

Quais são os alimentos processados consumidos pelos alunos?

Responde a este inquérito sobre o teu consumo de alimentos processados no dia a dia na escola.

* Indica uma pergunta obrigatória

1. Email *

2. 1 - Consumas ler os rótulos dos alimentos? *



Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

3. 2 - Sabes o que são aditivos alimentares? *

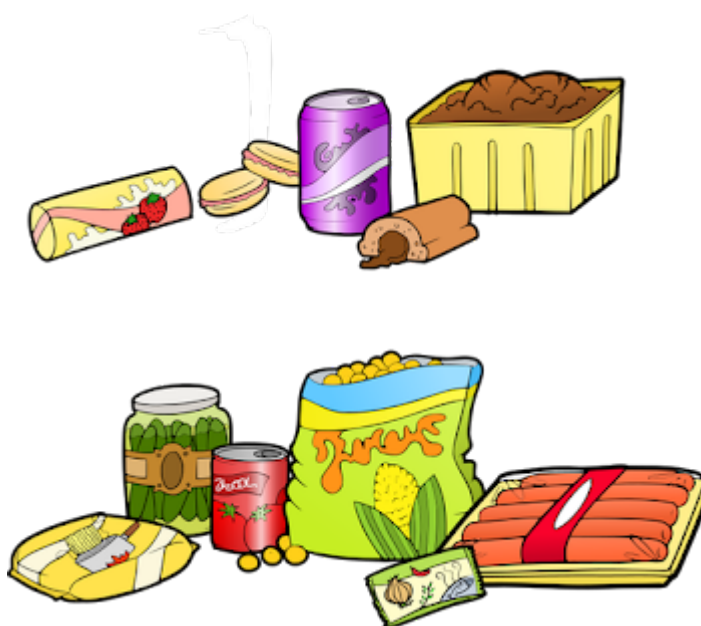


Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

4. 3 - Sabes o que são alimentos processados? *

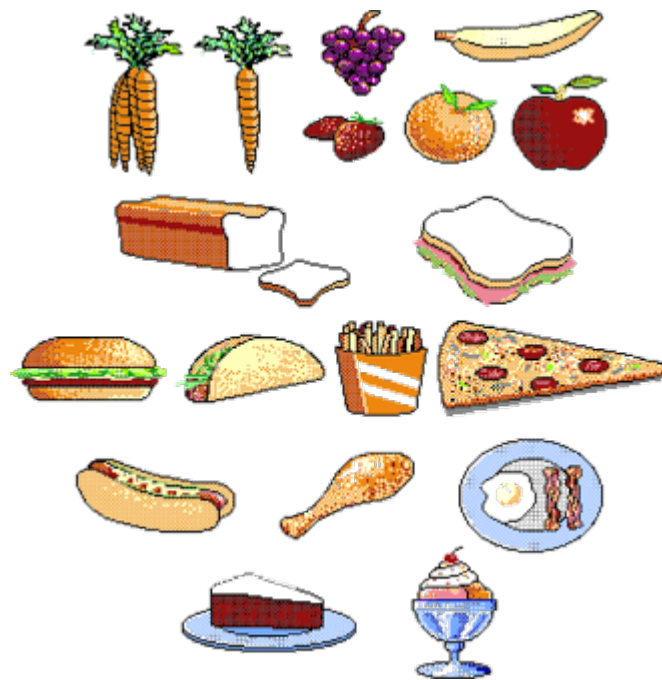


Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

5. 4 - Consideras o consumo regular de alimentos processados benéfico ou prejudicial para a saúde? *



Marcar apenas uma oval.

- Benéfico
- Prejudicial
- Não sei

6. 5 - Assinala os alimentos que consideras ser um alimento processado. *

Marcar tudo o que for aplicável.

- Bolacha Maria
- Pão tipo carcaça
- Fiambre
- Leite
- Bola de berlim
- Gomas
- Queijo
- Maçã
- Refrigerant light
- Bolachas com pepitas de chocolate
- Pão de forma (embalado)
- Néctares/sumos
- Banana
- Cenoura
- Barritas de cereais
- Bebida de soja

7. 6 - Preferes uma alimentação rica em alimentos frescos ou rica em alimentos processados? *

Marcar apenas uma oval.

- Alimentação rica em alimentos frescos
- Alimentação rica em alimentos processados

8. 7 - Assinala os alimentos processados que consumes na escola. *

Marcar tudo o que for aplicável.

- Pão com manteiga
- Bolacha água e sal
- Bolacha de chocolate
- Leite chocolatado
- Fresky
- Iogurte líquido de morango
- Barrita de chocolate
- Batatas fritas
- Pão com queijo
- Gomas
- Compal de pêsego
- Pão de leite
- Bollycao

9. 8 - Quais as razões para o teu consumo de alimentos processados? *

Marcar tudo o que for aplicável.

- São mais saborosos
- São fáceis de transportar para a escola
- Estão sempre prontos a serem consumidos e não precisam de estar no frio
- São mais rápidos e fáceis de consumir
- São escolhidos por outras pessoas (ex. encarregado de educação, família, o ATL que frequento, ...)
- São mais baratos
- Sou influenciado/a pelos meus amigos ou família, que comem este tipo de alimentos

10. 9 - Como avalias, em média, a frequência do teu consumo de alimentos frescos e não processados especificamente: fruta, hortícolas, no prato (ex. salada de alface, brócolos cozidos, ...), leguminosas (ex. feijão, grão-de-bico, lentilhas, ...), pescado e sopa de hortícolas? *

Marcar apenas uma oval.

- Menos de 1 vez/semana
- 1 a 3 vezes/semana
- mais de 4 vezes por semana

11. 10 - Como avalias, em média, a frequência do teu consumo de alimentos processados, especificamente: doces, sobremesas doces, bolos de confeitaria ou chocolates, fast food, snacks salgados (ex. batatas fritas, tortitas de milho, ...), “refeições pré-preparadas ou embaladas (ex. lasanha, pizza, ...), alimentos fritos industrialmente, carnes processadas ou charcutaria (ex. bacon, salsichas, fiambre, salame, ...), pão de forma ou pão de cachorro ou pão de hambúrguer ou tostas, refrigerantes (tipo iced tea, tipo cola, preparados para sumo em pó, ...), chocolate em pó para o leite, iogurtes aromatizados ou com sabor a fruta e/ou chocolate, bolachas não caseiras e cereais ao pequeno-almoço ou barritas de cereais? *

Marcar apenas uma oval.

- Menos de 1 vez/semana
- 1 a 3 vezes/semana
- mais de 4 vezes por semana

Este conteúdo não foi criado nem aprovado pela Google.

Google Formulários

