



# DESAYUNOS

6 de octubre de 2016

# ÍNDICE

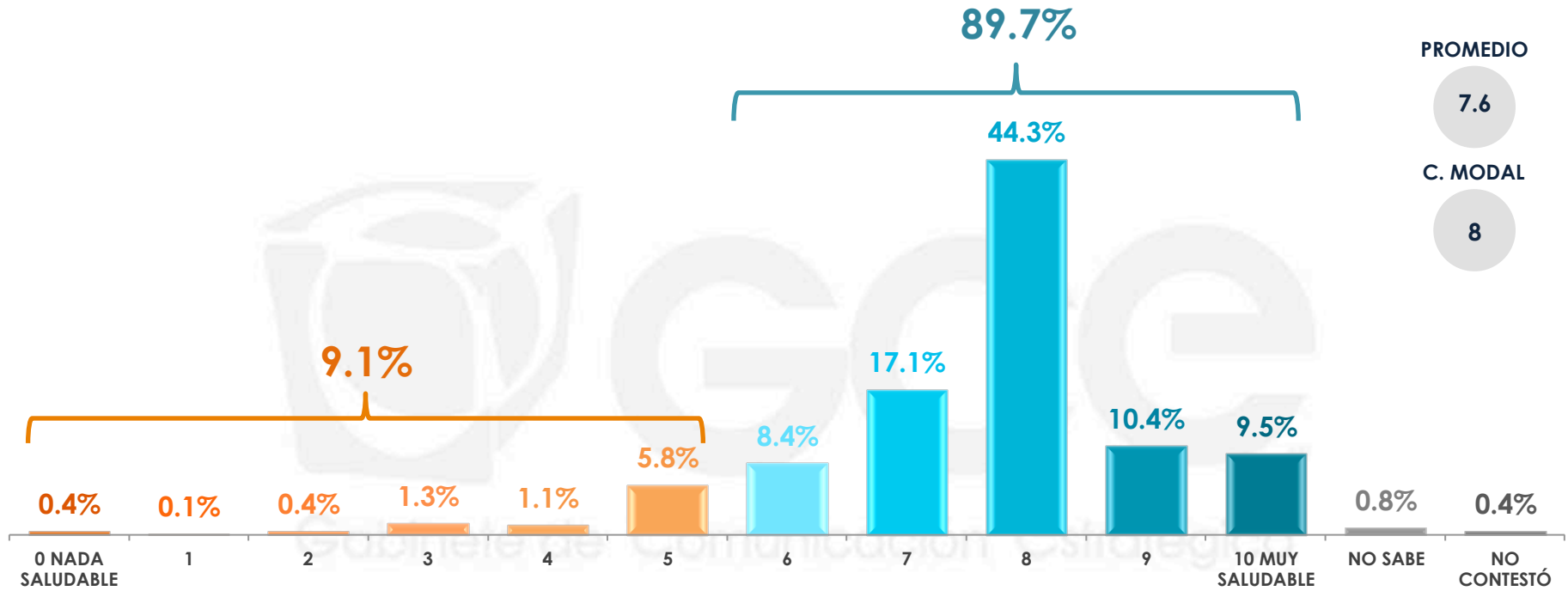
ALIMENTACIÓN DIARIA .....	<b>3</b>
IMPORTANCIA DEL DESAYUNO .....	<b>6</b>
PROBLEMAS A LA SALUD POR NO DESAYUNAR .....	<b>12</b>
LO QUE ACOSTUMBRAN DESAYUNAR LOS MEXICANOS .....	<b>16</b>

# 1

## ALIMENTACIÓN DIARIA

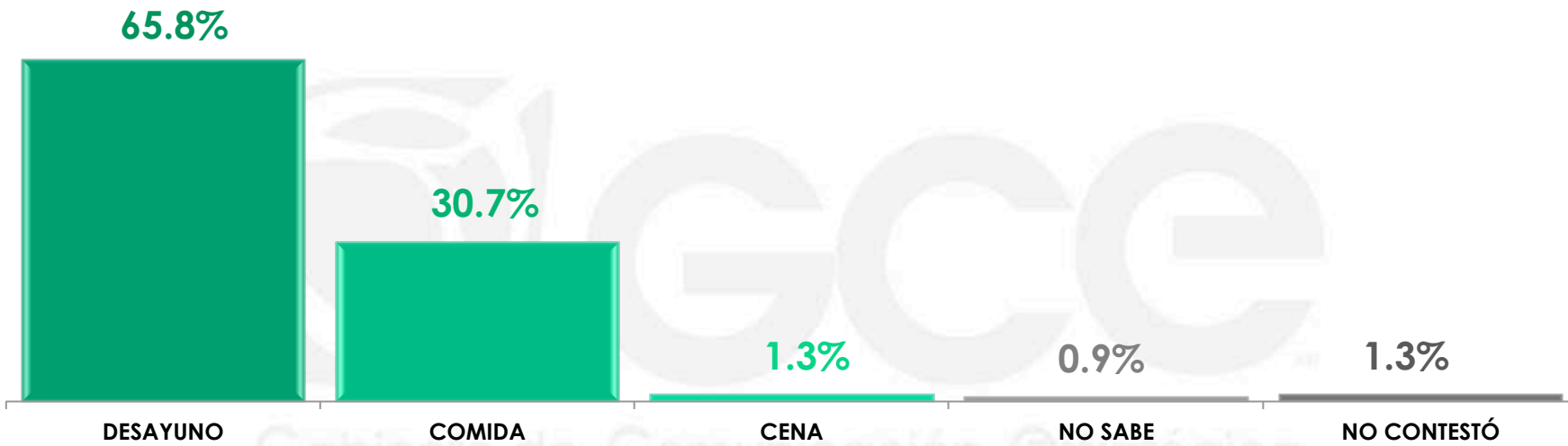
---

En una escala del 0 al 10, donde 0 es nada saludable y 10 muy saludable, ¿qué calificación le daría a su alimentación diaria?



Sexo	0 NADA SALUDABLE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10 MUY SALUDABLE	NO SABE	NO CONTESTÓ	PROMEDIO	MODA
MASCULINO	0.0%	0.0%	0.0%	1.7%	0.7%	5.4%	9.7%	17.8%	43.0%	12.5%	8.2%	0.6%	0.4%	7.6	8
FEMENINO	0.8%	0.2%	0.7%	1.0%	1.5%	6.2%	7.2%	16.5%	45.6%	8.6%	10.8%	0.9%	0.0%	7.6	8

Para usted, ¿cuál es la comida más importante del día?



