (32.9)	10 (28.2)	17 (41.1)	16 (23.7)	NE	5 (13.8)	32 (26.7)	45 (36.6)	6 (26)
	Un profesional sanitario privado	75 (29.8)	22 (23.8)	53 (32.6)	5 (27.7)	15 (25.9)	21 (26.6)	20 (32.7)	14 (36.4)	19 (25.7)	17 (25.7)	14 (33.6)	9 (27.4)	16 (27)	NE	9 (43.2)	31 (34.7)	28 (22.2)	7 (29.6)
	Un profesional sanitario público	14 (4.1)	4 (5.7)	10 (3.4)	2 (2.6)	8 (14.7)	3 (3.2)	0 (0)	1 (0.6)	4 (4)	5 (6.4)	2 (4.9)	0 (0)	3 (3.2)	NE	2 (3.6)	4 (3.1)	6 (4.9)	2 (5.1)

Esta obra está bajo una licencia de [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Un profesional no sanitario	94 (35)	23 (31.2)	71 (36.6)	28.5 7 (0)	17 (23.6)	33 (41.4)	19 (34.7)	18 (37.4)	18 (28.4)	23 (39.2)	15 (39.4)	16 (40.9)	22 (32.4)	NE	8 (37.9)	32 (24)	44 (43.9)	9 (34.9)
Otro	22 (8.5)	6 (9.8)	16 (7.9)	3 (8.8)	4 (5.3)	4 (4.9)	5 (12.8)	6 (12.5)	6 (6.9)	4 (5.5)	2 (4.4)	1 (4.6)	9 (16.6)	NE	2 (4.2)	10 (12.1)	9 (6.7)	1 (6.3)
No lo recuerdo	5 (1.8)	2 (2.6)	3 (1.4)	0 (0)	0 (0)	2 (2.4)	2 (3.5)	1 (1.1)	1.32 (0)	1 (3)	0 (0)	0 (0)	2 (3)	NE	0 (0)	4 (3.7)	0 (0)	1 (4.7)
P11 - Profundidad. ¿Quién te lo prescribió? (base P11 - Si) P18																		
Referido (base P.11 si																		
Total	723	304	419	100	156	186	153	128	147	204	114	106	152	5	63	271	294	90
Error muestral	3,64	5,62	4,79	9,80	7,85	7,19	7,92	8,66	8,08	6,86	9,18	9,52	7,95	43,8 3	12,3 5	5,95	5,72	10,3 3
Lo tomó por su cuenta	246 (33)	111 (37.7)	135 (29.5)	35 (37.7)	57 (35.3)	59 (31.9)	55 (31.4)	40 (31.4)	53 (32.1)	76 (35.6)	34 (29.2)	37 (38)	46 (29.7)	NE	18 (21.8)	100 (38.5)	107 (34.9)	20 (23.1)
Un profesional sanitario privado	137 (18.3)	52 (14.5)	85 (21.2)	23 (22.6)	28 (19.2)	32 (16.2)	28 (13.7)	26 (24.8)	28 (20.9)	32 (12.1)	25 (20.6)	23 (19)	29 (22.)	NE	13 (17.5)	39 (14.6)	63 (20.4)	22 (23.8)
Un profesional sanitario público	19 (2.2)	7 (2.8)	12 (1.9)	7 (6.9)	5 (3.1)	3 (1.4)	3 (1.3)	1 (0.9)	7 (2.9)	8 (4)	1 (0.9)	0 (0)	3 (1.6)	NE	3 (3.5)	8 (3.2)	6 (1.5)	2 (1.2)
Un profesional no sanitario	285 (41.9)	124 (44.8)	161 (39.6)	32 (35.9)	68 (44.9)	89 (48.8)	47 (38.9)	49 (34.6)	47 (33.8)	82 (48.3)	54 (49)	47 (43.7)	55 (33.3)	NE	27 (55.5)	99 (34.7)	108 (40)	49 (57.7)

