

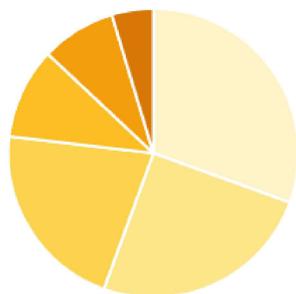
Painel Alimentos

Results summary



A tua Idade?

108 of 110 answered

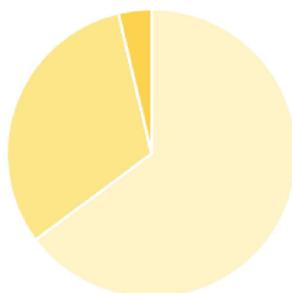


18 anos
17 anos
16 anos
15 anos
20 anos
21 ou mais



Género:

108 of 110 answered



Masculino
Feminino
Prefiro não dizer



Carne de porco 🐷

106 of 110 answered

	até 2 vezessemana	3 a 4 vezessemana	5 a 6 vezessemana	1 a 2 vezes mês	2 ou mais vezesmês	Menos de 1 vezmês	Não
Lombo	33.02%	9.43%	8.49%	9.43%	5.66%	5.66%	4.7%
Costeleta	35.85%	17.92%	7.55%	4.72%	9.43%	3.77%	6.6%
Febra	28.30%	22.64%	13.21%	5.66%	3.77%	3.77%	8.4%



Carne de cava 🍷

104 of 110 answered

	até 2 vezessemana	3 a 4 vezessemana	5 a 6 vezessemana	1 a 2 vezes mês	2 ou mais vezesmês	Menos de 1 vezmês	Não
Lombo	30.77%	16.35%	11.54%	10.58%	3.85%	5.77%	5.7%
Costeleta	25.00%	21.15%	6.73%	9.62%	5.77%	4.81%	5.7%
Febra	26.92%	19.23%	9.62%	8.65%	5.77%	4.81%	7.6%

até 2 vezessemana

3 a 4 vezessemana

5 a 6 vezessemana

1 a 2 vezes mês

2 ou mais vezesmês

Menos de 1 vezmês

Não

Chocolates 

105 of 110 answered

	Todos os dias	4 a 6 vezessemana	2 a 3 vezessemana	1 a 2 vezes mês	Menos de 1 vez mês	Não sei
Milka (chocolate de leite)	14.29%	15.24%	19.05%	8.57%	19.05%	11.43%
Milka (chocolate branco)	9.52%	7.62%	14.29%	11.43%	20.00%	13.33%
Kit Kat	9.52%	8.57%	10.48%	10.48%	22.86%	13.33%
Kinder Bueno	8.57%	13.33%	14.29%	14.29%	15.24%	11.43%
M&M	9.52%	6.67%	11.43%	11.43%	14.29%	16.19%
Outro	10.48%	7.62%	17.14%	10.48%	10.48%	17.14%

Projeto Alimentação Saudável e Sustentável Programa “Painel dos Alimentos

Que quantidade de gorduras ingeres por dia?

Visa a promoção de hábitos e estilos de vida saudáveis.

As gorduras são nutrientes que estão presentes em quase todos os alimentos que consumimos e desempenham papéis fundamentais para o nosso organismo.

É importante manter um equilíbrio entre os diferentes tipos de gorduras para uma alimentação saudável. A atividade pretende investigar este nutriente e o seu impacto na saúde.

Responde ao seguinte questionário, totalmente anónimo, de forma a podermos avaliar alguns hábitos alimentares, no que diz respeito ao consumo de gorduras em alguns grupos alimentares específicos: **carnes e chocolate.**

A tua Idade?

14 ano ou menos

15 anos

16 anos

17 anos

18 anos

20 anos

21 ou mais

Género:

Masculino

Feminino

Prefiro não dizer

Próximo →

Indica qual a frequência que consumes os seguintes alimentos:

Carne de porco 🐷

	até 2 vezes semana	3 a 4 vezes semana	5 a 6 vezes semana	1 a 2 vezes mês	2 ou mais vezes mês
--	--------------------------	--------------------------	--------------------------	-----------------------	------------------------------

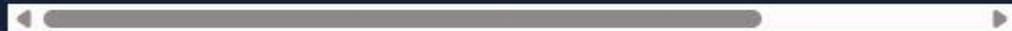
Lombo



Costeleta



Febra



Carne de cava 🐮

	até 2 vezes semana	3 a 4 vezes semana	5 a 6 vezes semana	1 a 2 vezes mês	2 ou mais vezes mês
--	--------------------------	--------------------------	--------------------------	-----------------------	------------------------------

Lombo



Costeleta



Febra



Chocolates

Todos os dias

4 a 6
vezes
semana

2 a 3
vezes
semana

1 a 2
vezes
mês

Menos
de 1 vez
mês

Milka
(chocolate
de leite)



Milka
(chocolate
branco)



Kit Kat



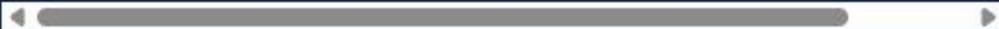
Kinder
Bueno



M&M



Outro



Enviar