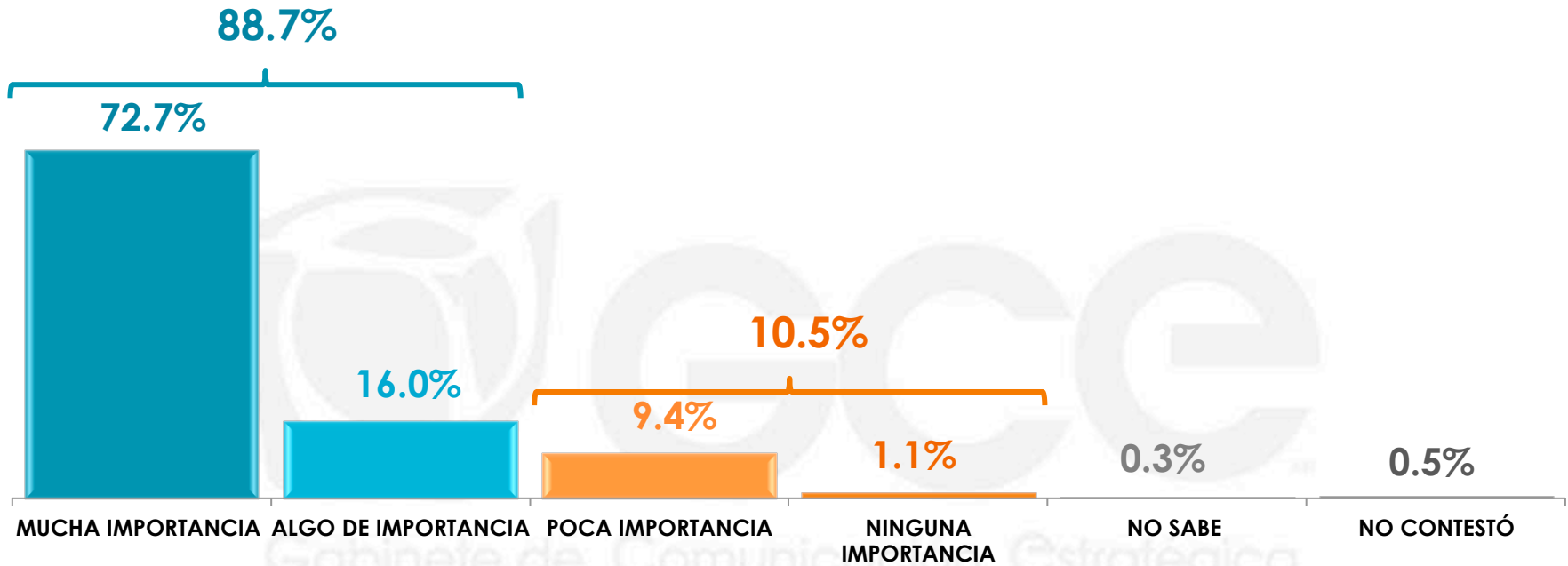
Sexo	DESAYUNO	COMIDA	CENA	NO SABE	NO CONTESTÓ
MASCULINO	63.6%	32.0%	1.7%	0.8%	1.9%
FEMENINO	67.8%	29.5%	0.9%	0.9%	0.9%

# 2

## IMPORTANCIA DEL DESAYUNO

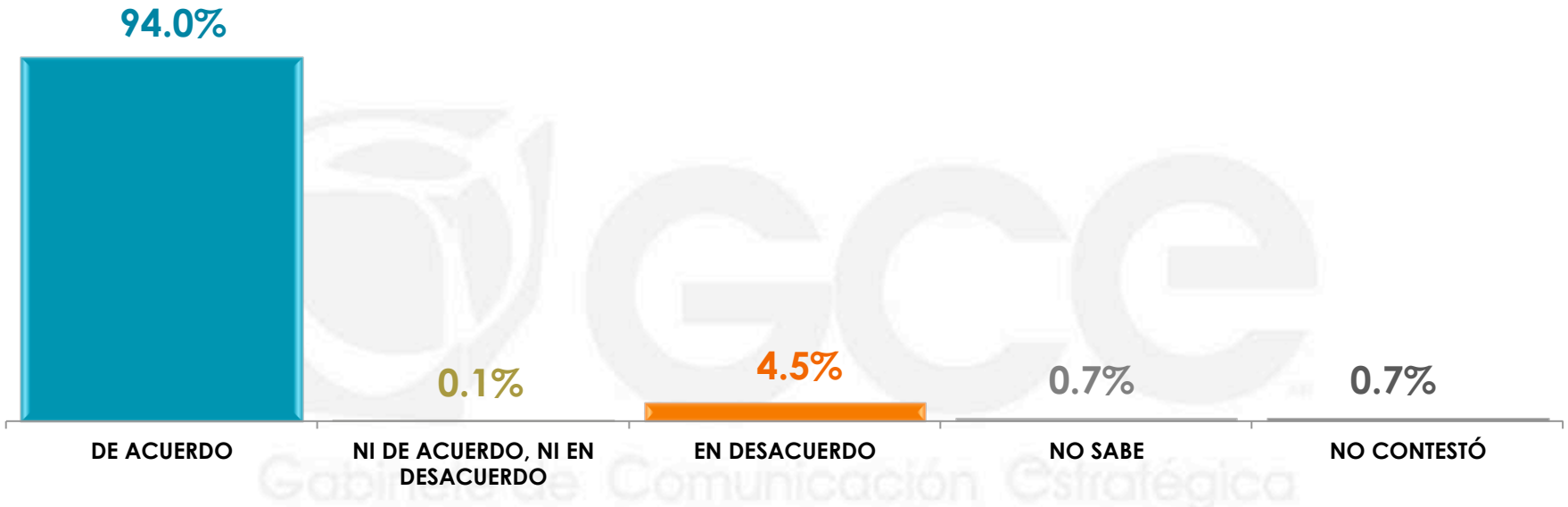
---

Hablando específicamente sobre los desayunos, ¿qué tanta importancia le da usted a esta comida?



	MUCHA IMPORTANCIA	ALGO DE IMPORTANCIA	POCA IMPORTANCIA	NINGUNA IMPORTANCIA	NO SABE	NO CONTESTÓ
<b>Sexo</b>						
MASCULINO	72.4%	15.6%	9.2%	2.3%	0.0%	0.5%
FEMENINO	73.0%	16.3%	9.5%	0.0%	0.6%	0.6%

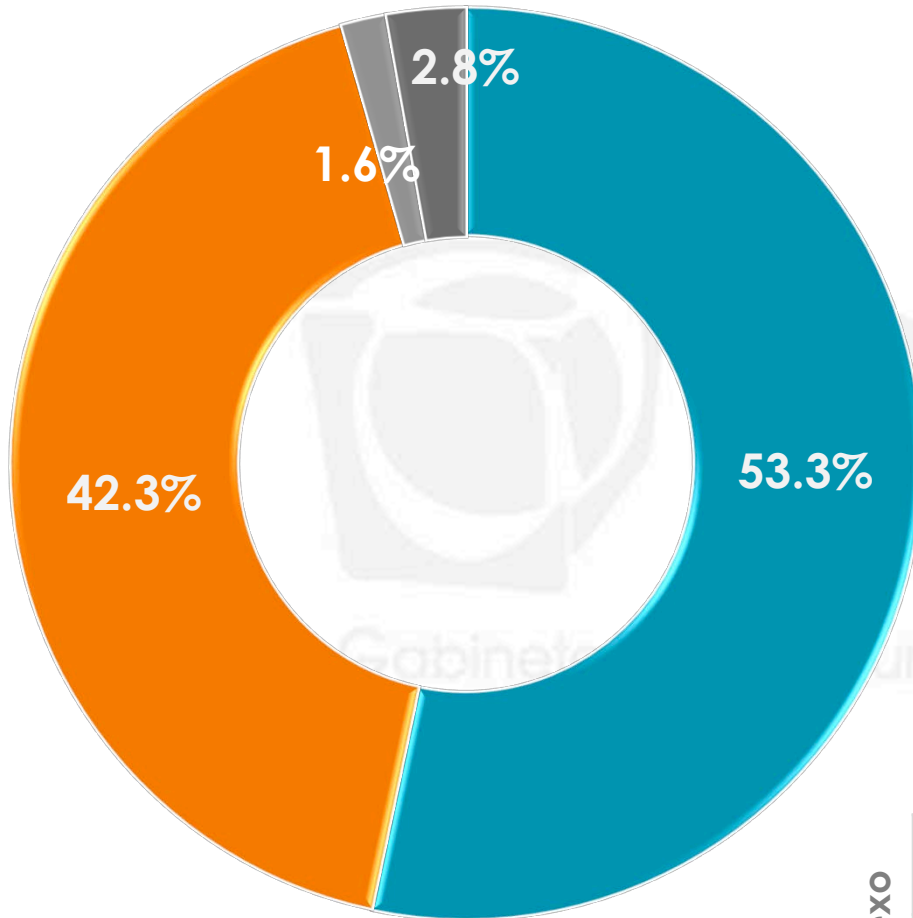
Suele decirse que el desayuno es la comida más importante del día, ya que nos otorga la energía necesaria para el día que comienza. ¿Usted está de acuerdo o en desacuerdo con esta afirmación?