Esta obra está bajo una licencia de [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Otro	41 (5.8)	14 (4.3)	27 (6.9)	5 (4.3)	8 (3.8)	9 (4.5)	10 (8.4)	9 (7.5)	12 (8.3)	13 (5.1)	2 (1.5)	1 (1.4)	13 (10.5)	NE	2 (3)	20 (8.7)	13 (3.8)	4 (4.4)
No lo recuerdo	45 (5.7)	14 (4)	31 (7)	5 (4.6)	6 (2.9)	11 (6.1)	12 (7.8)	11 (6)	8 (5.6)	11 (5)	4 (2.6)	5 (3.9)	17 (10.2)	NE	3 (2.8)	18 (6.4)	18 (5.4)	5 (4.6)
P11 - Profundidad. ¿Dónde lo adquirió? (base P11 - Si) P19																		
Personal (base P11si -)																		
Total	273	80	193	27	60	82	57	47	66	67	39	38	63	1	25	109	114	24
Error muestral	5,93	10,9 6	7,05	18,8 6	12,6 5	10,8 2	12,98	14,2 9	12,0 6	11,9 7	15,6 9	15,9 0	12,3 5	98,0 0	19,6 0	9,39	9,18	20,0 0
En una herboristería	144 (52.2)	41 (47.1)	103 (54.5)	9 (38.4)	34 (53.3)	47 (54.2)	28 (48.5)	26 (56.4)	38 (58.9)	41 (62.2)	20 (48.6)	17 (51.6)	28 (38.6)	NE	10 (26.9)	59 (56.1)	62 (55.8)	12 (48.2)
En una farmacia	80 (30.1)	20 (28.4)	60 (30.8)	8 (23.6)	15 (25.3)	34 (44.8)	11 (21.2)	12 (22.2)	21 (34.7)	16 (20.8)	10 (25.4)	10 (21.3)	23 (40.5)	NE	11 (62.8)	37 (32.8)	25 (20.9)	7 (22.8)
En internet	53 (20.4)	13 (19.1)	40 (21.1)	10 (50.6)	15 (29.4)	16 (20.2)	8 (15.5)	4 (8.5)	11 (15)	15 (25.6)	11 (29.1)	5 (13)	11 (19.8)	NE	3 (9.6)	19 (19.8)	25 (21.4)	6 (32.5)
En un gimnasio	10 (3.7)	4 (6)	6 (2.6)	2 (14.3)	5 (9)	1 (1.5)	2 (2.8)	0 (0)	2 (3.2)	3 (4.8)	2 (5.4)	2 (4.2)	1 (2.1)	NE	0 (0)	8 (7.5)	1 (0.9)	1 (5.7)
En una consulta de	36	11	25	2	7	12	10	5	7	9	7	5	8	NE	4	11	16	5

un profesional sanitario	(15.4)	(17.3)	(14.5)	(19.1)	(14.3)	(14.9)	(18)	(13)	(9.2)	(18.2)	(17.6)	(16.5)	(17.2)		(27.4)	(11.1)	(14.8)	(22.2)
Me / Se lo vendieron en casa	14 (3.5)	4 (3.2)	10 (3.6)	1 (1.8)	3 (3.6)	5 (4.3)	1 (2)	4 (4.4)	4 (4.7)	1 (1.1)	5 (5.5)	1 (4.6)	3 (3)	NE	2 (3.4)	5 (3)	6 (3.4)	1 (6.3)
Otro	15 (5.7)	5 (5.2)	10 (5.9)	2 (2.3)	4 (5.1)	2 (2.1)	4 (7.7)	3 (11.3)	3 (4.4)	2 (2.6)	1 (7.1)	3 (5.1)	6 (9.3)	NE	1 (0)	6 (0)	6 (1.1)	2 (0)
No lo recuerdo	1 (0.1)	1 (1.4)	0 (0)	1 (7.5)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	1 (1.7)	NE	0 (0)	0 (0)	1 (1.1)	0 (0)
P11 - Profundidad. ¿Dónde lo adquirió? (base P11 - Si) P19																		
Referido (base P.11 si)																		
Total	723	304	419	100	156	186	153	128	147	204	114	106	152	5	63	271	294	90
Error muestral	3,64	5,62	4,79	9,80	7,85	7,19	7,92	8,66	8,08	6,86	9,18	9,52	7,95	43,8 3	12,3 5	5,95	5,72	10,3 3
En una herboristería	416 (59.3)	188 (63.2)	228 (56.3)	49 (52.2)	93 (62.2)	112 (57.7)	94 (69.5)	68 (47.4)	87 (58.4)	123 (67.9)	67 (56.4)	61 (59.4)	78 (49.7)	NE	30 (57.9)	159 (60.1)	166 (58)	60 (65.1)
En una farmacia	112 (15.2)	34 (10.)	918. 4	20 (15.5)	20 (14.6)	33 (19.4)	20 (10.6)	19 (15.5)	31 (27)	21 (8.3)	16 (14.5)	14 (10)	30 (18.7)	NE	15 (27.7)	38 (12.6)	42 (13)	17 (20.1)
En internet	125 (15.6)	47 (15.3)	78 (15.8)	23 (22.3)	31 (18.8)	34 (18.3)	19 (9.3)	18 (12.3)	29 (16.7)	38 (16.6)	19 (15.1)	14 (11.5)	25 (16.3)	NE	9 (9.4)	53 (18.6)	46 (13.1)	16 (20.1)
En un gimnasio	19	8	11	4	7	4	3 (1.8)	1	4	9	3	1	2	NE	2	10	4	3

