

# Progetto FAST

## Fertilità, Ambiente/Alimentazione, Stili di Vita

“Un modello di intervento per la prevenzione dell’infertilità maschile in adolescenti sani residenti in aree a forte impatto ambientale”

## Questionario Conoscitivo

Range di età 18-22 anni

Responsabile scientifico: Dott. Luigi Montano – ASL Salerno

Per info: Tel. 333-9433861 – info@ecofoodfertility.it

[www.ecofoodfertility.it](http://www.ecofoodfertility.it)

Il questionario è puramente conoscitivo; è necessario inserire correttamente i dati richiesti e rispondere a tutte le domande. Il questionario verrà visionato e valutato solo ed esclusivamente da personale competente e interno al progetto indicato. I dati non verranno letti, usati o divulgati da terzi per scopi differenti da quello dello studio scientifico in atto.

Data di compilazione del questionario \_\_ / \_\_ / \_\_\_\_

NOME	_____	COMUNE DI RESIDENZA	_____
COGNOME	_____	CONTATTO EMAIL	_____
DATA DI NASCITA	_____	CELL./TEL.	_____
ISTITUTO	_____	PESO	_____
CLASSE	_____	ALTEZZA	_____

### 1. Fumi sigarette o tabacco?

- No
- Sì, meno di 5 alla settimana
- Sì, più di 5 alla settimana
- Sì, ogni giorno

### 2. Fai uso di droghe leggere, tipo cannabis?

- No
  - Sì
- Se sì, quanta:
- Meno di 3 volte al mese
  - Più di 3 volte al mese

### 3. Consumi alcolici?

- No
- Sì

Tipo di alcolici	Quantità	Mai	Da 1 a 3 volte a settimana	Ogni giorno	Più volte al giorno
Vino (1 bicchiere=125 mL)		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Birra (1 bicchiere=330 mL)		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Superalcolici (1 bicchiere=40 mL)		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aperitivo (1 bicchiere=80 mL)		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 4. Presenti patologie specifiche?

- No
- Sì Specificare \_\_\_\_\_ Farmaci assunti \_\_\_\_\_

# Progetto FAST

## Fertilità, Ambiente/Alimentazione, Stili di Vita

“Un modello di intervento per la prevenzione dell’infertilità maschile in adolescenti sani residenti in aree a forte impatto ambientale”

### 5. Pratici attività fisica?

- No, sono un soggetto tendenzialmente sedentario
- Sì

	Mai	Da 1 a 2 volte a settimana	Da 3 a 5 volte a settimana	Ogni giorno	Più volte al giorno
<b>Attività leggera</b> (passeggiare, camminare)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Attività moderata</b> (ginnastica, ballo, lavori di casa)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Attività intensa</b> (jogging, palestra, lavori pesanti)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 6. Assumi integratori o hai assunto integratori negli ultimi 6 mesi?

- No
- Sì **Specificare se sì**, quale tipo (può barrare più risposte)
  - Vitamine e Sali minerali
  - Fibre e probiotici
  - Amminoacidi, Proteine

### 7. Assumi steroidi o anabolizzanti o hai assunto steroidi o anabolizzanti negli ultimi 6 mesi?

- No
- Sì

## Abitudini alimentari

### 8. Segue un regime alimentare particolare?

- No
- Dieta vegetariana / Dieta vegana
- Dieta ipoglucidica (a ridotto contenuto di zuccheri)
- Dieta priva di glutine (celiachia)
- Dieta iposodica (a basso contenuto di sale)

- Dieta dimagrante
- Regime alimentare molto squilibrato
- Altro specificare cortesemente

### 9. Ogni giorno quali di questi pasti consuma? (puoi scegliere più risposte)

- Colazione
- Merenda mattutina
- Pranzo
- Spuntino pomeridiano
- Cena
- Snack prima di addormentarsi

### 10. Quante volte consumi pasti fuori casa e/o fast-food?

- Mai
- Da 1 a 3 volte alla settimana
- Da 4 a 6 volte alla settimana
- Ogni giorno
- Più volte al giorno

### 11. Fa uso di alimenti di origine biologica?

- No, mai
- Sì, ma in maniera occasionale
- Sì, in maggioranza