Sexo	DE ACUERDO	NI DE ACUERDO, NI EN DESACUERDO	EN DESACUERDO	NO SABE	NO CONTESTÓ
MASCULINO	92.1%	0.3%	6.2%	0.6%	0.8%
FEMENINO	95.7%	0.0%	2.9%	0.7%	0.7%



## En su opinión, ¿los mexicanos acostumbramos desayunar?

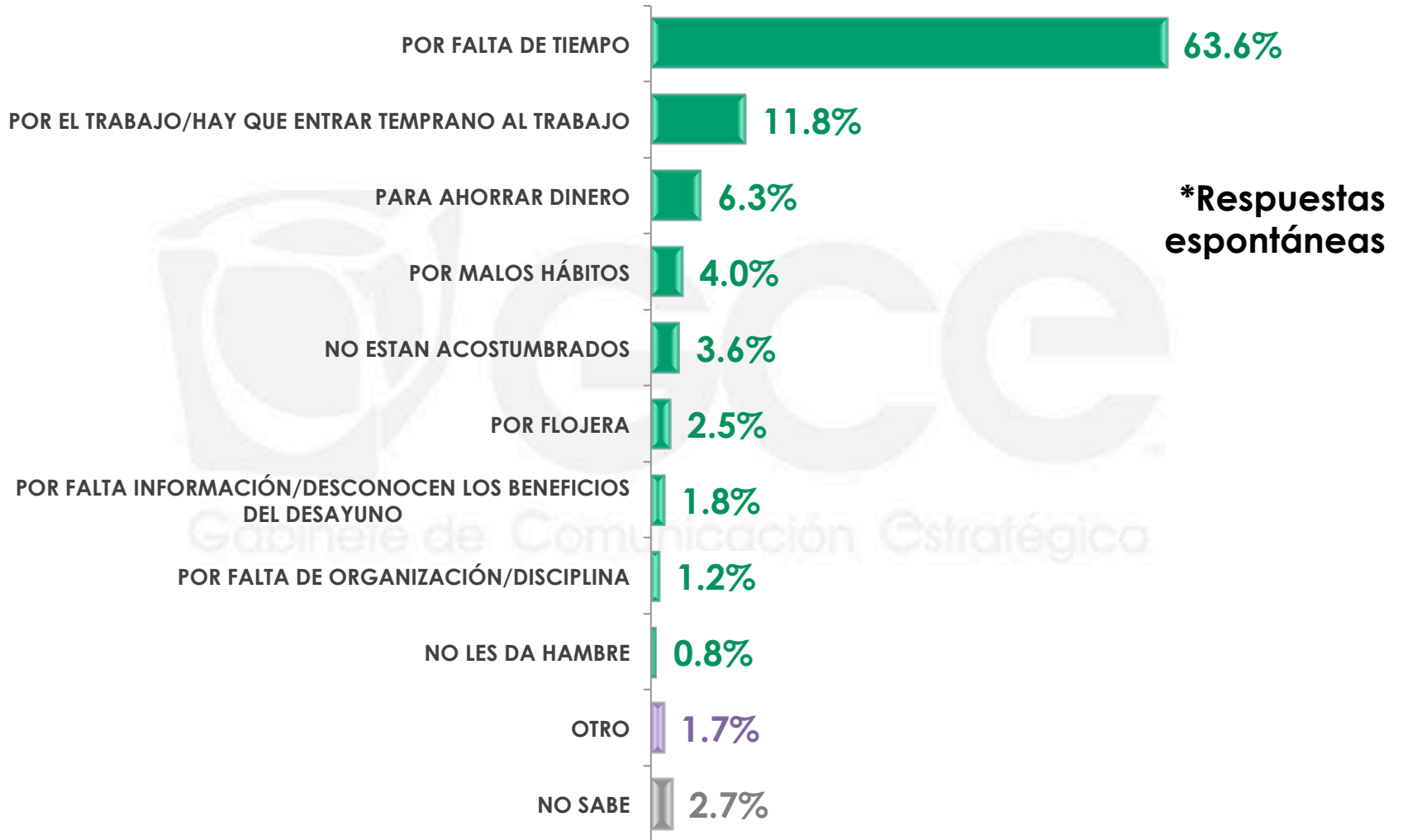


- SÍ
- NO
- NO SABE
- NO CONTESTÓ

	SÍ	NO	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo				
MASCULINO	58.9%	36.8%	2.0%	2.3%
FEMENINO	48.1%	47.3%	1.2%	3.4%

n= 600

## ¿Cuál cree que sea la razón por la que hay mexicanos que no acostumbran desayunar?\*



\*Esta pregunta se realizó sólo a los que mencionaron que los mexicanos no suelen desayunar.

n= 248

10

## ¿Cuál cree que sea la razón por la que hay mexicanos que no acostumbran desayunar?\*

### \*Respuestas espontáneas

	POR FALTA DE TIEMPO	POR EL TRABAJO/HAY QUE ENTRAR TEMPRANO AL TRABAJO	PARA AHORRAR DINERO	POR MALOS HÁBITOS	NO ESTAN ACOSTUMBRADOS
<b>MASCULINO</b>	55.1%	13.2%	8.8%	5.6%	6.1%
<b>FEMENINO</b>	69.7%	10.7%	4.5%	2.8%	1.8%

	POR FLOJERA	POR FALTA INFORMACIÓN/ DESCONOCEN LOS BENEFICIOS DEL DESAYUNO	POR FALTA DE ORGANIZACIÓN/ DISCIPLINA	NO LES DA HAMBRE	OTRO	NO SABE
<b>MASCULINO</b>	3.2%	2.1%	2.1%	0.5%	1.7%	1.6%
<b>FEMENINO</b>	2.0%	1.5%	0.6%	0.9%	1.8%	3.7%

\*Esta pregunta se realizó sólo a los que mencionaron que los mexicanos no suelen desayunar.

