

# Que quantidade de gordura ingeres por dia?

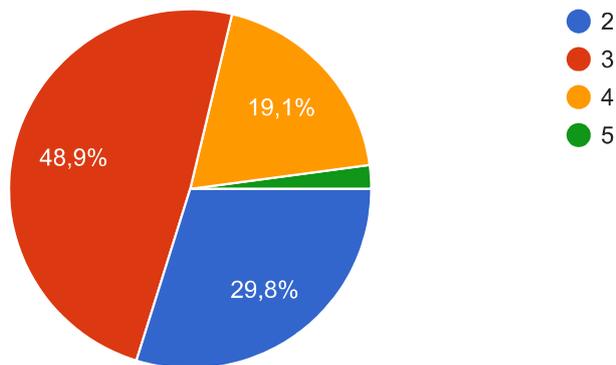
48 respostas

[Publicar estatísticas](#)

## 1- Quantas refeições fazes por dia?

[Copiar](#)

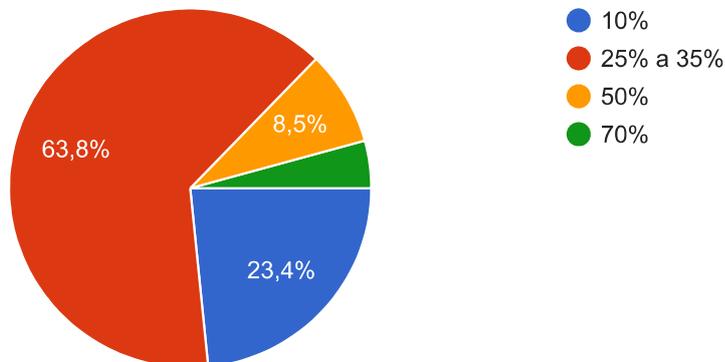
47 respostas



## 2- Qual a percentagem média recomendada de gordura no total de calorias diárias para um jovem saudável?

[Copiar](#)

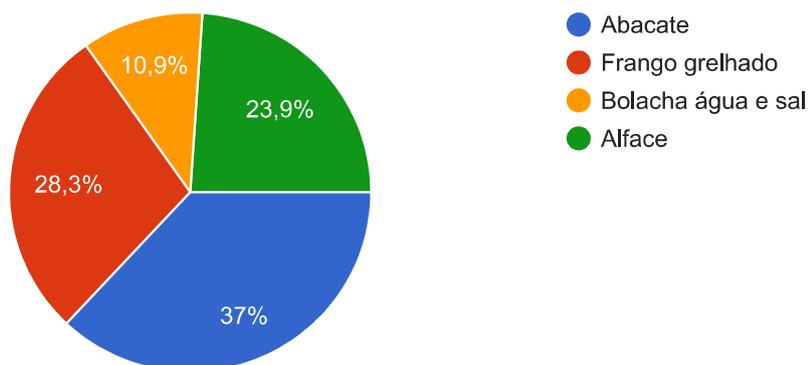
47 respostas



## 3- Se a gordura fosse invisível, em qual desses alimentos você se surpreenderia ao descobrir que ela está presente em maior quantidade?

[Copiar](#)

