

Nome:

ALIMENTOS AÇUCARADOS MAIS CONSUMIDOS



Com que frequência comes alimentos açucarados?

- Diariamente
- Algumas vezes
- Raramente
- Nunca

Qual é o teu alimento açucarado, preferido?

- Chocolate
- Bolos
- Gelados
- Refrigerantes
- Outro: _____

Qual o principal motivo, pelo qual comes alimentos açucarados?

- Sabor agradável
- Hábito
- Influência de amigos/ família
- Sentir-me mais feliz
- Outro: _____

Preocupas-te com a quantidade de açúcar que consomes?

- Muito
- Pouco
- Não me preocupo
- Nunca pensei nisso

Lês os rótulos dos produtos alimentares, para verificares a quantidade de açúcar?

- Sempre
- Às vezes
- Raramente
- Nunca