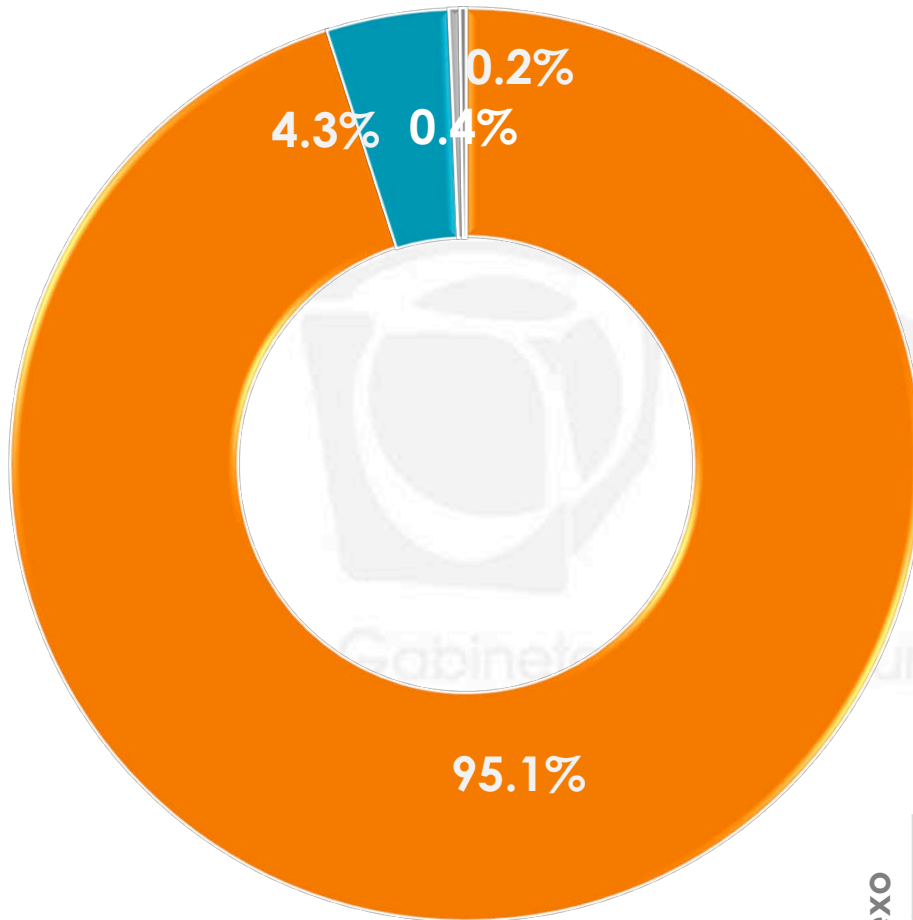
n= 248

11

# 3

## PROBLEMAS A LA SALUD POR NO DESAYUNAR

¿Usted considera que no desayunar puede afectar a la salud?

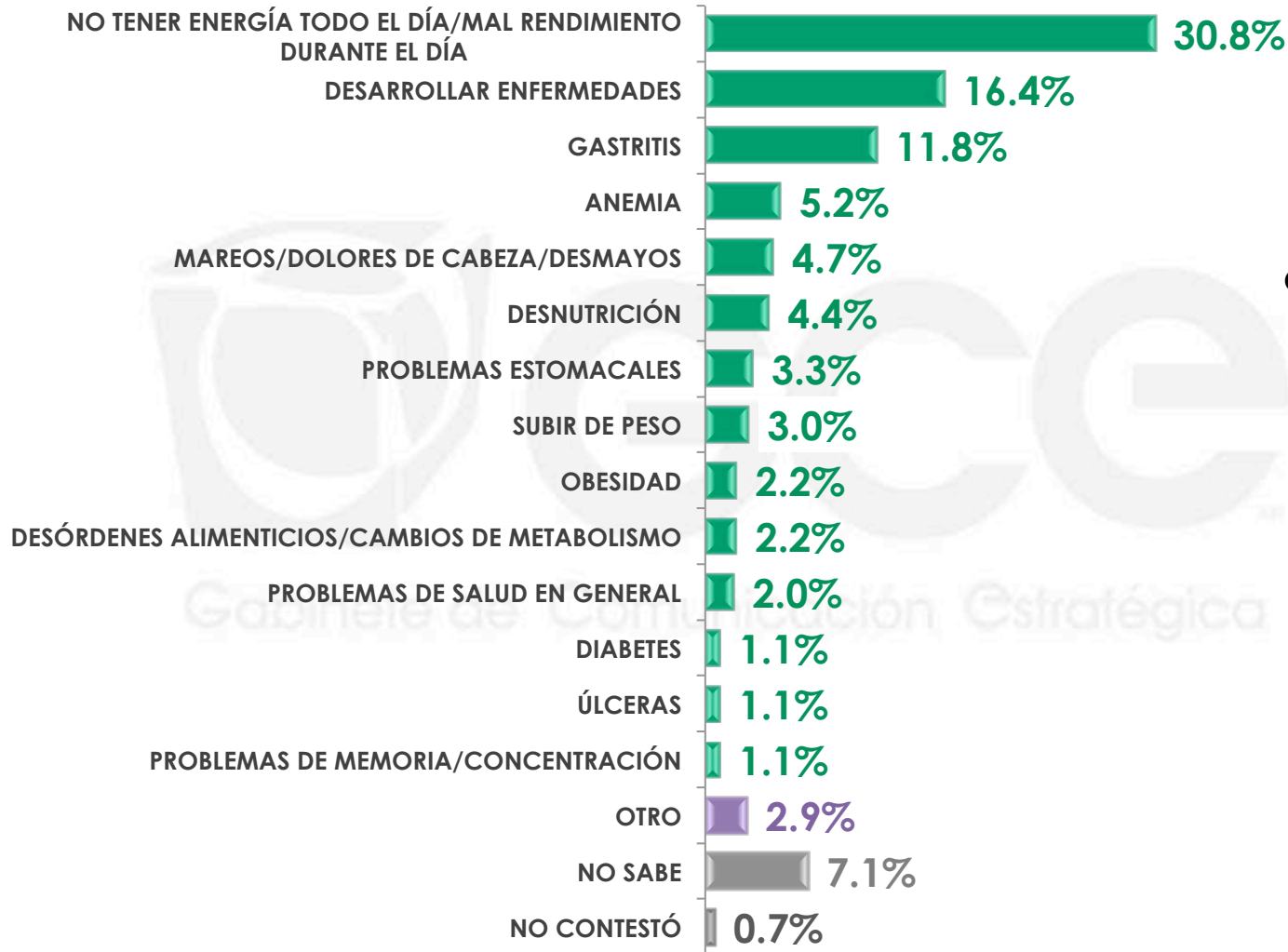


- SÍ
- NO
- NO SABE
- NO CONTESTÓ

	SÍ	NO	NO SABE	NO CONTESTÓ
<b>Sexo</b>				
MASCULINO	93.8%	5.9%	0.0%	0.3%
FEMENINO	96.2%	2.8%	0.8%	0.2%

n= 600

## ¿Qué afectaciones a la salud puede haber para quienes no acostumban desayunar?\*



**\*Respuestas espontáneas**

\*Esta pregunta se realizó sólo a los que mencionaron el no desayunar puede afectar a la salud.

n= 569

## ¿Qué afectaciones a la salud puede haber para quienes no acostumbran desayunar?\*

### \*Respuestas espontáneas

	NO TENER ENERGÍA TODO EL DÍA/MAL RENDIMIENTO DURANTE EL DÍA	DESARROLLAR ENFERMEDADES	GASTRITIS	ANEMIA	MAREOS/DOLORES DE CABEZA/ DESMAYOS	
Sexo						
MASCULINO	32.8%	15.8%	9.1%	2.9%	4.3%	
FEMENINO	29.0%	16.9%	14.4%	7.2%	5.2%	
	DESNUTRICIÓN	PROBLEMAS ESTOMACALES	SUBIR DE PESO	OBESIDAD	DESÓRDENES ALIMENTICIOS/CAMBIOS DE METABOLISMO	PROBLEMAS DE SALUD EN GENERAL
Sexo						
MASCULINO	7.3%	4.3%	1.4%	0.0%	1.8%	1.5%
FEMENINO	1.9%	2.4%	4.5%	4.2%	2.5%	2.3%
	DIABETES	ÚLCERAS	PROBLEMAS DE MEMORIA/ CONCENTRACIÓN	OTRO	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo						
MASCULINO	1.2%	1.1%	2.1%	4.9%	8.6%	0.9%
FEMENINO	1.1%	1.1%	0.2%	1.1%	5.8%	0.2%

