



Inquérito de Saúde em Oliveira do Bairro

Somos um grupo de 12 ano e fazemos parte da disciplina de área de projecto. Com este inquérito pretendemos obter uma recolha de informação cuja finalidade é contribuir no desenvolvimento do nosso projecto.

Sexo: M F **Idade:** ____

1 - Tomas o pequeno-almoço?

- ☐ Sempre
- ☐ Às vezes
- ☐ Raramente
- ☐ Nunca

2 - Fazes pelo menos cinco refeições por dia?

- ☐ Sempre
- ☐ Às vezes
- ☐ Raramente
- ☐ Nunca

3 - Quando tens sede bebes:

- ☐ Água
- ☐ Sumos de fruta natural
- ☐ Refrigerantes gaseificados
- ☐ Bebidas alcoólicas

4 - Bebes pelo menos 1,5 litros de água por dia?

- ☐ Sempre
- ☐ Às vezes
- ☐ Raramente
- ☐ Nunca

5 - Comes diariamente fritos?

- ☐ Sempre
- ☐ Às vezes
- ☐ Raramente
- ☐ Nunca

6 - Comes peixe?

- ☐ Todos os dias
- ☐ Às vezes
- ☐ Raramente
- ☐ Nunca

7 - Comes comida do tipo "fast food"?

- ☐ Sempre
- ☐ Às vezes
- ☐ Raramente
- ☐ Nunca

8 - Comes com frequência chocolates, bolos...

- ☐ Sempre
- ☐ Às vezes
- ☐ Raramente
- ☐ Nunca

9 - Controlas o teu peso regularmente?

- ☐ Sempre
- ☐ Às vezes
- ☐ Raramente
- ☐ Nunca

Obrigada pela tua colaboração!