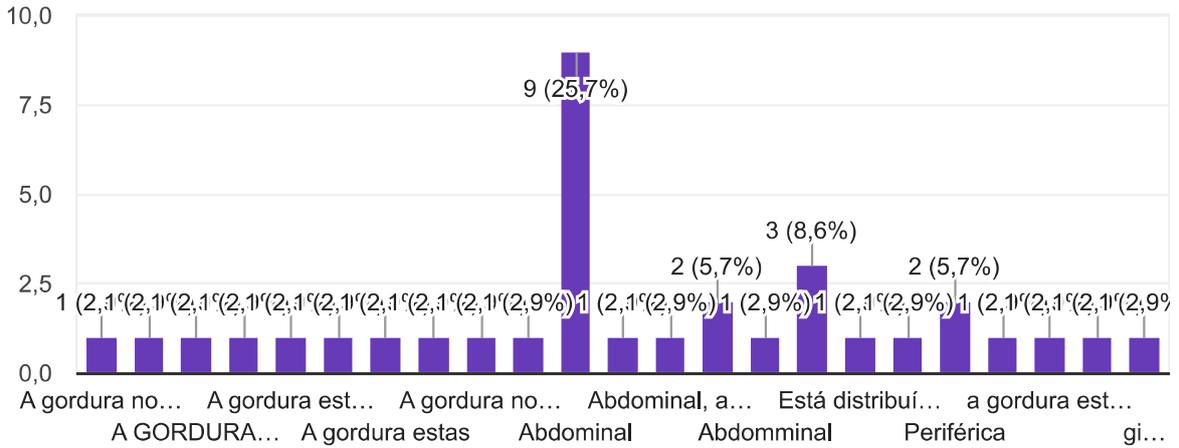
46 respostas



4- Como está distribuída a gordura no seu corpo ( abdominal, periférica)?

Copiar

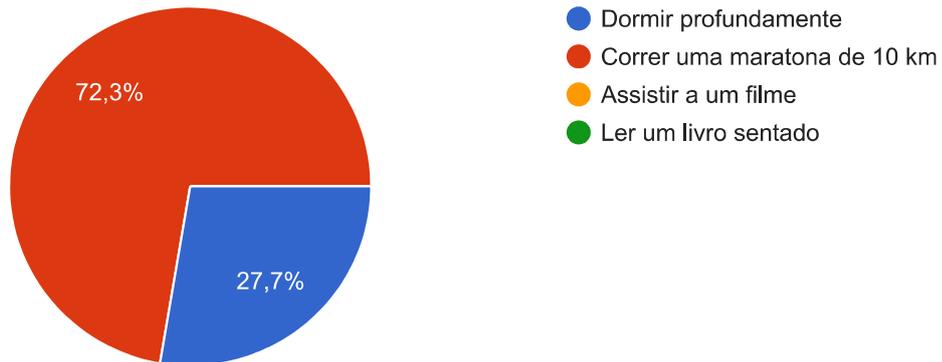
35 respostas



5- Qual dessas situações exige maior quantidade de gordura como fonte de energia?

Copiar

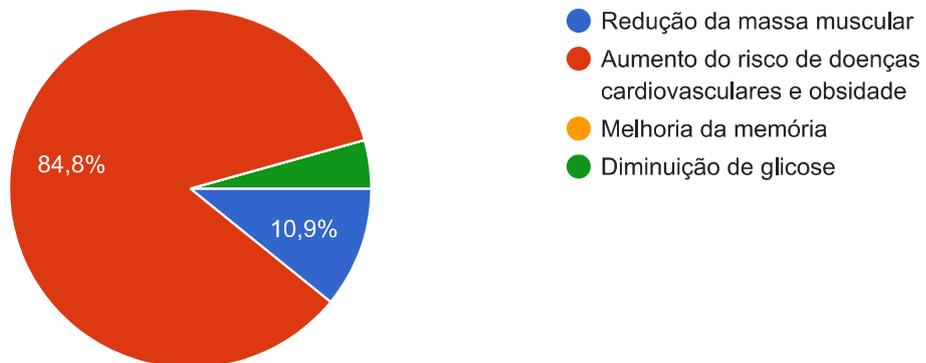
47 respostas



6- O excesso de gordura saturada na alimentação de adolescentes pode provocar a longo prazo:

