



RELATÓRIO

Escola Secundária da Lousã

Turma do 9º C

Alimentação saudável e sustentável – O que sabem e fazem os pais?

ÍNDICE

Introdução	4
1. Situação base	5
2. Objetivos.....	9
3. Universo	10
4. Amostra	10
5. Metodologia	11
6. Recolha de informação	12
7. Tratamento de dados	13
8. Resultados e conclusões	13
9. Proposta de Plano de Ação	14
• Metodologia	
• Propostas de atividades/estratégias e calendarização	
• Avaliação	
 BIBLIOGRAFIA	 17
 ANEXOS	
 ANEXO I - PEDIDO DE AUTORIZAÇÃO PARA A APLICAÇÃO DO QUESTIONÁRIO NO AGRUPAMENTO.....	 20
ANEXO II – QUESTIONÁRIOS	21
ANEXO III - QUADROS DE TABULAÇÃO	26
ANEXO IV - Documento Anexo <u>RESULTADOS DA APLICAÇÃO DO QUESTIONÁRIO</u>	

"Uma alimentação com futuro requer o acesso, por parte de todos, a uma alimentação saudável e ecologicamente sustentável.

O futuro da alimentação humana num mundo em crescimento demográfico, com dietas em rápida mutação, com escassez crescente de recursos cruciais como a água, a energia e o solo fértil, e num contexto de alterações climáticas cada vez mais visíveis, coloca hoje desafios monumentais à ciência e à tecnologia, às políticas públicas nos mais diversos domínios e a todos nós, enquanto cidadãos e consumidores."

José Lima Santos, Isabel do Carmo, Pedro Graça, Isabel Ribeiro

Introdução

Neste relatório apresenta-se o estudo de opinião “Alimentação saudável e sustentável – o que sabem e fazem os pais?”, que no âmbito do projeto NEPSO promovido pela Fundação Vox populi , foi desenvolvido pelos alunos da turma do 9º C da Escola Secundária da Lousã.

Este estudo de opinião enquadra-se num plano mais amplo, num diagnóstico de situação no concelho da Lousã, promovido pela Câmara Municipal, em que se pretende, ao nível do Projeto Educativo Local implementar uma intervenção no âmbito da Alimentação Saudável e Sustentável

Apresenta-se num primeiro ponto o contexto teórico/situação base que sustenta a pesquisa, apresenta-se em seguida o conteúdo técnico do estudo realizado (objetivos, universo, amostra, metodologia, inquérito e recolha) e os principais resultados. Termina-se com uma conclusão geral que aponta para um plano de ação que se descreve a seguir.

1. A situação base

Da alimentação saudável e do papel dos pais...

É hoje consensual que a saúde não depende exclusivamente da prestação de cuidados. A influência do ambiente sócio - familiar, biofísico e ecológico tem um papel determinante no estado de saúde das populações em geral e particularmente na saúde das crianças e dos jovens (DGS, 2005).

Considerando o atual reconhecimento de que aprender a comer é essencial para uma boa saúde, é de extrema importância compreender os determinantes da alimentação saudável e das escolhas alimentares ao longo da vida.

Durante a infância, a família é responsável pela formação do comportamento alimentar da criança através da aprendizagem social, tendo os pais o papel de primeiros educadores nutricionais. Neste âmbito, os fatores culturais e psicossociais da família influenciam as experiências alimentares da criança desde o momento do nascimento, dando início ao processo de aprendizagem (Ramos & Stein, 2000). Uma adequada introdução de novos alimentos no primeiro ano de vida, com uma correta socialização alimentar a partir deste período, assim como a oferta de alimentos variados e saudáveis, em ambiente alimentar agradável, permite à criança iniciar a aquisição das preferências alimentares responsáveis pela determinação do seu padrão de consumo (Birch, 1998, cit. por Aparício, 2010).

Reforçando o papel fundamental dos pais na formação de bons hábitos alimentares na criança, Ornellas (1995) considera necessário que haja um acordo quanto aos gostos e preparações dos alimentos, evitando mostrar insatisfação na frente da criança, o que pode influenciar na hora de aceitar ou rejeitar qualquer alimento, pois esta fase da vida favorece a formação de bons hábitos alimentares, sendo importante que os pais dêem exemplos pessoais.

De acordo com Aparício (2010), que corrobora vários investigadores na área da educação alimentar, as estratégias que os pais utilizam para a criança se alimentar ou para aprender a comer determinados alimentos, podem apresentar estímulos tanto adequados como inadequados, o que vai determinar a aquisição das preferências alimentares da criança e o seu autocontrole na ingestão alimentar. Também para Aparício et al. (2012) durante a infância, a família tem uma enorme responsabilidade não só na oferta do tipo de alimentos, mas igualmente na formação do comportamento alimentar da criança, detendo os pais o papel de primeiros educadores nutricionais.

Rossi (2008) na sua análise de um conjunto de determinantes do comportamento alimentar agrupou as informações de modo a caracterizar a relação entre a disponibilidade, a aceitabilidade e as preferências alimentares; a estrutura das refeições no contexto social, o ato de comer e determinantes cognitivos; a influência parental sobre a alimentação e a participação dos meios de comunicação, em especial a televisão no comportamento alimentar.