\*Esta pregunta se realizó sólo a los que mencionaron el no desayunar puede afectar a la salud.

n= 569

15

# 4

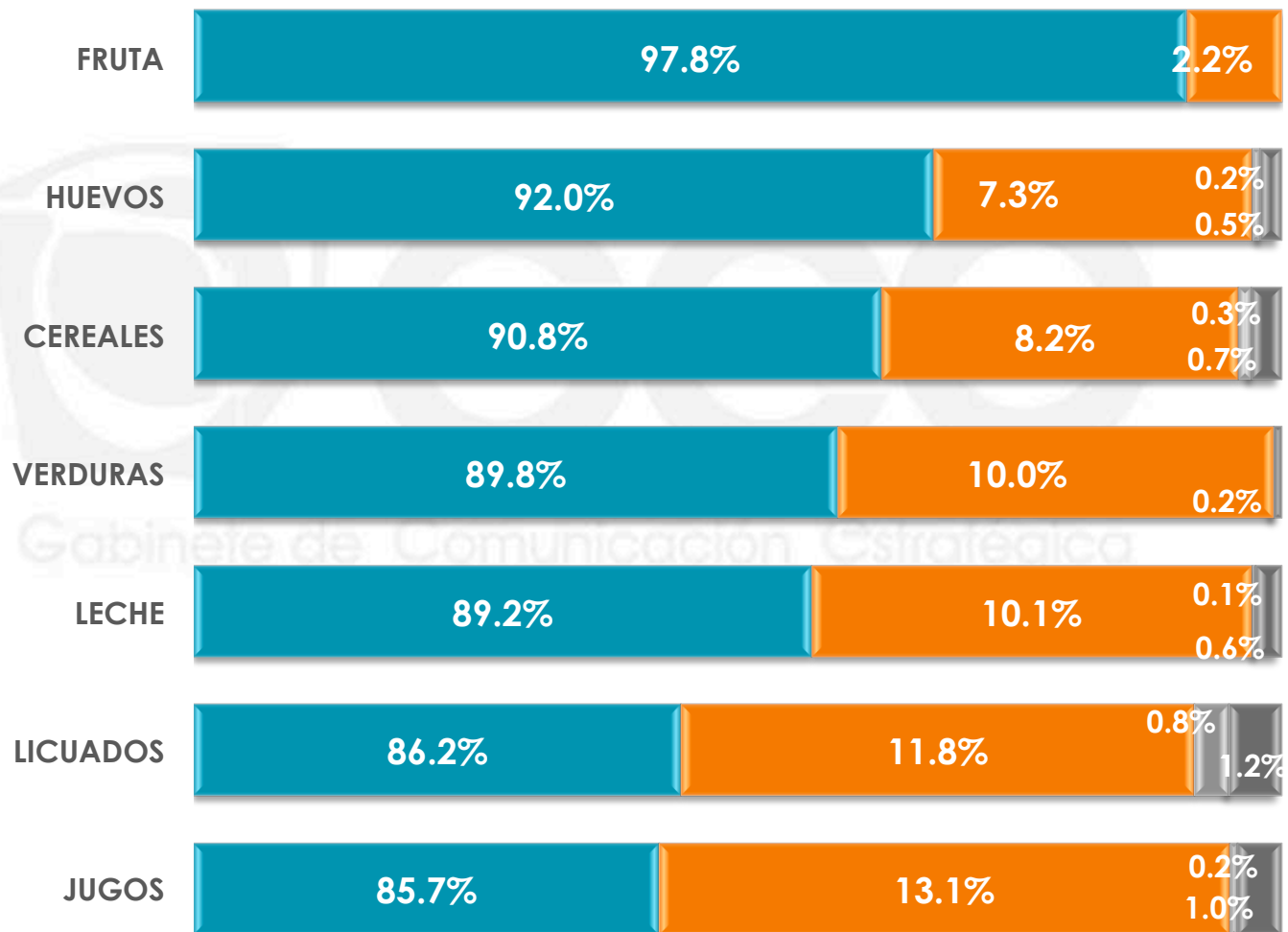
## LO QUE ACOSTUMBRAN DESAYUNAR LOS MEXICANOS

---



De los siguientes alimentos que le voy a mencionar dígame si usted considera que es importante incluirlos en el desayuno:

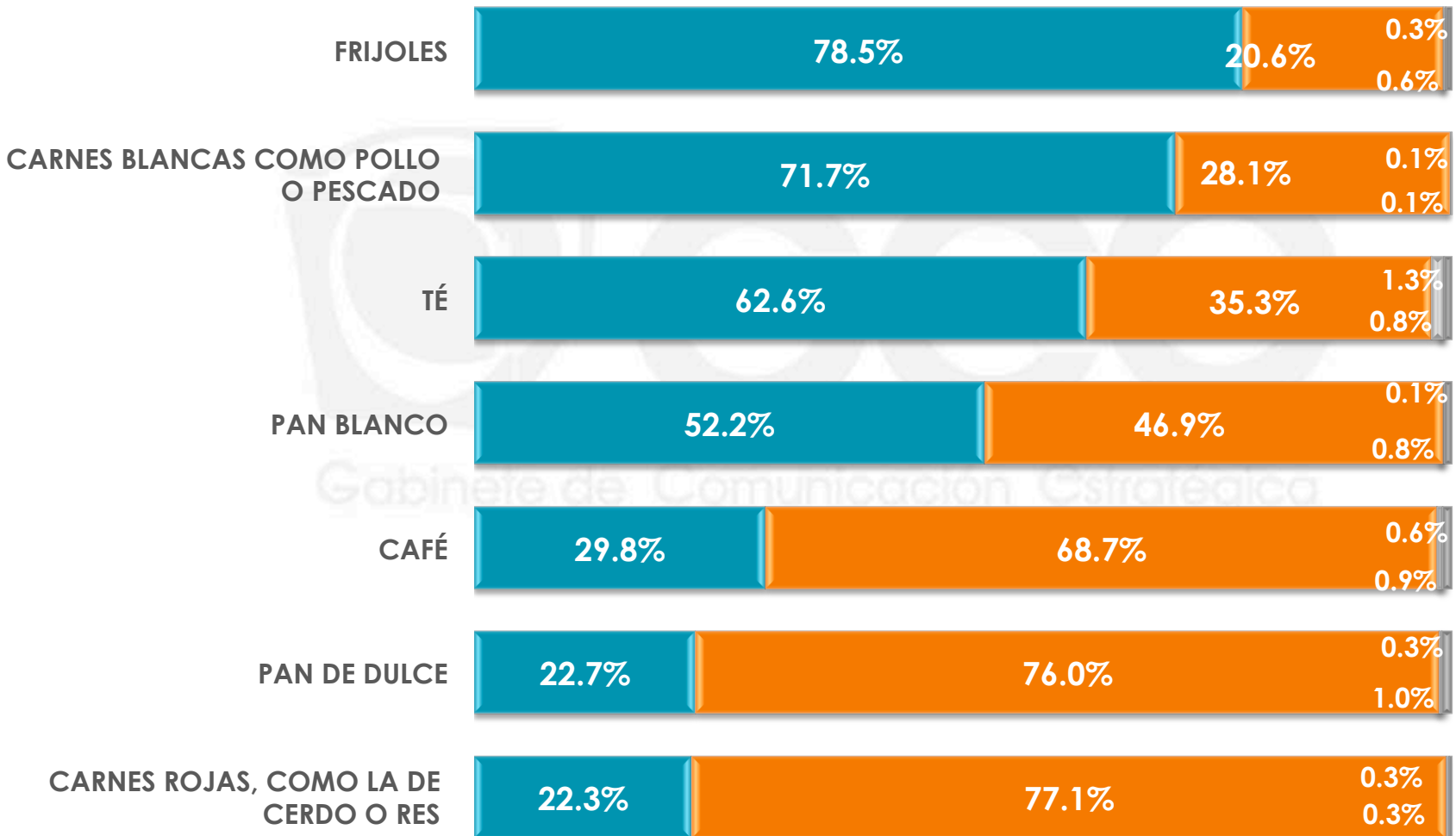
● SÍ ES IMPORTANTE ● NO ES IMPORTANTE ● NO SABE ● NO CONTESTÓ



n= 600

De los siguientes alimentos que le voy a mencionar dígame si usted considera que es importante incluirlos en el desayuno:

