

Que quantidade de açúcar ingeres por dia?

Este desafio tem como objetivo levar as crianças e jovens a investigar as consequências do uso excessivo do açúcar.

* Obrigatória

1. Em que ano estás matriculado? *

- 1.º ano.
- 2.º Ano.
- 3.º Ano.
- 4.º Ano.

2. Qual a frequência com que consumes alimentos açucarados? *

- Todos os dias.
- Duas vezes por semana.
- Aos fins de semana (sábado e domingo).
- Nas festas.

3. Quais os alimentos açucarados que consumes regularmente? *

- Chocolates.
- Bolachas.
- Bollycao/donuts.
- Iogurtes açucarados.
- Refrigerantes.
- Cereais açucarados.

4. Consoles mais alimentos açucarados em casa ou fora de casa? *

- Em casa.
- Fora de casa.

5. Conheces os impactos negativos à saúde associados ao consumo excessivo de alimentos açucarados? *

- Sim.
- Não.
- Talvez.

6. Já tentaste reduzir o consumo de alimentos açucarados? *

- Sim.
- Não.
- Talvez.

Este conteúdo não foi criado nem é aprovado pela Microsoft. Os dados que submeter serão enviados para o proprietário do formulário.