A relação entre fatores económicos e a disponibilidade dos alimentos, é também um determinante nas escolhas alimentares da família. O custo dos alimentos é um dos fatores primordiais no processo de escolha e

está diretamente relacionado com o nível sócio-económico da família. Grupos de baixos rendimentos têm uma maior tendência para consumir dietas desequilibradas e, em particular, com baixa ingestão de frutas e produtos hortícolas. No entanto, os estudos também revelam que o acesso a mais dinheiro não é automaticamente sinónimo de uma alimentação de melhor qualidade, aumentando no entanto o poder de escolha.

Algumas investigações têm analisado a relação entre o nível cultural e o comportamento alimentar e indicam que o nível educacional pode influenciar a dieta na idade adulta. No entanto, conhecimentos sobre nutrição e hábitos alimentares saudáveis não se apresentaram fortemente correlacionados. Segundo os autores, isso ocorre porque o conhecimento sobre saúde não leva a uma ação direta, quando os indivíduos não sabem como aplicar o seu conhecimento. Além disso, a informação divulgada sobre nutrição vem de uma variedade de fontes e é vista, ou como conflituante, ou com desconfiança, o que desestimula a motivação para a mudança (Aparício, 2010). Assim, na educação alimentar, é importante não só transmitir mensagens precisas e consistentes através dos vários meios de comunicação, nas embalagens de alimentos, mas também através dos profissionais de saúde.

É unânime a opinião de que para manter uma alimentação saudável é essencial assegurar: i) segurança alimentar, tanto em termos de qualidade como de higiene; ii) diversidade para serem asseguradas as necessidades em nutrientes essenciais; iii) variedade de forma a evitar excessos ou défices em determinados nutrientes; iv) manter a proporcionalidade entre os diferentes grupos de alimentos.

Para que estas regras sejam cumpridas, os pais, em particular, e, em geral, todos os adultos com que a criança contacta, devem não só promover uma alimentação saudável, mas também servir de modelos para uma alimentação saudável. Nesse sentido a Plataforma Contra a Obesidade (DGS, 2007) divulga alguns conselhos para os pais (ANEXO I).

Da alimentação sustentável...

Uma alimentação com futuro requer o acesso, por parte de todos, a uma alimentação saudável e ecologicamente sustentável.

“Passadas três décadas sabemos hoje que, independentemente dos muitos sucessos na área agrícola, os sistemas de produção e as dietas não são sustentáveis”, diz Barbara Burlingame (2012), responsável pela Divisão de Nutrição e Proteção do Consumidor da FAO. No mundo atual, 1.000 milhões de pessoas passam fome, enquanto um número ainda maior sofre de obesidade, sofrendo ambos os grupos de carências nutricionais específicas (por exemplo a falta de vitamina A, ferro ou iodo). E a situação nutricional mundial tende a piorar...

Até agora, o problema de alimentar uma população mundial cada vez mais tem sido visto como uma questão de produzir quantidades suficientes de alimentos. Isto levou a que tenham sido abandonadas culturas tradicionais em prol de culturas altamente energéticas, uma vez que a agricultura industrial e a melhoria dos meios de transporte rápido permitiram a disponibilização massiva de hidratos de carbono e gorduras refinadas. Esta situação provocou uma simplificação das dietas, uma dependência global generalizada de um reduzido número de culturas: por exemplo três cereais – milho, arroz e trigo – que fornecem 60% das calorias

de origem vegetal consumidas globalmente. Outra consequência é o tremendo impacto negativo: i) na saúde dos povos, com o aumento de doenças não transmissíveis (a diabetes e problemas cardiovasculares), que se estão a tornar as novas epidemias globais; ii) no meio ambiente, em que de 48.000 espécies avaliadas, 36% estão ameaçadas (Burlingame, 2012).

Burlingame considera que as dietas sustentáveis podem “promover o consumo de alimentos cuja produção consuma menos água e emita menos carbono, preservar a biodiversidade alimentar (incluindo as culturas tradicionais) contribuindo para uma transição para sistemas agrícolas que sejam eficientes do ponto de vista nutricional, amigos do ambiente e resilientes às alterações climáticas” (idem, 2012).

Pardal (1994), relata uma série de fatores que influenciam os padrões alimentares e que importa realçar alguns deles: i) a cultura e as tradições, mais marcadas numa região que noutras; ii) o nível de instrução; iii) o poder de compra; iv) a publicidade e o papel dos mass media; v) a posição da mulher no mercado de trabalho; vi) a indústria alimentar e os “lobbies”; vii) as políticas agrícolas e comerciais bem como o papel dos intermediários”

Para Isabel do Carmo: i) a questão da alimentação deve ser tratada pelos vários setores em articulação: produção, distribuição, nutrição, saúde; ii) a alimentação diz respeito à saúde individual, mas também a uma perspetiva ecológica e económica mundial; iii) as desigualdades sociais marcam de forma clara as diferenças no acesso à quantidade e à qualidade dos alimentos; iv) pode calcular-se que pelo menos cerca de 2 milhões de portugueses têm insegurança alimentar; v) deve consumir-se os alimentos produzidos o mais próximo possível do local de habitação, frequentar os mercados tradicionais e ver o país de origem dos produtos, nas grandes superfícies e nos mercados tradicionais.

Carmo (2012) considera também que, por causa das carências que ao longo dos tempos acompanharam a sociedade portuguesa e com o objetivo de encontrar formas de as contornar, as populações e particularmente as mulheres foram desenvolvendo padrões e confeções especiais e que essas formas tradicionais ou antigas deverão ser objeto de investigação e recuperação, pois fazem parte de um saber humano que foi transmitido através de gerações, integrando a cultura de regiões e populações. Por outro lado, considera ainda que o conhecimento desses padrões alimentares pode dar um contributo para recomendações atuais que sejam compatíveis com a saúde e a situação económica.