Copiar

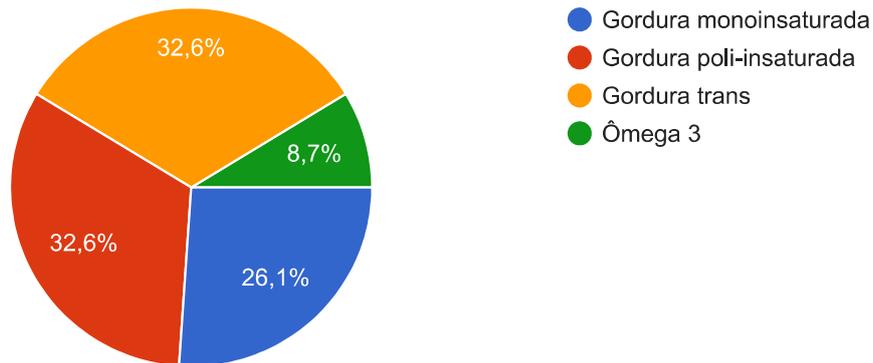
46 respostas



## 7- Qual dessas gorduras deve ser evitada ao máximo?

 Copiar

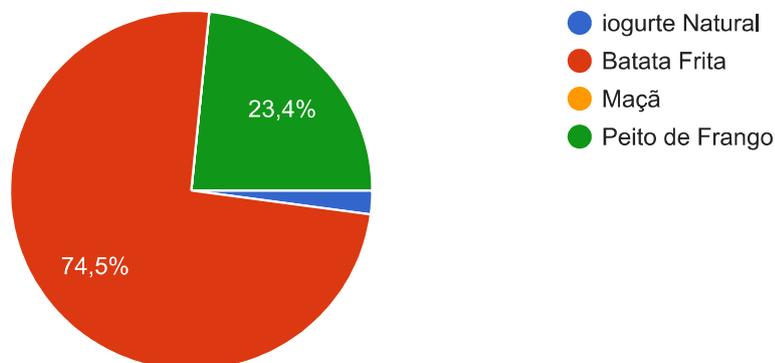
46 respostas



## 8- Qual dos alimentos tem mais gordura?

 Copiar

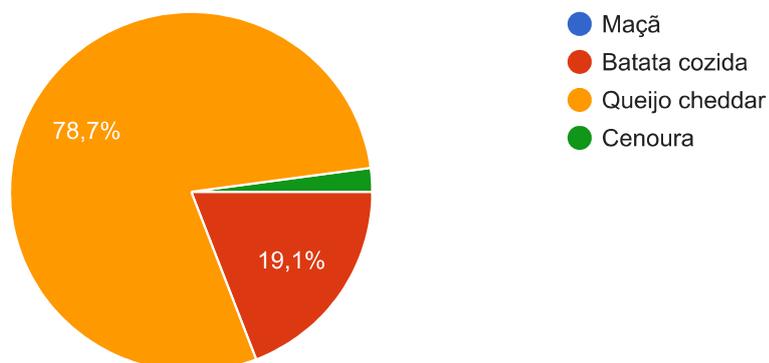
47 respostas



## 9- Qual dos seguintes alimentos geralmente contém a maior quantidade de gordura saturada?

 Copiar

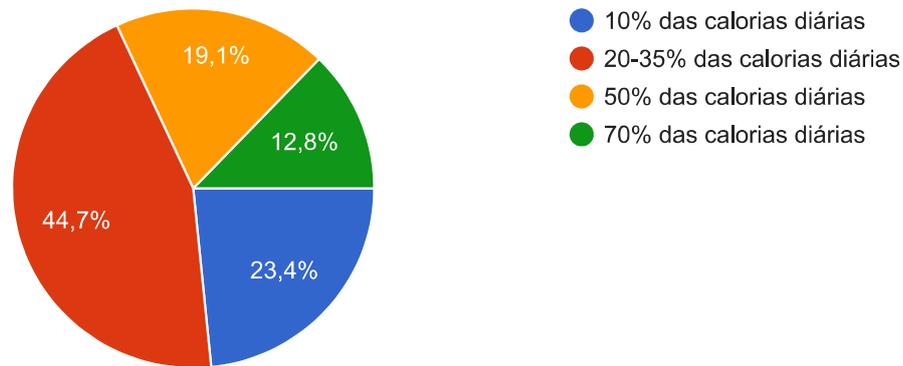
47 respostas



10-Um adulto Saudável deve limitar o consumo diário de gordura total a cerca de:

 Copiar

47 respostas



Este conteúdo não foi criado nem aprovado pela Google. - [Termos de Utilização](#) - [Política de privacidade](#)

Este formulário parece suspeito? [Relatório](#)

Google Formulários



