

**Attachment D:
ODPHP Physical Activity Guidelines, 2nd Edition
Consumer Focus Group Protocol
(Spanish)**

OMB Control Number: 0990-0281

January 9, 2017

Submitted to:

Sherrette Funn
Office of the Chief Information Officer
U.S. Department of Health and Human Services

Submitted by:

Frances Bevington
Strategic Communication and Public Affairs Advisor
Office of Disease Prevention and Health Promotion
U.S. Department of Health and Human Services

Table of Contents

| | |
|--|-----------|
| Appendix A: Recruitment Email..... | 2 |
| Appendix B: Página de Información para el Participante..... | 3 |
| Appendix C: Hoja de Consentimiento Informado..... | 3 |
| Appendix D: Consumer Focus Group Moderator’s Guide..... | 5 |
| Appendix E: Hoja de Incentivo..... | 12 |

See **Attachment C: Consumer Focus Group Protocol (English)** for information on research objectives, participants and recruitment, and methods.

Appendix A: Recruitment Email

According to the Paperwork Reduction Act of 1995, no persons are required to respond to a collection of information unless it displays a valid OMB control number. The valid OMB control number for this information collection is 0990-0281. The time required to complete this information collection is estimated to average **10 minutes** per response, including the time to review instructions, search existing data resources, gather the data needed, and complete and review the information collection. If you have comments concerning the accuracy of the time estimate(s) or suggestions for improving this form, please write to: U.S. Department of Health & Human Services, OS/OCIO/PRA, 200 Independence Ave., S.W., Suite 336-E, Washington D.C. 20201, Attention: PRA Reports Clearance Officer

To: Consumers

From: Recruiter

Email Subject: Oportunidad para participar en grupo de discusión sobre la actividad física
Opportunity to participate in a physical activity focus group

Email Body:

Estimado(a) [FIRST NAME],

Me llamo [RECRUITER FIRST NAME AND LAST NAME] y me estoy comunicando de parte de [RECRUITMENT COMPANY] para invitarle a participar en un grupo de discusión sobre la actividad física. El Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, en colaboración con Communicate Health, desea aprender cómo ayudar a las personas a hacer más actividad física.

Estamos buscando a individuos dispuestos a compartir sus ideas y opiniones sobre la actividad física. Sus contribuciones nos ayudaran a crear información y materiales sobre la actividad física que sean apropiados para personas como usted.

Si cumple con los requisitos del grupo, recibirá un pago de \$75 como agradecimiento de su tiempo y participación. El grupo de discusión tendrá lugar en [LOCATION] y requiere su presencia. La discusión durara aproximadamente unos 90 minutos y empieza a [TIME FRAME].

Si desea participar, puede responder a este correo electrónico con su número de teléfono y el mejor horario para comunicarnos con usted. Nos pondremos en comunicación para ver si califica para participar en el grupo de discusión y para programar la cita.

Gracias de antemano por su atención,

Atentamente,
[RECRUITER FIRST NAME]

Appendix B: Página de Información para el Participante

According to the Paperwork Reduction Act of 1995, no persons are required to respond to a collection of information unless it displays a valid OMB control number. The valid OMB control number for this information collection is 0990-0281. The time required to complete this information collection is estimated to average **1 hour and 30 minutes** per response, including the time to review instructions, search existing data resources, gather the data needed, and complete and review the information collection. If you have comments concerning the accuracy of the time estimate(s) or suggestions for improving this form, please write to: U.S. Department of Health & Human Services, OS/OCIO/PRA, 200 Independence Ave., S.W., Suite 336-E, Washington D.C. 20201, Attention: PRA Reports Clearance Officer

Por favor, revise la siguiente información sobre este proyecto. Siéntase libre de hacer cualquier pregunta.

¿Quién está coordinando este proyecto?

Este proyecto está siendo coordinado por Communicate Health, una consultora de comunicación, de parte de La Oficina de Prevención de Enfermedades y Promoción de la Salud (ODPHP, por sus siglas en inglés), que forma parte del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (HHS, por sus siglas en inglés).

¿Cuáles son las metas de este proyecto?

Nosotros deseamos identificar la mejor manera de comunicar mensajes sobre la actividad física. Nuestra meta es desarrollar información y materiales que ayuden a las personas a ser más activas.

¿Cómo puedo ayudar?

Queremos aprender de sus experiencias. Sus contribuciones en el grupo de discusión nos ayudarán a crear información y materiales sobre la actividad física que sean apropiados para personas como usted.

¿Estoy obligado a participar en este proyecto?