A alimentação enfrentará enormes desafios no futuro próximo: saúde, ambiente, justiça social, economia, recursos, pessoas e capacidades. Para Lang (2012) o desafio pode ser resumido do seguinte modo: como garantir que todos os consumidores – mesmo os europeus – tenham uma dieta sustentável, e, ao mesmo tempo, como tornar sustentável o nosso sistema de produção alimentar? Este objetivo aparentemente simples – dietas sustentáveis baseadas num sistema alimentar sustentável – está, atualmente, ainda longe do nosso alcance.

Concluindo...

O futuro da alimentação humana num mundo em crescimento demográfico, com dietas em rápida mutação, com escassez crescente de recursos cruciais como a água, a energia e o solo fértil, e num contexto de alterações climáticas cada vez mais visíveis, coloca hoje desafios monumentais à ciência e à tecnologia, às políticas públicas nos mais diversos domínios e a todos nós, enquanto cidadãos e consumidores.

Assim, gerir a alimentação infantil e juvenil de forma equilibrada, ou seja, fornecer uma alimentação adequada do ponto de vista nutricional, num ambiente positivo, balanceando a energia que as crianças e jovens consomem com o desgaste energético e que seja também ecologicamente sustentável, torna-se de vital importância, de modo a evitar alterações nutricionais, dificuldades na autorregulação do apetite, problemas/doenças do comportamento alimentar e desequilíbrios ou danos ambientais.

Na opinião de Lopes, Catarino e Dixe (2010), cit. Bryanton et al. (2009), os pais devem ser preparados para compreender e responderem positivamente às necessidades fisiológicas e emocionais das crianças e dos jovens, nomeadamente na alimentação. Rossi et al.(2008) consideram que a orientação educacional deve ter como objetivos a transmissão de informação nutricional, a mudança de crenças relativas à alimentação e, principalmente, deverá ser direcionada à família. Isso porque os pais têm um papel relevante no processo da aprendizagem das preferências e dos hábitos alimentares, podendo estimular uma prática alimentar saudável para os seus filhos.

A Câmara da Lousã tem plena consciência que uma alimentação adequada contribui significativamente para o equilíbrio físico e mental das crianças. Tem por isso desenvolvido um conjunto de atividades em articulação com variadas instituições, nomeadamente o Centro de Saúde da Lousã, com o objetivo de promover a aquisição pelas crianças e jovens do seu território educativo de hábitos saudáveis. No sentido de reforçar aquelas intervenções, a Autarquia pretende organizar ações de formação para pais e encarregados de educação, no âmbito da Saúde, nomeadamente no que concerne à alimentação saudável, ao consumo responsável.

É indispensável compreender os sentidos e significados que são atribuídos pelos pais/encarregados de educação à alimentação dos seus filhos. A partir do olhar que eles dirigem sobre uma alimentação saudável e sustentável poderá tomar-se consciência da necessidade, de onde e como se deve iniciar um processo de intervenção...

2. Objetivos

O estudo pretende apurar, para os encarregados de educação dos alunos de todos os ciclos do Agrupamento de Escolas da Lousã, a dimensão estatística de dados relativos ao conhecimento e práticas no âmbito de uma alimentação saudável e sustentável, nomeadamente:

Objetivo Geral 1 – o conhecimento sobre temáticas específicas de alimentação saudável e sustentável.

- **Objetivos específicos**

- determinar os conhecimentos sobre alimentação saudável e sustentável.
- determinar os conhecimentos sobre a frequência e a quantidade de alimentos que se deve ingerir às refeições;
- determinar os conhecimentos sobre a compra/seleção de alimentos;
- recolher informação da perceção pessoal relativamente à alimentação saudável e sustentável.

Objetivo Geral 2 - a adoção, no contexto familiar, de comportamentos/attitudes no domínio da alimentação saudável e sustentável.

- **Objetivos específicos**

- conhecer as práticas familiares no âmbito de consumos e hábitos alimentares;
- identificar as práticas de aquisição/compra e confeção de alimentos;
- determinar as intenções dos pais/encarregados de educação relativamente à prática de uma alimentação saudável;
- conhecer a conceção sobre o contributo pessoal na educação alimentar dos educandos.

Objetivo Geral 3 – a necessidade de informação/formação na área da educação alimentar saudável e sustentável.

- **Objetivos específicos**

- identificar a perceção relativamente à importância da sua formação, como “educadores primeiros”, em educação alimentar saudável e sustentável;
- identificar necessidades de informação/formação na área da educação alimentar;
- apurar as formas/formatos de formação /informação passíveis de frequência para desenvolvimento de conhecimentos e competências na área da educação alimentar.

Pretendeu - se analisar se os dados obtidos são diferenciados nos encarregados de educação:

- i- em função do ciclo/ano de escolaridade frequentado pelos seus educandos.