		(2.6)	(3.1)	(2.2)	(6.2)	(4.4)	(1.9)		(0.2)	(1.9)	(4.6)	(2.4)	(0.3)	(1.9)		(1.5)	(3.6)	(1.7)	(3.5)
En una consulta de un profesional sanitario	58 (6.3)	21 (7.7)	37 (10.4)	4 (6.1)	8 (8.1)	20 (9.3)	16 (8.9)	10 (13.4)	5 (3.7)	14 (6.1)	9 (7.3)	13 (15.2)	17 (16.3)	NE	4 (6.2)	21 (8.5)	24 (10.1)	9 (11.8)	
Me / Se lo vendieron en casa	58 (8.3)	25 (9)	33 (7.7)	7 (9.1)	14 (10.6)	19 (11.1)	6 (3.7)	12 (6.9)	9 (5.6)	20 (10.8)	15 (13.4)	4 (5.2)	10 (5.3)	NE	5 (3.6)	21 (6.8)	27 (11.4)	4 (5.8)	
Otro	26 (4.5)	11 (3.8)	15 (5)	5 (2.5)	4 (5.5)	3 (1.4)	6 (3.4)	8 (11.2)	3 (5)	3 (0.9)	5 (6.8)	6 (7.7)	9 (5.3)	NE	2 (1)	11 (4.1)	11 (4.9)	2 (7.1)	
No lo recuerdo	39 (5.2)	14 (4.7)	25 (5.6)	8 (7.9)	12 (7.1)	9 (4.9)	5 (3.7)	5 (3.8)	4 (3.6)	16 (7.2)	3 (2.6)	5 (4.1)	11 (6.5)	NE	2 (2.6)	10 (3.5)	20 (6)	5 (5.7)	
P12. ¿Obtuviste los resultados prometidos? (base P.7 - Si) P20																			
Personal (base P.7 profundidad A - P10A)																			
Total	487	161	326	71	106	133	105	72	116	124	74	71	102	2	36	194	204	51	
Error muestral	4,44	7,72	5,43	11,63	9,52	8,50	9,56	11,55	9,10	8,80	11,39	11,63	9,70	69,30	16,33	7,04	6,86	13,72	
Si (largo plazo) (score 1)	62 (13.2)	23 (15.6)	39 (11.8)	7 (8.3)	13 (11.1)	15 (12.7)	17 (14.9)	10 (16.9)	13 (11)	17 (13.9)	9 (16.6)	14 (19.4)	9 (8.5)	NE	3 (7.7)	23 (10.6)	28 (15.2)	8 (18.2)	
Si (corto plazo) (score 1)	270 (57)	96 (59.4)	174 (55.7)	29 (43.5)	57 (55.8)	89 (66)	60 (57.5)	35 (49.7)	61 (54.7)	68 (55.9)	46 (59.6)	38 (58.2)	57 (58.2)	NE	22 (60.2)	104 (56.7)	116 (58.2)	27 (51.5)	
No (score -1)	139	37	102	33	30	26	25	25	37	38	17	18	29	NE	9	58	56	15	