No. Usted decide si quiere participar o no. Puede parar en cualquier momento y no tiene que responder a las preguntas que no quiere. Si no quiere participar o decide dejar de participar durante la discusión, puede hacerlo.

¿De qué forma protegen mi privacidad?

Toda su información personal, incluso su identidad, será tratada de manera confidencial. Es decir, no vamos a compartir su información con ODPHP ni con alguien fuera de este proyecto. No vamos a reunir ni almacenar su información privada. Es más, sus respuestas no serán relacionadas con su nombre.

Para más información:

Si tiene más preguntas sobre el proyecto, puede comunicarse con la persona encargada del proyecto: Stacy Allen, stacya@communicatehealth.com o (413) 582-0425.

Appendix C: Hoja de Consentimiento Informado

According to the Paperwork Reduction Act of 1995, no persons are required to respond to a collection of information unless it displays a valid OMB control number. The valid OMB control number for this information collection is 0990-0281. The time required to complete this information collection is estimated to average **1 hour and 30 minutes** per response, including the time to review instructions, search existing data resources, gather the data needed, and complete and review the information collection. If you have comments concerning the accuracy of the time estimate(s) or suggestions for improving this form, please write to: U.S. Department of Health & Human Services, OS/OCIO/PRA, 200 Independence Ave., S.W., Suite 336-E, Washington D.C. 20201, Attention: PRA Reports Clearance Officer

Yo, _____, acepto formar parte del grupo de discusión.

Yo entiendo que no estoy obligado(a) a participar en este estudio. Puede irme en cualquier momento sin pena alguna. Entiendo que puedo aceptar participar en el estudio y luego cambiar de idea en cualquier momento después.

Yo le doy permiso a La Oficina de Prevención de Enfermedades y Promoción de la Salud (ODPHP, por sus siglas en inglés) — que forma parte del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (HHS, por sus siglas en inglés) — a usar la información recopilada en este estudio. Yo comprendo que la información será usada con fines de investigación y que mi nombre no será compartido con alguien fuera de este proyecto.

Yo reconozco que puedo hacer preguntas sobre el estudio si algo no es claro. Si tengo preguntas antes o después del estudio, puedo comunicarme con Stacy Allen a stacya@communicatehealth.com o llamando al 413-582-0425.

Permiso Para la Grabación de Audio

Yo reconozco que mi voz será grabada durante este estudio. Yo autorizo a ODPHP a usar las grabaciones únicamente con fines de investigación. Yo comprendo que mi nombre no se usará para cualquier otro fin.

Yo renuncio los derechos de la grabación y comprendo que la grabación puede ser reproducida y usada por ODPHP sin mi permiso.

Resumen

Yo he leído y comprendido esta hoja de consentimiento informado. Yo entiendo que recibiré una copia de esta hoja.

Escribir Nombre: _____

Firma: _____

Fecha: _____

Appendix D: Consumer Focus Group Moderator's Guide

According to the Paperwork Reduction Act of 1995, no persons are required to respond to a collection of information unless it displays a valid OMB control number. The valid OMB control number for this information collection is 0990-0281. The time required to complete this information collection is estimated to average **1 hour and 30 minutes** per response, including the time to review instructions, search existing data resources, gather the data needed, and complete and review the information collection. If you have comments concerning the accuracy of the time estimate(s) or suggestions for improving this form, please write to: U.S. Department of Health & Human Services, OS/OCIO/PRA, 200 Independence Ave., S.W., Suite 336-E, Washington D.C. 20201, Attention: PRA Reports Clearance Officer

Welcome/Opening Remarks (10 minutes)

[The moderator will greet everyone as people join the focus group discussion.]

Gracias por estar con nosotros hoy. Yo me llamo _____, y voy a facilitar la discusión de hoy de parte de La Oficina de Prevención de Enfermedades y Promoción de la Salud (ODPHP, por sus siglas en inglés) — que forma parte del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (HHS, por sus siglas en inglés).

Sus ideas y la información que van a compartir hoy son muy importantes. Sus contribuciones nos ayudaran a mejor entender qué clase de información y materiales pueden ayudar a las personas a ser más activas. Con su ayuda, esperamos poder ayudar a ODPHP a desarrollar imágenes y mensajes que ayudarán a las personas a ser más activas.

Antes de comenzar, me gustaría aclarar algunos puntos y dejarles saber cómo se va a realizar esta discusión.