3. Universo

O universo do presente estudo é constituído pelos Encarregados de Educação de todos os alunos do Agrupamento de Escolas da Lousã, num total de **2 335** indivíduos, distribuídos do seguinte modo:

TABELA DE DISTRIBUIÇÃO DOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

GRAU DE ENSINO					
Pré-escolar	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secundário	TOTAL
335	709	332	549	410	2 335

4. Amostra

a) Tipo de amostragem - aleatória sistemática

Metodologia: para determinar os indivíduos que seriam entrevistados, a partir das listas dos alunos de todas as turmas do Agrupamento de Escolas da Lousã (do ensino pré-escolar ao ensino secundário,) foi tirado ao acaso, entre os quatro primeiros alunos da turma do pré-escolar do Jardim de Infância Fontainhas da Lousã, um número e, a partir desse, foi contado de 4 em 4 para a seleção dos elementos de cada turma, cujo encarregado de educação seria inquirido. Foi seguida a ordenação seguinte: turmas do pré-escolar, turmas do 1º ano, turmas do 2º ano, turmas do 3º ano e assim sucessivamente até às turmas do 12º ano, seguindo-se depois a seleção para as turmas do ensino vocacional e do ensino profissional.

No total foi calculado um total de 585 encarregados de educação para serem inquiridos.

b) Foi prevista a aplicação de 585 questionários aos encarregados de educação determinados na amostragem distribuídos da seguinte forma:

TABELA DE DISTRIBUIÇÃO DOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO A SER INQUIRIDOS

GRAU DE ENSINO					
Pré-escolar	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secundário	TOTAL
84	177	83	138	103	585

c) O erro associado à amostra é aproximadamente 5% para um nível de confiança de aproximadamente 95%.

5. Metodologia

A seleção da metodologia teve em consideração a especificidade da amostra e o tipo de questionário a utilizar neste estudo.

- **Autorização**

- Foi solicitada a autorização à Diretora (Anexo I) para que os coordenadores de estabelecimento das várias unidades de ensino do Agrupamento façam chegar, aos responsáveis pelas turmas dos diversos ciclos de ensino, os questionários que os encarregados de educação, selecionados pela amostragem, deverão responder.

- **Técnica de recolha de informação a utilizar:**

- Auto preenchimento, manuscrito pelos inquiridos, de um questionário apresentado em suporte de papel e enviado para casa, pelos docentes /diretores de turma dos alunos cujos encarregados de educação foram inquiridos.

- **Supervisão**

- Realizada pela professora de Ciências Naturais e Diretora de Turma do 9º C.

- **Operacionalização**

Relativamente à construção do questionário, o leque de questões que considerávamos importantes numa primeira fase estavam a levar-nos a um questionário muito grande que poderia criar algum cansaço em quem responde por um lado e por outro (talvez o mais importante...) exigir uma logística no lançamento na plataforma e no tratamento de dados que poderia por em risco a conclusão do trabalho final. Assim o documento final, com questões específicas sustentadas na revisão da literatura realizada e fundamentadas nas recomendações de fontes científicas, nomeadamente de Birch et al., (2018); EUFIC (2005); Portugal, Direção Geral da Saúde (2005); Portugal, Direção Geral da Saúde/Plataforma Contra a Obesidade (2009); WHO (2009), acabou por ficar em 4 páginas A4 apresentadas em caderno numa folha A3.

Optou-se na sua elaboração por questões fechadas contemplando as maior parte delas itens de concordância e de frequência.

- A aplicação do questionário foi precedida pela aplicação de 15 questionários pré-teste aos encarregados de educação de alunos do pré-escolar, do ensino básico e do ensino secundário.

A seleção da metodologia teve em consideração a especificidade das amostras, o tipo de questionário a utilizar neste estudo e os recursos/logística disponíveis para a sua aplicação.

6. Recolha de Informação

A recolha de informação para os dados do estudo aconteceu durante os primeiros quinze dias do mês de maio tendo os dados sido lançados na plataforma entre 20/05/2015 a 28/05/2014, um total de 568 inquéritos que corresponde a uma percentagem 96,6% da inicialmente prevista.

Quadro I – Distribuição das Entrevistas realizadas por cada aluno entrevistador

Entrevistador	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Nº de entrevistas realizadas	22	22	19	22	14	21	37	9	32	27

Entrevistador	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Nº de entrevistas realizadas	32	25	37	42	27	1	23	20	10	22

Entrevistador	21	22	23	24	25	26				
Nº de entrevistas realizadas	29	16	23	19	12	4	TOTAL = 568			

A reação e cooperação dos entrevistados foi muito positiva tendo sido devolvidos os inquéritos levados para casa pelos alunos para os seus encarregados de educação.

Surgiu no entanto um problema na Escola Básica nº1 da Lousã em que um mal entendido, relativamente à forma a adotar para recolher e controlar a entrega dos inquérito,s quase ia comprometendo toda a recolha e acesso aos dados relativos aos encarregados de educação daquela Escola. O problema foi no entanto resolvido com o apoio da coordenadora de estabelecimento que acabou por conseguir a entrega de quase 100% dos inquéritos distribuídos.

Foi decisivo para o cumprimento da calendarização de aplicação do questionário a colaboração da direção do Agrupamento, dos educadores de infância, dos docentes do 1º ciclo e diretores de turma dos 2º e 3º ciclos e ensino secundário, que não causaram qualquer problema quando lhes foi solicitada a autorização para quer na sala de aula se fizesse a entrega e recolha dos questionários aos educandos dos pais/encarregados de educação selecionados na amostragem.

7. Tratamento de dados

Após a receção das tabelas, enviadas pela coordenação do projeto NEPSO, foi realizada uma análise preliminar dos resultados. Durante esta fase foi ponderada utilização ou não das variáveis que caracterizam os indivíduos da amostra (idade sexo, situação profissional, nível de escolaridade) mas entendeu-se que para os objetivos do estudo, macro nesta fase inicial, seria suficiente analisar os resultados em função do nível escolar frequentado pelos educandos: pré-escolar; 1º ciclo, 2º ciclo, 3º ciclo e ensino secundário/profissional.