	(26.2)	(21.1)	(29.1)	(44.6)	(26.7)	(18.9)	(24.7)	(29.7)	(29.8)	(30.2)	(20.9)	(21)	(25.1)		(25.9)	(27)	(24.6)	(28.6)	
No recuerdo (score 0)	16 (3.6)	5 (4)	11 (3.4)	2 (3.6)	6 (6.3)	3 (2.4)	3 (2.9)	2 (3.7)	5 (4.5)	1 (0.1)	2 (2.8)	1 (1.4)	7 (8.2)	NE	2 (6.2)	9 (5.7)	4 (1.8)	1 (1.6)	
Score	0,40	0,51	0,34	0,04	0,38	0,59	0,50	0,28	0,32	0,38	0,51	0,48	0,36	NE	0,44	0,36	0,43	0,39	
P12. ¿Obtuviste los resultados prometidos? (base P.7 - Si) P20																			
Referido (base P.7 profundidad B P10B)																			
Total	1165	526	639	192	248	293	242	190	242	313	194	170	246	9	98	438	457	163	
Error muestral	2,87	4,27	3,88	7,07	6,22	5,73	6,30	7,11	6,30	5,54	7,04	7,52	6,25	32,6 7	9,90	4,68	4,58	7,68	
Si (largo plazo)	98 (7.8)	47 (8.9)	51 (6.9)	17 (7.4)	23 (7.9)	21 (7.5)	22 (7.6)	15 (8.7)	25 (9.2)	25 (7.1)	16 (9)	17 (8.6)	15 (6)	NE	5 (5.4)	46 (9.2)	34 (7.2)	12 (7.6)	
Si (corto plazo)	692 (60.1)	312 (59)	380 (61.1)	97 (51)	148 (62.3)	192 (64.4)	156 (61)	99 (56.4)	129 (55.9)	191 (58.5)	117 (59.5)	106 (64.7)	149 (63.3)	NE	56 (50.9)	254 (58.7)	278 (63.4)	101 (62.9)	
No	337 (29)	154 (29.3)	183 (28.8)	67 (35.6)	66 (25.6)	73 (25.6)	58 (29.2)	73 (33.5)	79 (30.9)	91 (33.2)	53 (27.4)	43 (24.4)	71 (26.3)	NE	31 (39.7)	126 (29.7)	133 (26.9)	43 (25.1)	
No recuerdo	38 (3.1)	13 (2.8)	25 (3.2)	11 (5.9)	11 (4.2)	7 (2.5)	6 (2.2)	3 (1.5)	9 (4)	6 (1.2)	8 (4.1)	4 (2.2)	11 (4.5)	NE	6 (4.1)	12 (2.4)	12 (2.5)	7 (4.4)	
Score	0,39	0,39	0,39	0,24	0,42	0,48	0,50	0,22	0,31	0,40	0,41	0,47	0,38	NE	0,31	0,40	0,39	0,43	
P13. ¿Has sufrido o percibido algún efecto negativo? (base P.7 - Si) P21																			

Personal (base P.7 profundidad A - P10A)																			
Total	487	161	326	71	106	133	105	72	116	124	74	71	102	2	36	194	204	51	
Error muestral	4,44	7,72	5,43	11,6 3	9,52	8,50	9,56	11,5 5	9,10	8,80	11,3 9	11,63	9,70	69,3 0	16,3 3	7,04	6,86	13,72	
Sí (score 1)	164 (33.2)	45 (26.6)	119 (36.9)	22 (26.9)	45 (43. 7)	56 (40. 7)	26 (26)	15 (22.2)	45 (36.9)	49 (37.4)	24 (30)	16 (23.8)	30 (32.9)	NE	15 (35)	66 (37.2)	63 (28.1)	19 (37.2)	
No (score 0)	287 (59)	102 (64.2)	185 (56.1)	41 (57.4)	53 (47. 4)	69 (53)	69 (65.1)	55 (75.9)	62 (56.8)	70 (59.4)	46 (63.8)	48 (63.9)	61 (54.7)	NE	19 (60.6)	111 (52.9)	126 (64.7)	30 (57)	
No lo recuerdo	36 (7.8)	14 (9.1)	22 (7)	8 (15.6)	8 (8.9)	8 (6.3)	10 (9)	2 (1.9)	9 (6.3)	5 (3.2)	4 (6.3)	7 (12.3)	11 (12.4)	NE	2 (4.4)	17 (10)	15 (7.2)	2 (5.8)	
Score	0,34	0,28	0,37	0,31	0,42	0,42	0,25	0,21	0,39	0,40	0,32	0,23	0,29	NE	0,42	0,34	0,31	0,37	

