

Additional file 2. The Italian version of PREDIMED questionnaire

QUESTIONARIO DI VALUTAZIONE DELL'ADERENZA AL MODELLO DI ALIMENTAZIONE MEDITERRANEA

1	Utilizza l'olio di oliva come principale grasso per cucinare?	<input type="checkbox"/> Sì <input type="checkbox"/> No
2	Quanto olio consuma al giorno (inclusi frittute, insalate, pasti fuori casa, ecc)?	<input type="checkbox"/> meno di 4 cucchiai da tavola (=10 g) <input type="checkbox"/> ≥ 4 cucchiai
3	Quante porzioni di verdura consuma al giorno (1 porzione=200 g; considerare il contorno come una mezza porzione) ?	<input type="checkbox"/> meno di 2 porzioni <input type="checkbox"/> ≥ 2 oppure ≥1 porzione di verdura cruda o insalata
4	Quante porzioni di frutta consuma al giorno, inclusi i succhi di frutta naturali (1 porzione=200 g) ?	<input type="checkbox"/> meno di 3 <input type="checkbox"/> ≥ 3
5	Quante porzioni di carne rossa, insaccati consuma al giorno (1 porzione=100-150 g) ?	<input type="checkbox"/> meno di 1 <input type="checkbox"/> ≥ 1
6	Quante porzioni di burro, margarina e creme consuma al giorno (1 porzione=12 g) ?	<input type="checkbox"/> meno di 1 <input type="checkbox"/> ≥ 1
7	Quanti bevande zuccherate o gassate consuma al giorno ?	<input type="checkbox"/> meno di 1 <input type="checkbox"/> ≥ 1
8	Quanto vino consuma alla settimana ?	<input type="checkbox"/> meno di 7 bicchieri <input type="checkbox"/> ≥ 7 bicchieri (125 ml)
9	Quante porzioni di legumi consuma alla settimana (1 porzione=150 g) ?	<input type="checkbox"/> meno di 3 <input type="checkbox"/> ≥ 3
10	Quante porzioni di pesce e frutti di mare consuma alla settimana (1 porzione = 100-150 g di pesce oppure 200 g di frutti di mare oppure 4-5 pezzi)	<input type="checkbox"/> meno di 3 <input type="checkbox"/> ≥ 3
11	Quante volte alla settimana consuma dolci confezionati ?	<input type="checkbox"/> meno di 3 <input type="checkbox"/> ≥ 3
12	Quante porzioni di frutta secca (incluse le arachidi) consuma alla settimana (1 porzione=30 g)	<input type="checkbox"/> meno di 3 <input type="checkbox"/> ≥ 3
13	Consuma preferenzialmente carne di pollo, tacchino e coniglio invece che vitello, maiale, hamburgers o salsicce?	<input type="checkbox"/> Sì <input type="checkbox"/> No
14	Quante volte alla settimana consuma vegetali, pasta, riso, altri cereali conditi con sugo semplice di pomodoro (pomodoro, cipolla, porro, olio, aglio) ?	<input type="checkbox"/> meno di 2 <input type="checkbox"/> ≥ 2