Para todos os resultados, organizados em tabulações (Anexo III) foram elaborados os gráficos de todas as questões, considerando a distribuição por nível de escolaridade e os valores totais.

8. Resultados e conclusões

Após a fase de tratamento, foram selecionadas as questões consideradas nesta fase da investigação de maior pertinência a apresentar nas conclusões e para as quais foi determinado o intervalo de confiança.

As respostas às outras questões serão sujeitas a um estudo futuro e poderão ser usadas para orientarem a tomada de decisão relativamente a algumas estratégias/atividades a implementar na Ação de intervenção.

Apresentam-se em anexo no Documento **RESULTADOS DA APLICAÇÃO DO QUESTIONÁRIO** os dados relativos aos resultados de algumas questões dos questionários aplicados à amostra selecionada dos encarregados de encarregados de educação dos alunos do Agrupamento de Escolas da Lousã.

A partir da análise dos dados apresentados no documento indicado anteriormente, em termos gerais este estudo de opinião permite-nos concluir:

- a) Um número significativo de pais/encarregados de educação não conhece as práticas de uma alimentação saudável e sustentável.
- b) Em termos globais, as questões analisadas permitem-nos ter evidências, da discrepância, em alguns pontos, entre o conhecimento por parte dos pais/encarregados de educação de regras de alimentação saudável e sustentável e as práticas em contexto familiar.
- c) É ainda evidente o desconhecimento dos pais/encarregados de educação relativamente a algumas das condições relativas ao fornecimento de “alimentos” aos seus educandos na Escola.
- d) É revelado algum interesse por parte dos pais/encarregados de educação no sentido de “saber mais” pela temática em apreço.
- e) Estes resultados apontam-nos para a importância de, ao nível concelhio, envolver as entidades responsáveis locais da área da educação e da saúde, no sentido de se refletir e apresentar propostas

consensuais que possam vir a contribuir para práticas alimentares saudáveis e sustentáveis das crianças e jovens da Lousã.

9. Proposta de Ação a realizar –um projeto de Educação Alimentar para as crianças e jovens em idade escolar no concelho da Lousã.

Para que um projeto de promoção de uma Alimentação Saudável e Sustentável tenha impacte nas famílias deve reunir condições favoráveis à mudança, envolvendo e capacitando as famílias para fazer escolhas:

- de alimentos de acordo com as necessidades nutritivas essenciais ao organismo dos diversos indivíduos que integram a família, tendo em atenção os efeitos de substâncias/ produtos saudáveis ou que podem provocar doenças crónicas;
- que sejam ecologicamente sustentáveis.

Assim, uma vertente fundamental é a aposta na informação baseada na evidência científica e na capacitação tanto dos pais como das crianças e jovens para que possam e saibam gerir no seu dia-a-dia padrões de consumo saudáveis e sustentáveis.

Metodologia

A conceção do plano de Ação deverá ser iniciado com uma análise SWOT (*Strengths* - Pontos Fortes; *Weaknesses* - Pontos Fracos, *Opportunities* - Oportunidades e *Threats* - Ameaças). Deste modo será possível: a) efetuar uma síntese das análises internas e externas; identificar os elementos chave para a gestão do plano, permitindo estabelecer prioridades de atuação; b) preparar opções estratégicas considerando os riscos a ter em conta e os problemas a resolver, assim como as vantagens e as oportunidades a potenciar e explorar;

- Recursos/Parcerias

Ao nível local, a execução do plano de Ação/projeto de educação alimentar para uma alimentação saudável e sustentável deve obrigatoriamente incluir profissionais de saúde e educação. No entanto outros parceiros devem ser envolvidos, nomeadamente:

- a Autarquia, a quem compete assegurar a gestão dos refeitórios dos estabelecimentos de educação pré-escolar e do ensino básico, assim como gerir o pessoal não docente de educação pré-escolar e do 1.º ciclo do ensino básico;
- as Associações de Pais/ Encarregados de Educação que intervém junto dos poderes públicos, para melhorar várias situações, nomeadamente: ação social escolar no apoio à alimentação;
- as indústrias ou empresas e organizações do ramo alimentar, que podem adequar os conhecimentos dos princípios básicos da nutrição e da rotulagem dos géneros alimentícios, contribuindo para melhorar as escolhas dos consumidores;
- as Associações de Agricultores e a agricultura familiar, que devem promover e disponibilizar para aquisição pelas famílias de produtos locais;

- as Faculdades e /ou Institutos com trabalho de investigação na área da nutrição, que têm o conhecimento científico que valida as opções de sensibilização/acção a implementar;
- outros, de acordo com a estratégia definida para cada fase/ actividade do projeto.

Os objetivos gerais deste projeto para uma Alimentação Saudável e Sustentável devem passar por:

1. **tomada de consciência** por parte dos pais /encarregados de educação, e das famílias em geral, para uma alimentação saudável global e dos problemas associados aos erros alimentares sensibilizando-os para estes assuntos;
2. **conhecimentos:** aquisição por parte dos pais/encarregados de educação de conhecimentos no âmbito da importância da saúde e da sustentabilidade na alimentação e da responsabilidade e do papel crítico que é da sua responsabilidade como “educadores primeiros”;
3. **atitude:** aquisição, entre os valores sociais, de um sentimento de vivo interesse por estas temáticas, uma motivação bastante forte para uma participação ativa no melhoramento das práticas alimentares na família;
4. **competências:** aquisição das competências necessárias para a solução dos problemas que no âmbito das escolhas que em termos alimentares tenham ou devam ser adotadas em família;
5. **capacidade de avaliação:** avaliação das medidas e vários programas de alimentação que são publicamente divulgados através de organismos oficiais e/ou media, em função de fatores ecológicos, políticos, sociais, estéticos e educativos;
6. **participação:** desenvolvimento do sentido de responsabilidade e do sentimento de urgência perante os problemas/necessidades de saúde *versus* ambiente, para que se garantam a elaboração de medidas próprias para a sua resolução.