P13. ¿Has sufrido o percibido algún efecto negativo? (base P.7 - Si) P21																			
Referido (base P.7 profundidad B P10B)																			
Total	1165	526	639	192	248	293	242	190	242	313	194	170	246	9	98	438	457	163	
Error muestral	2,87	4,27	3,88	7,07	6,22	5,73	6,30	7,11	6,30	5,54	7,04	7,52	6,25	32,6 7	9,90	4,68	4,58	7,68	
Sí (score 1)	416	162	254	66	99	111	75	65	89	129	65	49	84	NE	31	153	168	61	

		(34.7)	(30.2)	(28.6)	(32.7)	(41.2)	(36.4)	(30.2)	(32)	(35.2)	(39.5)	(31.7)	(31)	(32.7)		(27)	(32.9)	(36.2)	(40.6)
	No (score 0)	495 (43.2)	239 (45.7)	256 (41)	79 (40)	97 (38)	113 (39.6)	120 (51.4)	86 (46.3)	96 (41.1)	120 (42.7)	94 (47)	86 (46.4)	99 (40.7)	NE	43 (53.2)	185 (40.8)	202 (46.6)	62 (33.8)
	No lo recuerdo	254 (22.1)	125 (24.1)	129 (20.4)	47 (27.3)	52 (20.8)	69 (24.1)	47 (18.4)	39 (21.7)	57 (23.6)	17.8 (64.0)	35 (21.3)	35 (22.5)	63 (26.6)	NE	24 (19.8)	26.31 (00.0)	87 (17.2)	40 (25.6)
	Score	0,36	0,31	0,40	0,34	0,40	0,38	0,31	0,34	0,37	0,41	0,34	0,29	0,34	0,33	0,32	0,35	0,37	0,37
P13. - Profundidad - ¿Cuál fue el grado de ese efecto negativo? (base P. 13 - Sí) P22																			
Personal (base p13 sí)																			
	Total	164	45	119	22	45	56	26	15	45	49	24	16	30	1	15	66	63	19
	Error muestral	7,65	14,6 1	8,98	20,8 9	14,6 1	13,1 0	19,22	25,3 0	14,6 1	14,0 0	20,0 0	24,5 0	17,8 9	98,0 0	25,3 0	12,0 6	12,3 5	22,4 8
	Leve/ transitorio	125 (73.5)	31 (65.7)	94 (76.7)	16 (59.6)	35 (74.8)	44 (77.8)	19 (71)	11 (71.6)	36 (78.4)	33 (63.5)	21 (86.1)	11 (66.7)	24 (74.7)	NE	10 (63)	52 (75.4)	48 (73.1)	14 (74.9)
	Grave pero transitorio	25 (19.3)	10 (28.8)	15 (15.4)	2 (22.6)	8 (20.3)	8 (14.2)	3 (21)	4 (28.4)	3 (10.9)	10 (25.2)	3 (13.9)	3 (20.2)	6 (25.3)	NE	3 (28.7)	10 (19.2)	9 (18.4)	3 (16)
	Grave y ha dejado secuelas	14 (7.2)	4 (5.4)	10 (8)	4 (17.8)	2 (4.9)	4 (8)	4 (8)	0 (0)	6 (10.7)	6 (11.2)	0 (0)	2 (13.2)	0 (0)	NE	2 (8.3)	4 (5.4)	6 (8.5)	2 (9.1)

P13. - Profundidad - ¿Cuál fue el grado de ese efecto negativo? (base P. 13 - Si) P22																			
Referido (base P13Si)																			
Total	416	162	254	66	99	111	75	65	89	129	65	49	84	3	31	153	168	61	
Error muestral	4,80	7,70	6,15	12,06	9,85	9,30	11,32	12,16	10,39	8,63	12,16	14,00	10,69	56,58	17,60	7,92	7,56	12,55	
Leve/ transitorio	323 (76.6)	130 (79.7)	193 (74.5)	46 (71)	80 (76.8)	87 (77)	61 (81.9)	49 (72.6)	67 (70.7)	93 (73.2)	58 (90.4)	42 (89.9)	63 (68.8)	NE	70.3	118 (78.9)	131 (78.3)	49 (69.9)	
Grave pero transitorio	69 (17.4)	24 (15.3)	45 (18.8)	18 (27.8)	14 (17.6)	18 (17.7)	8 (10.2)	11 (17.7)	14 (22)	27 (19.6)	7 (9.6)	4 (5.6)	17 (23.1)	NE	9 (29.7)	25 (14.9)	26 (14.2)	9 (24.9)	
Grave y ha dejado secuelas	24 (6)	8 (5)	16 (6.7)	2 (1.2)	5 (5.5)	6 (5.3)	6 (7.8)	5 (9.7)	8 (7.3)	9 (7.2)	0 (0)	3 (4.5)	4 (8.1)	NE	0 (0)	10 (6.2)	11 (7.5)	3 (5.1)	
SCORE GENERAL MÓDULO DE PRÁCTICAS																			
SCORE (media; DE)	0,41 (0.14)	0,39 (0.16)	0,43 (0.13)	0,31 (0.15)	0,42 (0.12)	0,48 (0.15)	0,42 (0.16)	0,39 (0.20)	0,40 (0.12)	0,43 (0.13)	0,43 (0.15)	0,42 (0.16)	0,39 (0.15)	NE	0,43 (0.16)	0,41 (0.14)	0,42 (0.14)	0,40 (0.13)	
MÓDULO DE ACTITUDES																			
P14. En relación con los problemas de salud, ¿crees que las dietas milagro son...? P23																			
	Total n (%)	Hom bre	Muje r	18-25	26-35	36-45	46-55	56-65	Hast a 1500	1501 €-2500	2501 €-3500	>3500€	NC	Sin	1º	2º	Univ ersit arios	Post grad o	