● SÍ ES IMPORTANTE   
 ● NO ES IMPORTANTE   
 ● NO SABE   
 ● NO CONTESTÓ



De los siguientes alimentos que le voy a mencionar dígame si usted considera que es importante incluirlos en el desayuno:

### FRUTA

		SÍ ES IMPORTANTE	NO ES IMPORTANTE	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo	MASCULINO	97.5%	2.5%	0.0%	0.0%
	FEMENINO	98.0%	1.8%	0.0%	0.2%

### HUEVOS

		SÍ ES IMPORTANTE	NO ES IMPORTANTE	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo	MASCULINO	92.1%	7.4%	0.0%	0.5%
	FEMENINO	91.9%	7.2%	0.5%	0.4%

### CEREALES

		SÍ ES IMPORTANTE	NO ES IMPORTANTE	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo	MASCULINO	93.3%	5.3%	0.3%	1.1%
	FEMENINO	88.5%	10.9%	0.3%	0.3%

De los siguientes alimentos que le voy a mencionar dígame si usted considera que es importante incluirlos en el desayuno:

## VERDURAS

		SÍ ES IMPORTANTE	NO ES IMPORTANTE	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo	MASCULINO	90.4%	9.3%	0.0%	0.3%
	FEMENINO	89.2%	10.7%	0.0%	0.1%

## LECHE

		SÍ ES IMPORTANTE	NO ES IMPORTANTE	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo	MASCULINO	90.0%	9.1%	0.0%	0.9%
	FEMENINO	88.4%	11.0%	0.3%	0.3%

## LICUADOS

		SÍ ES IMPORTANTE	NO ES IMPORTANTE	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo	MASCULINO	85.8%	12.1%	0.0%	2.1%
	FEMENINO	86.6%	11.5%	1.6%	0.3%

De los siguientes alimentos que le voy a mencionar dígame si usted considera que es importante incluirlos en el desayuno:

### JUGOS

		SÍ ES IMPORTANTE	NO ES IMPORTANTE	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo	MASCULINO	87.5%	11.1%	0.0%	1.4%
	FEMENINO	84.0%	14.9%	0.4%	0.7%

### FRIJOLES

		SÍ ES IMPORTANTE	NO ES IMPORTANTE	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo	MASCULINO	76.8%	22.1%	0.2%	0.9%
	FEMENINO	80.1%	19.1%	0.5%	0.3%

### CARNES BLANCAS, COMO POLLO O PESCADO

		SÍ ES IMPORTANTE	NO ES IMPORTANTE	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo	MASCULINO	72.5%	27.2%	0.0%	0.3%
	FEMENINO	70.9%	28.9%	0.2%	0.0%

De los siguientes alimentos que le voy a mencionar dígame si usted considera que es importante incluirlos en el desayuno:

## TÉ

		SÍ ES IMPORTANTE	NO ES IMPORTANTE	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo	MASCULINO	60.7%	37.1%	1.3%	0.9%
	FEMENINO	64.3%	33.7%	1.3%	0.7%

## PAN BLANCO

		SÍ ES IMPORTANTE	NO ES IMPORTANTE	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo	MASCULINO	58.0%	40.9%	0.0%	1.1%
	FEMENINO	46.8%	52.4%	0.3%	0.5%

## CAFÉ

		SÍ ES IMPORTANTE	NO ES IMPORTANTE	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo	MASCULINO	33.8%	64.5%	0.5%	1.2%
	FEMENINO	26.1%	72.7%	0.8%	0.4%

De los siguientes alimentos que le voy a mencionar dígame si usted considera que es importante incluirlos en el desayuno:

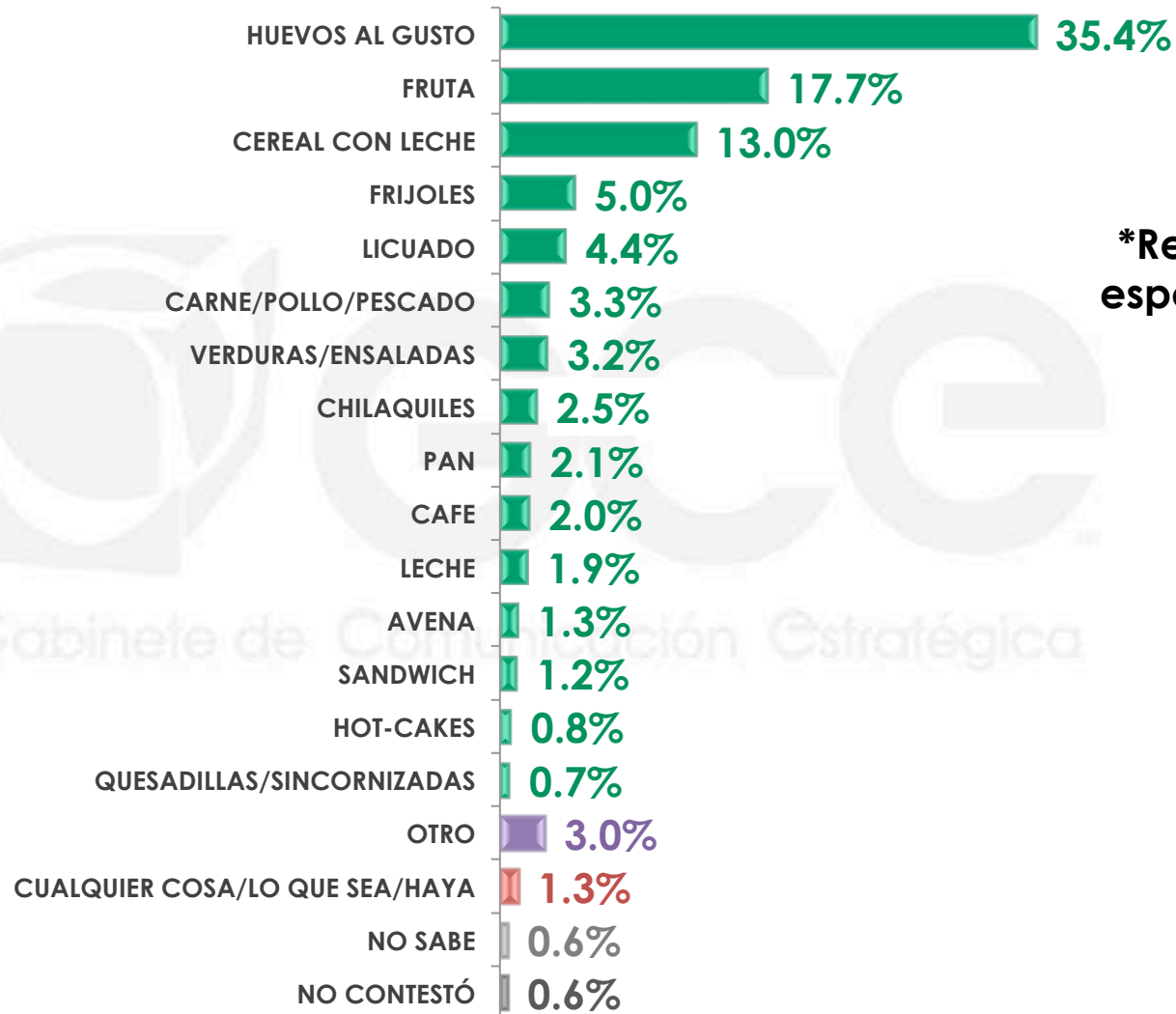
### PAN DE DULCE

		SÍ ES IMPORTANTE	NO ES IMPORTANTE	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo	MASCULINO	24.1%	74.1%	0.5%	1.3%
	FEMENINO	21.3%	77.7%	0.1%	0.9%