- Metodologia

A - A criação de uma Equipa multidisciplinar

A Equipa que terá como função conceber, implementar, acompanhar e avaliar a ação, deverá ser formada por elementos da Autarquia, do Centro de Saúde,

B- O Plano geral da Ação

Propõe-se uma intervenção sistémica, englobando os diferentes níveis de intervenção e os atores locais da comunidade e da Escola:

- Avaliação

A avaliação desta Ação, assentará na análise dos seguintes domínios:

- i) o grau da sua concretização em termos do impacto na melhoria de práticas alimentares saudáveis e sustentáveis;
- ii) o nível de execução das atividades previstas no seu plano da ação;
- iii) a prática da cultura de colaboração entre as instituições envolvidas, pais/encarregados de educação e comunidades escolar e educativa;
- iv) o grau de satisfação dos intervenientes, dinamizadores e público-alvo.

Concretizar-se-á através de:

- i) análise de documentos e registos produzidos (relatórios, atas e outros) e inquéritos por questionários e/ou entrevistas;
- ii) análise da evolução dos comportamentos/atitude no âmbito da alimentação saudável e sustentável;
- iii) análise do grau de concretização das atividades previstas e realizadas no plano de Ação;
- iv) identificação do grau de melhoria verificado relativamente aos pontos fracos diagnosticados e dos fatores que conduziram à melhoria;
- v) identificação dos pontos fortes e fracos da concretização do Projeto no sentido de permitir a sua reformulação e definição de um novo plano de ação, que conduza à melhoria dos resultados no sentido de mudanças de atitudes desejáveis em termos de saúde e desenvolvimento sustentável;
- vi) mobilização a toda a população concelhia não só para a participação das atividades previstas mas também divulgação dos resultados desta avaliação, através dos meios de comunicação/divulgação existentes na Escola;

Bibliografia

- Albuquerque, C. M. (2013). Vigilância de saúde infantil. Editor: Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Viseu. Recuperado em 16 de janeiro de 2015, de http://2011.congresso-misij.com/manual_obesidade.pdf.
- Aparício, G., Cunha, M., Duarte, J. & Pereira, A. (2012). Conhecimento dos pais sobre alimentação: construção e validação de um questionário de alimentação infantil. *Revista de Enfermagem Referência, ser III*(6), 55-68. Recuperado em 15 de abril de 2015, de <http://www.scielo.mec.pt/pdf/ref/vserIIIn6/serIIIn6a06.pdf>.
- Aparício, G. (2010). Ajudar a desenvolver hábitos alimentares saudáveis na infância. *Millenium - Revista do IPV* - n.º 38 - Junho de 2010. Recuperado em 16 de janeiro de 2015, de <http://repositorio.ipv.pt/handle/10400.19/309>.
- Birchl, L. (1998). Psychological influences on the childhood diet. *Journal Nutrition* 128:407-10.
- Burlingame, B. (2012). *Sustainable Diets and Biodiversity*. Food and Agriculture Organization of the United Nations, Rome 2012. Recuperado em 10 de março de 2015, de <http://www.fao.org/docrep/016/i3004e/i3004e00.htm>.
- Carmo, I. (2012). Alimentação humana: saúde, ambiente e igualdade. O Futuro da Alimentação, Fundação Calouste Gulbenkian, Lisboa. Recuperado em 2 de março de 2015, de http://www.gulbenkian.pt/mediaRep/gulbenkian/files/institucional/FTP_files/pdfs/PGDesenvolvimentoHumano/pgDH_FuturoAlimentacao_PT.pdf.
- Direção Geral de Saúde (2005). Divisão de Saúde Materna, Infantil e dos Adolescentes. *Saúde Infantil e Juvenil: Programa Tipo de Actuação / Direcção-Geral da Saúde*. 2.ª edição, Lisboa: 48 p. (Orientações Técnicas; 12).
- Direção Geral de Saúde (2007). Plataforma Contra a Obesidade. *Obesidade Infantil – conselhos para os pais*. Recuperado em 10 de fevereiro de 2015, de <http://www.plataformacontraaobesidade.dgs.pt/PresentationLayer/textos00.aspx?menuid=198&exmenuid=165&SelMenuId=198>.
- Lang, T. (2012). Alimentos sustentáveis para dietas sustentáveis? *O desafio da saúde pública ecológica O Futuro da Alimentação*, Fundação Calouste Gulbenkian, Lisboa. Recuperado em 2 de março de 2015, de http://www.gulbenkian.pt/mediaRep/gulbenkian/files/institucional/FTP_files/pdfs/PGDesenvolvimentoHumano/pgDH_FuturoAlimentacao_PT.pdf.
- Ornellas, L. H. (1995). *Técnica Dietética: Seleção e preparo de alimentos*. São Paulo: Atheneu.
- Pardal, M. (1994). Discurso de abertura do I Fórum de projectos de educação alimentar, pelo Presidente da Comissão Organizadora (DGS). *Revista Forum de Projectos de Educação Alimentar – Actas*, 6-9.