										€	€	€				ciclo	ciclo		
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318	
Error muestral	1,92	2,72	2,71	4,90	4,38	3,99	4,00	4,38	4,16	3,79	4,82	5,30	3,91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50	
Una solución (POSITIVA, score 1)	83 (3.4)	44 (4.0)	39 (2.7)	27 (6.7)	18 (4.2)	17 (2.7)	15 (2.3)	6 (2.6)	28 (4,8)	23 (3,3)	6 (1,6)	10 (4,1)	16 (2,8)	NE	12 (4,9)	32 (3)	25 (2,6)	11 (4,7)	
Ni una solución ni un problema (NEUTRA, score 0)	604 (23.0)	341 (26.2)	263 (19.8)	93 (24.2)	104 (20.8)	138 (22.8)	148 (23.6)	121 (23.6)	142 (25,5)	157 (22,9)	80 (20)	73 (20,4)	152 (24,1)	NE	66 (24,5)	259 (25,7)	217 (21,2)	54 (17,4)	
Un problema (no son una solución) (NEGATIVA, score -1)	1917 (73.7)	915 (69.8)	1002 (77.6)	280 (69.0)	379 (75.0)	447 (74.5)	438 (74.1)	373 (73.8)	384 (69,6)	488 (73,8)	327 (78,5)	259 (75,5)	459 (73,1)	NE	167 (70,6)	717 (71,3)	772 (76,2)	253 (78)	
Score	-0,70	-0,67	-0,74	-0,63	0,72	0,71	-0,70	-0,73	-0,64	-0,70	-0,78	-0,73	-0,71	NE	-0,63	-0,68	-0,74	-0,76	
P15. ¿Con qué probabilidad crees que llegarías a hacer una dieta milagro? P24																			
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318	
Error muestral	1,92	2,72	2,71	4,90	4,38	3,99	4,00	4,38	4,16	3,79	4,82	5,30	3,91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50	
Entre mucha y bastante probabilidad (POSITIVA)	87 (3.5)	32 (2.9)	55 (4.1)	19 (5.8)	22 (4.4)	20 (3.2)	19 (3.2)	7 (1.8)	19 (3,7)	22 (3,3)	10 (2,3)	19 (6,7)	17 (2,5)	NE	4 (1,6)	33 (3,4)	41 (3,9)	8 (3,7)	
No es ni probable ni	394	172	222	81	88	95	85	45	110	100	47	45	92	NE	49	163	135	44	