1. No estamos tratando de venderles algo ni tratando de promover algún producto o servicio.
2. No existen las respuestas correctas o incorrectas—solo sus opiniones.
3. Alguien estará tomando notas y la discusión será grabada en audio. Después de la discusión, se preparará un reporte de sus sugerencias. La grabación nos ayudara a recordar lo que se dijo y a escribir el reporte. No usaremos sus nombres en el reporte. Solo se va compartir el reporte con las personas trabajando en este proyecto.
4. Queremos escuchar las ideas y opiniones de cada uno, así que es muy importante que hable una persona a la vez. Es posible que los interrumpa si están hablando 2 o más personas a la vez—esto es únicamente para que se pueda escuchar las opiniones y sugerencias de todos.
5. La discusión durara aproximadamente unos 90 minutos. Quiero asegurarme de que no nos pasemos más del tiempo. Teniendo esto en mente, puede ser que los interrumpa para poder mantener la discusión enfocada.

6. Por favor apaguen sus celulares y cualquier otro dispositivo electrónico.

[The Moderator will provide participants with the consent form and obtain informed consent. The Moderator will provide ample time for participants to review and sign their informed consent form and answer any questions they might have.]

Quiero recordarles que su participación en la discusión es voluntaria. Pueden detener la discusión en cualquier momento. Su nombre no se va usar en el reporte.

[The moderator will collect all informed consent forms.]

Introduction and Warm-up (5 minutes)

Primero, quiero agradecerles a todos por estar con nosotros. Gracias de antemano por estar dispuestos a compartir sus respuestas honestas sobre la importancia de la actividad física en sus vidas. Estoy segura que vamos a escuchar varias experiencias y opiniones sobre el tema en el día de hoy. Recuerden que no hay respuestas correctas o incorrectas, y nadie las va a juzgar.

Vamos a empezar con introducciones. Por favor diga su nombre y comparta algo que hace para mantenerse sano. Yo voy a empezar. Me llamo _____ y para mantenerme sana, yo _____.

Gracias.

Discussion of Physical Activity, Barriers and Facilitators, and the Physical Activity Guidelines (30 minutes)

For Adults 35-64

Ahora vamos a empezar con una pregunta de calentamiento.

- Todos tenemos un entendimiento diferente de lo que significa ser activo. ¿Qué viene a sus mentes cuando escuchan la frase “actividad física”?
 - o PROBE: Entendimientos formales e informales de la actividad física.

Realizar suficiente actividad física les puede ayudar a mantenerte saludables, pero puede ser difícil mantenerse motivados.

- ¿Qué clase de actividad física hacen, si alguna?
 - o PROBE: ¿Qué tiempo dedican a la actividad física?
 - o PROBE: ¿Qué tan seguido hacen la actividad física?
 - o PROBE: A través del tiempo, ¿cómo han cambiado la actividad física que hacen?
¿Por qué?
- ¿Qué les motiva a ser o a querer ser más activos?

- ¿Cuáles son sus metas personales en relación a la actividad física, si es que las tienen?
 - PROBE: ¿Cuánta actividad física piensan que deben hacer cada semana?
 - PROBE: ¿Qué están haciendo para poder lograr sus metas?
 - PROBE: ¿Cuáles son las cosas que más les impiden lograr sus metas?
 - PROBE: Si no se han puesto metas de actividad física, ¿por qué?
- ¿Cuáles estrategias le han servido para hacer la actividad física más fácil? Puede ser algo que les haya funcionado en el pasado o algo que piensan hacer en el futuro.
 - PROBE: ¿Qué les ha funcionado? ¿Por qué?
 - PROBE: ¿Qué no les ha funcionado? ¿Por qué?
- ¿Han usado herramientas móviles de salud (y sea una aplicación móvil o un podómetro) para ayudarse a ser más activos?
 - IF NECESSARY PROVIDE EXAMPLES: FitBit, MapMyRun, MyFitnessPal
 - PROBE: ¿Qué han usado en el pasado?
 - PROBE: ¿Cómo les ayudo/funcio?
- Pensando en el futuro, ¿qué clase de aplicaciones móviles les pueden servir para ser más activos? ¿Por qué?

A continuación, me gustaría hablar sobre cómo ustedes consiguen su información de salud.

- Normalmente, ¿donde van para conseguir información sobre cómo mantenerse saludables?
 - PROBE Todos los métodos de comunicación, incluyendo el internet, los medios sociales, las amistades y la familia, etc.
 - PROBE Recursos específicos.
 - PROBE: ¿Qué les gusta o no les gusta de estos recursos?
- ¿De donde nacen sus ideas/opiniones sobre la cantidad de actividad física que deben hacer y qué tan seguido deben hacerla? ¿De donde nacen sus ideas/opiniones sobre el nivel de esfuerzo que deben tener durante la actividad física?
 - PROBE: ¿De donde obtuvieron esta información?
 - PROBE Diferencias en las fuentes de información de salud en general.
 - PROBE Recursos específicos.
 - PROBE: ¿Qué les gusta o no les gusta de estos recursos?
 - PROBE: ¿Cuáles son las fuentes de información que consideran confiable para darles información sobre la actividad física?
- ¿Cuál es la mejor manera de informarles sobre la actividad física y darles consejos? ¿Por qué?