Ramos, M. & Stein, L.M. (2000). Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. *Jornal de Pediatria. Sociedade Brasileira de Pediatria*. 76 (Supl.3), S229-S237.

Rossi A., Moreira E. & Rauen M. (2008). Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. *Revista de Nutrição*, 21(6), 739-748. Recuperado em 20 de fevereiro de 2015, de <http://www.scielo.br/pdf/rn/v21n6/a12v21n6.pdf>.

ANEXOS

ANEXO I - PEDIDO DE AUTORIZAÇÃO PARA A APLICAÇÃO DO QUESTIONÁRIO AOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO
DOS ALUNOS DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DA LOUSÃ

Ex. ^{ma} Senhora Diretora
Do Agrupamento de Escolas da Lousã

Lousã, 28 de abril de 2015

Assunto: Pedido de autorização para aplicação de um questionário na Escola Secundária

No âmbito do projeto “NEPSO - Escola opinião”, A turma do 9º C está, a desenvolver um estudo de opinião sobre o tema “Alimentação saudável e sustentável – o que sabem e fazem os pais?”.

O objetivo final da nossa intervenção é que, após a análise e apresentação dos resultados deste estudo de opinião, decorra um debate de forma a surgirem propostas para um plano de ação, que em articulação com a Câmara Municipal da Lousã e no âmbito do Projeto Educativo Local - PEL possa contribuir, em termos ambientais e de saúde e ambientais para a melhoria da alimentação das crianças e jovens do concelho da Lousã.

Assim, vimos solicitar a V. Ex.^a que se digne autorizar a que sejam entregues aos alunos do Agrupamento de Escolas os questionários que derão fazer chegas aos seus pais/encarregados de educação, elaborados em função dos objetivos atrás apresentados, a uma amostra de cerca de 585 entrevistados no universo de todos os alunos do Agrupamento.

A aplicação dos questionários está calendarizada para prevista para o mês de maio e nesse sentido vimos solicitar a autorização para a sua realização.

P'los Alunos da Turma 9ºC

A Delegada de Turma

ANEXO II – QUESTIONÁRIO

Questionário

Com este **questionário** procuramos saber não só a sua opinião, mas também a sua prática relativamente à **Alimentação Saudável e Sustentável**. A sua informação é importante, pois com base nos dados recolhidos poderemos propor um plano de ação, com intervenção de entidades oficiais (autarquia, serviços de saúde ou outros), com o objetivo de fornecer informação/formação sobre alimentação saudável e sustentável de forma geral e especialmente para crianças e jovens.

As respostas a este questionário serão tratadas de uma forma global, garantindo-se a não divulgação das opiniões individuais.

Desde já agradecemos a sua disponibilidade para o seu preenchimento.

INSTRUÇÕES ESPECIAIS

- Leia cada frase atentamente.
- Responda de acordo com a sua maneira de sentir e pensar, não há respostas certas ou erradas.
- Deixe os itens que não entender em branco.

Parte I

A **Alimentação saudável e sustentável** não se preocupa apenas como a saúde humana, mas também com o respeito e equilíbrio na utilização dos recursos naturais, visando o cuidado e o bem-estar do planeta. Associa a um regime alimentar, em que são fornecidos todos os alimentos necessários para que qualquer indivíduo seja saudável, a sustentabilidade da produção desses alimentos, dos impactos no meio ambiente e nas suas formas de preservação.

1- Conhece ou já ouviu falar de Alimentação Saudável e Sustentável?

☐ Sim ☐ Não ☐ Não respondo

- Se respondeu **Sim**, avance para a questão **1.1a**.

- Se respondeu **Não**, avance para a questão **1.2**.

- Se respondeu **Não respondo**, avance para a questão **1.3**.

1.1a- Como ficou a conhecer, pela primeira vez, a designação Alimentação Saudável e Sustentável?

☐ Pelos jornais e/ou revistas ☐ Pela televisão ☐ Pela internet ☐ Em ações de formação
☐ Por familiares e/ou amigos ☐ Outro: _____

1.1b- Relativamente ao seu conhecimento sobre Alimentação Saudável e Sustentável:

☐ Ouviu falar, mas não sabe muito bem o que é. ☐ Conhece apenas algumas das suas regras. ☐ Sabe bem o que é e como deve atuar. Outro: ☐ _____

- Salte agora para a questão **2**, para continuar a responder ao questionário.

1.2- Não conhece o que é Alimentação Saudável e Sustentável porquê?

☐ É um assunto que não lhe interessa. ☐ Não tem tempo para saber o que é. ☐ Nunca ouviu falar nisso.
☐ Não sabe onde pode informar-se do que é. ☐ Outro: _____

- Salte agora para a questão **2**, para continuar a responder ao questionário.

1.3- Não quis responder à pergunta porque:

☐ É um assunto que não lhe interessa ☐ Entende que não tem que dar essa informação a outros.
☐ Outro: _____

- Avance para a questão **2**, para continuar a responder ao questionário.

2- Indique o seu grau de concordância relativamente às afirmações que se seguem. Assinale com X.