improbable (NEUTRA)	(14.5)	(14.0)	(14.9)	(20.2)	(16.4)	(15.8)	(12.9)	(9.4)	(17,9)	(13,3)	(9,8)	(13,3)	(16,2)		(18,3)	(14,5)	(13,4)	(14,6)
Poca o ninguna probabilidad (NEGATIVA)	2123 (82.1)	1096 (83.1)	1027 (81.1)	300 (74.0)	391 (79.2)	487 (81.0)	497 (83.8)	448 (88.9)	425 (78,4)	546 (83,4)	356 (87,9)	278 (80)	518 (81,3)	NE	192 (80,1)	192 (82,1)	838 (82,7)	266 (81,7)
Score	-0,78	-0,82	-0,75	-0,70	0,74	0,78	-0,80	-0,88	-0,73	-0,78	-0,84	-0,76	-0,80	NE	-0,77	-0,77	-0,79	-0,81
P16. ¿Crees que seguir una dieta milagro es...? P25																		
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318
Error muestral	1,92	2,72	2,71	4,90	4,38	3,99	4,00	4,38	4,16	3,79	4,82	5,30	3,91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50
Bastante o muy beneficioso (POSITIVO)	51 (2.1)	31 (2.7)	20 (1.4)	19 (5.6)	9 (2.1)	8 (1.2)	9 (1.1)	6 (2.0)	15 (3)	20 (3,2)	3 (0,9)	8 (2)	5 (0,8)	NE	5 (2)	21 (2,2)	20 (2,2)	4 (1,3)
Ni beneficioso, ni peligroso (NEUTRO)	492 (19.3)	261 (21.4)	231 (17.3)	82 (19.3)	87 (19.3)	111 (19.2)	118 (18.9)	94 (20.1)	126 (23,4)	113 (17,1)	72 (16,5)	63 (19,8)	118 (19,6)	NE	61 (23)	209 (21,1)	168 (16,9)	49 (17,3)
Bastante o muy peligroso (NEGATIVO)	2061 (78.6)	1008 (76.0)	1053 (81.3)	299 (75.1)	405 (78.6)	483 (79.5)	474 (80.0)	400 (77.9)	413 (73,6)	535 (79,7)	338 (82,6)	271 (78,2)	504 (79,6)	NE	179 (74,9)	778 (76,7)	826 (80,9)	265 (81,4)
Score	-0,77	-0,75	-0,79	-0,70	0,79	0,79	-0,77	-0,79	-0,72	-0,77	-0,81	-0,77	-0,80	NE	-0,71	-0,75	-0,79	-0,82
P17. ¿Crees que seguir una dieta milagro sería más o menos difícil, que realizar una dieta a partir de los consejos recibidos en tu centro de salud? P26																		

Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318	
Error muestral	1,92	2,72	2,71	4,90	4,38	3,99	4,00	4,38	4,16	3,79	4,82	5,30	3,91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50	
Bastante o mucho más fácil (POSITIVO)	709 (26.6)	355 (26.7)	354 (26.4)	112 (30.0)	146 (27.5)	158 (27.0)	168 (26.0)	125 (23.8)	135 (25,8)	187 (26,9)	118 (27,3)	119 (35,4)	150 (21,7)	NE	51 (19,6)	282 (27,5)	272 (26,3)	100 (30,1)	
Ni más fácil ni más difícil (NEUTRO)	1256 (49.7)	646 (50.7)	610 (48.8)	167 (43.8)	241 (48.1)	286 (47.8)	298 (52.8)	264 (53.6)	265 (49,1)	322 (50)	192 (47,5)	166 (49,3)	311 (51,7)	NE	134 (58)	472 (48,4)	489 (50,2)	151 (45,7)	
Bastante o mucho más difícil (NEGATIVO)	639 (23.7)	299 (22.6)	340 (24.8)	121 (26.3)	114 (24.4)	158 (25.2)	135 (21.3)	111 (22.6)	154 (25,2)	159 (23,1)	103 (25,3)	57 (15,3)	166 (26,6)	NE	60 (22,4)	254 (24,1)	253 (23,6)	67 (24,2)	
Score	0,03	0,04	0,01	-0,02	0,06	0,00	0,05	0,03	-0,03	0,04	0,04	0,18	-0,03	NE	-0,04	0,03	0,02	0,10	
P18. Si tienes o tuvieras una enfermedad, ¿crees que serías capaz de hacer los cambios necesarios para recuperar tu salud? P27																			
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318	
Error muestral	1,92	2,72	2,71	4,90	4,38	3,99	4,00	4,38	4,16	3,79	4,82	5,30	3,91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50	
Bastante o muy capaz (POSITIVA)	2056 (80.0)	1025 (78.9)	1031 (81.2)	298 (76.7)	370 (74.7)	462 (76.4)	495 (84.6)	431 (86.0)	409 (75,1)	534 (80,9)	334 (81,9)	289 (84)	493 (80,1)	NE	189 (79,7)	800 (80,8)	808 (80,7)	247 (77,4)	
Ni capaz, ni incapaz (NEUTRA)	355 (13.1)	189 (14.7)	166 (11.5)	73 (17.8)	84 (17.6)	85 (14.3)	65 (9.4)	48 (9.1)	95 (16,5)	78 (11,8)	52 (12,9)	34 (10)	96 (13,2)	NE	39 (13,3)	132 (12,4)	135 (12,5)	42 (15,1)	