Antes de seguir con la siguiente actividad, me gustaría hablar con ustedes sobre las pautas de actividad física. Las Pautas de Actividad Física para los Estadunidenses son recomendaciones nacionales que se basan en pruebas científicas. Las Pautas de Actividad recomiendan que los Estadunidenses alcancen realizar cierta cantidad y diferente clase de actividad para poder vivir una vida saludable.

- ¿Han escuchado de las Pautas de Actividad Física antes de hoy?
 - o PROBE: ¿Qué saben sobre las recomendaciones (si es que saben algo)?
 - o PROBE: ¿Quién desarrolla las recomendaciones?
 - o PROBE: ¿Dónde han escuchado hablar sobre ellas?

For Parents of Adolescents

Ahora vamos a empezar con una pregunta de calentamiento.

- Todos tenemos un entendimiento diferente de lo que significa ser activo. ¿Qué viene a sus mentes cuando escuchan la frase “actividad física”?
 - o PROBE: Entendimientos formales e informales de la actividad física.

Realizar suficiente actividad física les puede ayudar a mantenerte saludables, pero puede ser difícil mantenerse motivados.

- ¿Qué clase de actividad física hacen, si alguna?
 - o PROBE: ¿Qué tiempo dedican a la actividad física?
 - o PROBE: ¿Qué tan seguido hacen la actividad física?
 - o PROBE: A través del tiempo, ¿cómo ha cambiado la actividad física que hace? ¿Por qué?
- ¿Qué les motiva a ser o a querer ser más activos?
- ¿Qué actividades físicas disfrutan hacer juntos con sus hijos?

Ahora vamos a hablar sobre sus hijos y sus hábitos de actividad física. Estamos interesados en la actividad física de los adolescentes entre las edades de 12 y 17. Pero si quieren compartir información sobre sus hijos menores, también pueden hacerlo.

- ¿Pueden describir la diferente clase de actividad física que hacen sus hijos?
 - o PROBE: ¿Qué tiempo dedican sus hijos a la actividad física?
 - o PROBE: ¿Qué tan seguido hacen la actividad física?
- ¿Qué les motiva a sus hijos a ser o a querer ser más activos?
- ¿Cuáles son las metas de actividad física que tienen para sus hijos? ¿Tienen sus hijos sus propias metas?
 - o PROBE: ¿Cómo les va? ¿Logran cumplir sus metas?

- PROBE: ¿Cuáles son las cosas que más les impiden lograr sus metas?
- ¿Cuáles estrategias les han servido para hacer la actividad física más fácil para sus hijos? Puede ser algo que les haya funcionado en el pasado o algo que piensan hacer en el futuro.
 - PROBE: ¿Qué les ha funcionado? ¿Por qué?
 - PROBE: ¿Qué no les ha funcionado? ¿Por qué?
- ¿Han usado ustedes o sus hijos herramientas móviles de salud (y sea una aplicación móvil o un podómetro) para ayudarse a ser más activos?
 - IF NECESSARY PROVIDE EXAMPLES: FitBit, MapMyRun, MyFitnessPal
 - PROBE: ¿Qué han usado en el pasado?
 - PROBE: ¿Cómo les ayudó/funcionó?
- Pensando en el futuro, ¿qué clase de aplicaciones móviles les pueden servir –a usted y a sus hijos– para ser más activos? ¿Por qué?

A continuación, me gustaría hablar sobre cómo consiguen información de salud para sus hijos.

- Normalmente, ¿donde van para conseguir información sobre cómo mantener a sus hijos saludables?
 - PROBE Todos los métodos de comunicación, incluyendo el internet, los medios sociales, las amistades y la familia, etc.
 - PROBE Recursos específicos.
 - PROBE: ¿Qué les gusta o no les gusta de estos recursos?
- ¿Han buscado información sobre cómo animar a sus hijos a hacer más actividad física? ¿Dónde encuentra esta información?
 - PROBE Diferencias en las fuentes de información de salud en general.
 - PROBE Recursos específicos.
 - PROBE: ¿Qué les gusta o no les gusta de estos recursos?
- ¿Cuál es la mejor manera de informarles sobre la actividad física y darles consejos sobre cómo ayudar a sus hijos a ser más activos? ¿Por qué?