### CARNES ROJAS, COMO LA DE CERDO O RES

		SÍ ES IMPORTANTE	NO ES IMPORTANTE	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo	MASCULINO	25.6%	74.2%	0.2%	0.0%
	FEMENINO	19.3%	79.9%	0.3%	0.5%

## Y dígame, ¿cuál es su platillo favorito para el desayuno?



**\*Respuestas espontáneas**

Gabinete de Comunicación Estratégica

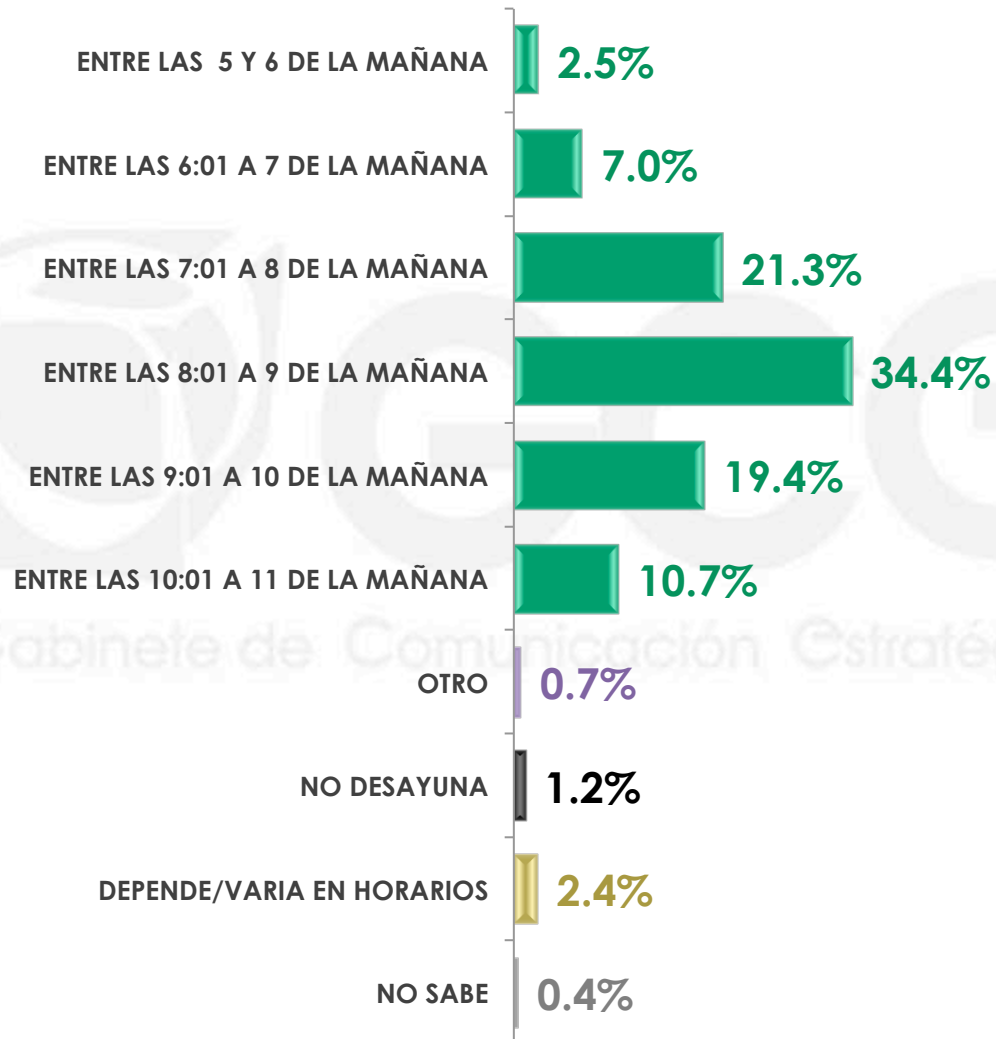


## \*Respuestas espontáneas

Y dígame, ¿cuál es su platillo favorito para el desayuno?

	HUEVOS AL GUSTO	FRUTA	CEREAL CON LECHE	FRIJOLES	LIQUADO	CARNE/POLLO/PESCADO	
Sexo							
MASCULINO	40.1%	12.5%	13.0%	7.1%	3.7%	3.9%	
FEMENINO	31.2%	22.5%	12.9%	3.0%	5.1%	2.7%	
	VERDURAS/ENSALADAS	CHILAQUILES	PAN	CAFE	LECHE	AVENA	
Sexo							
MASCULINO	2.8%	2.2%	3.4%	1.1%	1.1%	0.9%	
FEMENINO	3.7%	2.7%	0.9%	2.8%	2.5%	1.6%	
	SANDWICH	HOT-CAKES	QUESADILLAS/SINCORNIZADAS	OTRO	CUALQUIER COSA/LO QUE SEA/HAYA	NO SABE	NO CONTESTÓ
Sexo							
MASCULINO	0.8%	1.3%	0.5%	3.2%	1.2%	0.5%	0.7%
FEMENINO	1.6%	0.4%	0.9%	2.7%	1.4%	0.7%	0.7%