Bastante o muy incapaz (NEGATIVA)	193 (6.9)	86 (6.4)	107 (7.4)	29 (5.6)	47 (7.8)	55 (9.3)	41 (6.0)	21 (4.9)	50 (8.5)	56 (7.3)	27 (5.1)	22 (6)	38 (6.7)	NE	17 (7)	17 (6.8)	71 (6.8)	28 (7.5)	
Score P18	0,72	0,72	0,71	0,67	0,64	0,68	0,76	0,82	0,65	0,72	0,74	0,77	0,73	NE	0,70	0,72	0,73	0,69	
P19. ¿Cuál es tu disposición a seguir una dieta milagro? P28																			
Total	2604	1300	1304	400	501	602	601	500	554	668	413	342	627	19	245	1008	1014	318	
Error muestral	1,92	2,72	2,71	4,90	4,38	3,99	4,00	4,38	4,16	3,79	4,82	5,30	3,91	22,48	6,26	3,09	3,08	5,50	
No pienso en ello (PRECONTEMPLACIÓN) (score 1)	2379 (91.1)	1198 (91.0)	1181 (91.2)	353 (86.8)	454 (90.5)	539 (89.5)	556 (92.3)	477 (94.7)	501 (89.5)	598 (90.1)	386 (93.5)	303 (88.4)	591 (93.4)	NE	224 (91.9)	918 (91.1)	925 (90.9)	296 (91.4)	
Últimamente estoy pensando en ello (CONTEMPLACIÓN) (score -1)	129 (5.0)	55 (4.5)	74 (5.4)	28 (6.3)	28 (6.0)	30 (4.7)	31 (5.8)	12 (2.6)	33 (5.8)	38 (5.7)	15 (3)	26 (8.3)	17 (2.9)	NE	10 (3)	55 (5.3)	48 (4.8)	14 (6.2)	
Planeo hacerlo en los próximos 6 meses (PREPARACIÓN) (score -2)	44 (1.7)	20 (1.7)	24 (1.7)	6 (2.5)	10 (1.6)	17 (2.6)	5 (0.6)	6 (1.4)	8 (1.2)	15 (1.9)	4 (1.1)	8 (2)	9 (2)	NE	4 (1.6)	14 (1.4)	24 (2.4)	1 (0.1)	
Definitivamente empezaré en breve (ACCIÓN) (score -3)	25 (1.1)	13 (1.6)	12 (0.7)	8 (2.3)	5 (1.1)	6 (1.8)	2 (0.1)	4 (1.0)	3 (1.6)	11 (1.4)	3 (0.8)	3 (0.7)	5 (0.9)	NE	1 (0.5)	11 (1.3)	10 (1.2)	3 (1)	
Actualmente estoy haciendo una dieta milagro	27 (1.1)	14 (1.2)	13 (1.0)	5 (2.1)	4 (0.8)	10 (1.5)	7 (1.1)	1 (0.4)	9 (1.9)	6 (0.8)	5 (1.6)	2 (0.6)	5 (0.8)	NE	6 (3)	10 (1)	7 (0.7)	4 (1.4)	

Esta obra está bajo una licencia de [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

(MANTENIMIENTO) (score -4)																			
Score (máx. 1)	0,76	0,78	0,74	0,67	0,75	0,69	0,80	0,87	0,73	0,71	0,81	0,71	0,83	NE	0,73	0,76	0,76	0,80	
SCORE GENERAL MÓDULO DE ACTITUDES																			
SCORE (media; DE)	-0,12 (0.73)	-0,12 (0.74)	-0,14 (0.73)	-0,12 (0.66)	0,13 (0.72)	0,15 (0.71)	-0,11 (0.76)	-0,11 (0.81)	-0,12 (0.68)	-0,13 (0.72)	-0,14 (0.78)	-0,10 (0.74)	-0,13 (0.76)	NE	-0,12 (0.70)	-0,12 (0.73)	-0,14 (0.75)	-0,13 (0.76)	

¹ 5 respuestas no excluyentes

² NE. No estimado por error muestral elevado.