Antes de seguir con la siguiente actividad, me gustaría hablar con ustedes sobre las pautas de actividad física. Las Pautas de Actividad Física para los Estadunidenses son recomendaciones nacionales que se basan en pruebas científicas. Las Pautas de Actividad recomiendan que los estadunidenses alcancen realizar cierta cantidad y diferente clase de actividad para poder vivir una vida saludable.

- ¿Han escuchado de las Pautas de Actividad Física antes de hoy?
 - PROBE: ¿Qué saben sobre las recomendaciones (si es que saben algo)?

- o PROBE: ¿Quién desarrolla las recomendaciones?
- o PROBE: ¿Dónde han escuchado hablar sobre ellas?

Quick Association Exercise (20 minutes)

Ahora vamos a hacer un ejercicio. Voy a repartir una hoja con una lista numerada de 1 a 7. Luego voy a mostrarles una serie de imágenes o mensajes, cada uno relacionado con la actividad física. Les voy a dar 20 segundos para apuntar sus primeras impresiones en el papel. Traten de enfocarse en lo que les gusta o no les gusta de cada imagen o mensaje. Recuerden que tendrán solamente 20 segundos para tomar sus notas antes de que nos pasemos a la próxima.

[The Moderator hands each participant the numbered assessment sheet. The Moderator begins the slide deck of images and messages for testing. On each slide, the corresponding number is clear. Each slide advances after 20 seconds.]

- Pónganse a pensar sobre las imágenes y los mensajes que les gustaron. ¿Qué les gustó?
- Pónganse a pensar sobre las imágenes y los mensajes que **no** les gustaron. ¿Qué no les gustó?

Ahora vamos a tomar el tiempo para ver cada página y escuchar sus opiniones sobre cada una. [This provides an opportunity to get feedback on images, messages, and taglines.]

- ¿Cuáles son sus primeras impresiones al ver esta página?
 - o PROBE: ¿Qué les gustó/no les gustó? ¿Por qué?
 - o PROBE: ¿Qué fue efectivo/no efectivo? ¿Por qué?

[Repeat this line of questioning for specific images or messages in slide deck. At the end of the exercise, the Moderator will collect participants' assessment sheets for analysis and report writing.]

Collage Activity Exercise (20 minutes)

[For this exercise, the moderator will ask participants to pick 2 or 3 pictures that represent qualities they would want in information and tools to help them be more physically active and 2 or 3 pictures that represent qualities they would not want. Moderator hands each participant the 25 picture set.]

Vamos a seguir con otra breve actividad. Recuerden que la meta de este proyecto es crear información y materiales – como imágenes o recursos en línea – que ayudan a las personas a ser más activas. Para esta actividad, quiero que dibujen un círculo alrededor de las imágenes que representan calidades que les gustaría ver en los materiales sobre la actividad física. Luego,

quiero que marquen con una "X" a aquellas imágenes que representan calidades que NO desean ver en los materiales.

Debajo de cada imagen que marcaron con un círculo o una "X", por favor explíquenos brevemente por qué escogieron esas imágenes.

Tomen en cuenta de que las imágenes que seleccionaron representan calidades que se encuentran en los mensajes y materiales sobre la actividad física. [Moderator demonstrates the activity.]

Les voy a dar unos minutos para que puedan escoger sus imágenes. Cuando terminen, vamos a hablar sobre sus selecciones. [Wait for everyone to complete their collage.]

Ahora vamos a hablar sobre sus selecciones. ¿Cuáles imágenes escogieron? ¿Por qué?

¿Hay algo que desean compartir antes de que terminemos la discusión?

Thank You and Closing (5 minutes)

The Moderator will conclude each session by thanking participants for offering their opinions and suggestions.

Appendix E: Hoja de Incentivo

According to the Paperwork Reduction Act of 1995, no persons are required to respond to a collection of information unless it displays a valid OMB control number. The valid OMB control number for this information collection is 0990-0281. The time required to complete this information collection is estimated to average **1 hour and 30 minutes** per response, including the time to review instructions, search existing data resources, gather the data needed, and complete and review the information collection. If you have comments concerning the accuracy of the time estimate(s) or suggestions for improving this form, please write to: U.S. Department of Health & Human Services, OS/OCIO/PRA, 200 Independence Ave., S.W., Suite 336-E, Washington D.C. 20201, Attention: PRA Reports Clearance Officer

He recibido \$75 por mi participación en el grupo de discusión para Communicate Health y La Oficina de Prevención de Enfermedades y Promoción de la Salud.

Nombre (Escribir Nombre): _____

Nombre (Firma): _____

Fecha: _____