## ¿A qué hora acostumbra desayunar?



**\*Respuestas espontáneas**

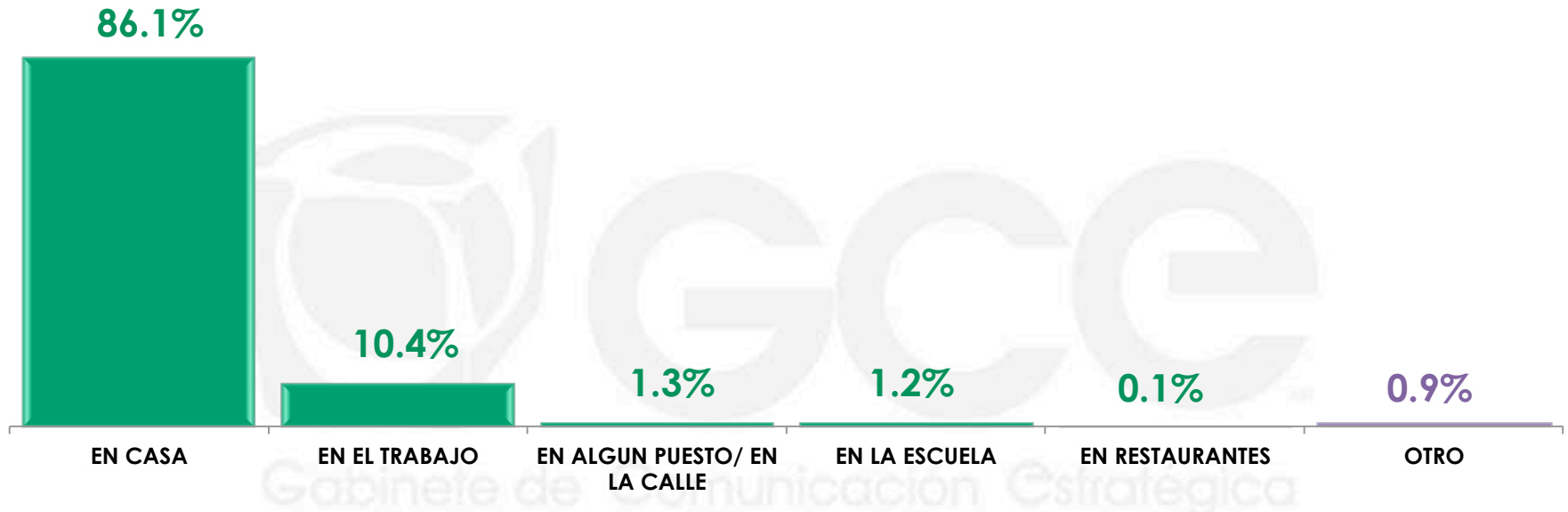
Gabinete de Comunicación Estratégica

## ¿A qué hora acostumbra desayunar?

### \*Respuestas espontáneas

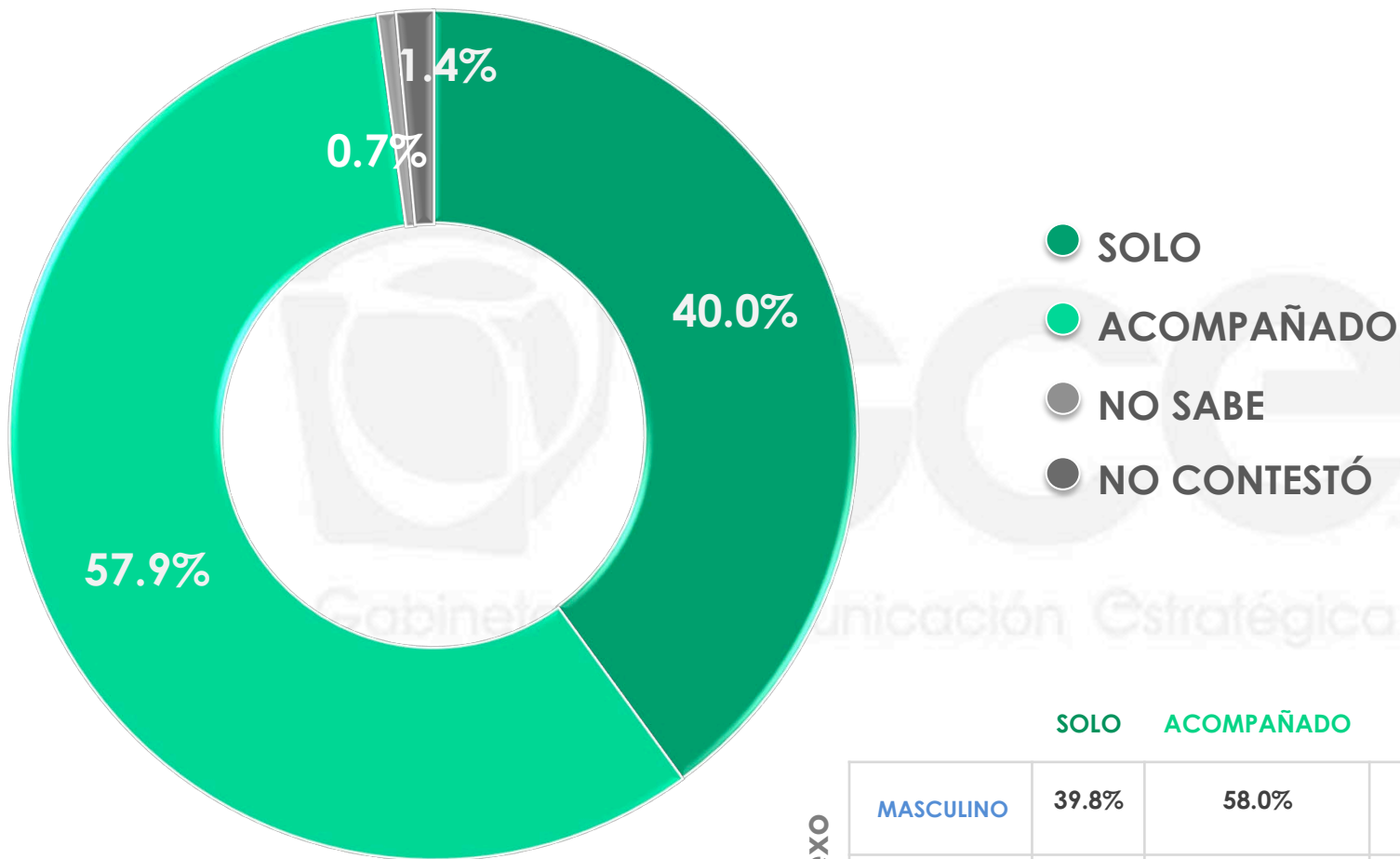
	ENTRE LAS 5 Y 6 DE LA MAÑANA	ENTRE LAS 6:01 A 7 DE LA MAÑANA	ENTRE LAS 7:01 A 8 DE LA MAÑANA	ENTRE LAS 8:01 A 9 DE LA MAÑANA	ENTRE LAS 9:01 A 10 DE LA MAÑANA
<b>Sexo</b>					
MASCULINO	3.9%	10.0%	23.0%	30.7%	16.4%
FEMENINO	1.1%	4.2%	19.6%	37.7%	22.2%
	ENTRE LAS 10:01 A 11 DE LA MAÑANA	OTRO	NO DESAYUNA	DEPENDE/VARÍA EN HORARIOS	NO SABE
<b>Sexo</b>					
MASCULINO	12.1%	0.0%	0.8%	2.8%	0.3%
FEMENINO	9.5%	1.4%	1.7%	2.1%	0.5%

\*Respuestas espontáneas



Sexo	EN CASA	EN EL TRABAJO	EN ALGUN PUESTO/ EN LA CALLE	EN LA ESCUELA	EN RESTAURANTES	OTRO
MASCULINO	82.9%	12.6%	1.5%	1.5%	0.2%	1.3%
FEMENINO	89.0%	8.5%	1.2%	1.0%	0.0%	0.3%

Cuando desayuna, ¿regularmente lo hace solo o acompañado?



- SOLO
- ACOMPAÑADO
- NO SABE
- NO CONTESTÓ

	SOLO	ACOMPAÑADO	NO SABE	NO CONTESTÓ
<b>Sexo</b> MASCULINO	39.8%	58.0%	0.5%	1.7%
FEMENINO	40.3%	57.8%	0.8%	1.1%

### Universo

- Ciudadanos mayores de 18 años que residen en la República Mexicana y cuentan con línea telefónica en su hogar.

### Técnica de levantamiento

- Encuesta telefónica realizada el 5 y 6 de octubre de 2016.

### Tamaño de la muestra y su precisión estadística

- Se diseñó una muestra de 600 encuestas, distribuidas en las 32 entidades del país para mantener tanto proporcionalidad como dispersión óptimas. Con un nivel de confianza de 95%, el error teórico es de  $\pm 4.0\%$  a nivel nacional.
- Los resultados reportados están basados en los estimadores de Horvitz-Thompson, calibrados y redondeados a un decimal.

### Marco muestral y selección de la muestra

- Se utilizó como marco de muestreo la lista nominal actualizada del INE.
- Muestreo estratificado de asignación proporcional al tamaño.