	Concordo totalmente	Concordo	Discordo	Discordo totalmente	Não sei	Não respondo
2.1 A alimentação das crianças e jovens não precisa de ser variada.						
2.2 A alimentação saudável para as crianças e jovens inclui 5-7 refeições diárias.						
2.3 Um bom pequeno-almoço favorece a aprendizagem na Escola.						
2.4 O intervalo ideal entre as refeições é de cinco horas.						
2.5 É importante saber escolher os alimentos de qualidade e em quantidades adequadas às necessidades de cada um.						
2.6 As crianças e jovens devem comer diariamente 3-5 peças de fruta.						
2.7 É aconselhável que as crianças e jovens comam diariamente uma porção de doces ou bolos.						
2.8 As refeições do almoço e jantar devem iniciar-se com sopa rica em hortaliças e legumes.						
2.9 Para uma criança ou um jovem é suficiente ingerir diariamente 1 copo de leite ou derivados.						
2.10 A alimentação das crianças e jovens deve ser preferencialmente cozidos e grelhados.						
2.11 Na alimentação das crianças e jovens deve utilizar-se pouco sal.						
2.12 As crianças e jovens precisam de comer refeições em grande quantidade para crescerem melhor.						
2.13 A obesidade na infância e na adolescência aumenta o risco de obesidade na vida adulta.						
2.14 As crianças e os jovens devem comer alimentos ricos em proteínas vegetais (feijão, grão...) pelo menos quatro vezes por semana.						
2.15 A obesidade na infância aumenta o risco de aparecimento de diabetes.						
2.16 Incluir 3-4 vezes por semana Bolicão ou outros alimentos idênticos nos lanches das crianças e jovens, não prejudica a sua saúde.						
2.17 A alimentação equilibrada das crianças e jovens não inclui a ingestão de água.						
2.18 É aconselhado comer 5 porções diárias de alimentos ricos em fibras, como as hortaliças, legumes e fruta.						
2.19 Para que uma criança aceite um alimento novo é recomendável insistir em oferecê-lo entre 5-10 vezes.						
2.20 Os alimentos pobres em calorias são os designados por <i>fast food</i> .						
2.21 O pão de mistura ou escuro é o melhor para a alimentação.						
2.22 Mesmo sendo por vezes mais caros, devem ser comprados sempre produtos de agricultura biológica.						
2.23 Fazer as refeições a ver TV é desaconselhado.						
2.24 Os produtos frescos e legumes frescos devem ser comprados preferencialmente aos produtores locais.						
2.25 As refeições em família são um ritual importante para pais e filhos.						

2.26	Deve permitir-se que as crianças colaborem na confecção das refeições em casa.						
2.27	Na compra de alimentos deve ter-se em conta a lista de ingredientes existentes no rótulo.						
2.28	É menos preocupante uma criança ser gordinha do que ser magrinha.						
2.29	As refeições em família devem obedecer a um horário regular.						
2.30	É aconselhável que os pais saibam o que os filhos comem no refeitório da escola.						
2.31	Na compra dos alimentos deve atender-se à sua qualidade nutricional.						
2.32	As crianças e os jovens devem comer o que gostam, independentemente do valor nutritivo dos alimentos.						
2.33	As crianças e os jovens que petiscam entre as refeições, fazem uma alimentação mais equilibrada.						

3-Tendo em conta a seguinte escala: Sempre, Às vezes, Nunca, em sua casa e na sua família:

	Sempre	Às vezes	Nunca	Não respondo
3.1				
3.2				
3.3				
3.4				
3.5				
3.6				
3.7				
3.8				
3.9				
3.10				
3.11				
3.12				
3.13				
3.14				
3.15				
3.16				
3.17				
3.18				
3.19				
3.20				
3.21				
3.22				

4- A criança/jovem que foi portador deste questionário durante o período de aulas faz (todos os dias ou alguns) algumas das refeições na Escola?

☐ Sim ☐ Não ☐ Não respondo

- Se respondeu **Sim**, avance para a questão 4.1.

- Se respondeu **Não**, avance para a questão 4.2.

- Se respondeu **Não respondo**, avance para a questão 5.

4.1- Habitualmente, quais são as refeições que são feitas pelo seu filho(a)/educando(a) e são fornecidas pelos serviços (refeitório, bar, bufete ou outros) da Escola?

☐ Pequeno almoço ☐ Merenda da manhã ☐ Almoço ☐ Lanche

4.1a -Indique o seu grau de concordância relativamente à alimentação na Escola, frequentada pelo seu filho(a)/educando(a).

	Concordo totalmente	Concordo	Discordo	Discordo totalmente	Não sei	Não respondo
São servidos produtos com qualidade alimentar.						
A oferta alimentar no refeitório é bem confeccionada.						
São cumpridas as regras de Higiene e Segurança Alimentar na Escola.						
Há acompanhamento no refeitório.						

- Salte agora para a questão 5, para continuar a responder ao questionário.

4.2 – A criança/jovem que foi portador deste questionário não faz as refeições na Escola porque:

☐ não gosta dos alimentos servidos no bar e/refeitório da Escola. ☐ fica caro comer na Escola.

☐ Outro: _____

4.2 a - Em alternativa à Escola:

☐ faz as refeições em casa. ☐ leva as refeições de casa. ☐ vai comer a um bar/restaurante fora da Escola.

☐ Outro: _____

5- Gostaria de saber mais e participar em ações de esclarecimento/formação sobre Alimentação Saudável e Sustentável?

☐ Sim ☐ Não ☐ Não respondo

- Se respondeu **Sim**, avance para a questão 5.1.

- Se respondeu **Não**, avance para a questão 6.

- Se respondeu **Não respondo**, avance para a questão 6.

5.1 Qual o dia da semana que considera mais conveniente para participar nessas ações?

☐ Segunda-feira ☐ Terça-feira ☐ Quarta-feira ☐ Quinta-feira ☐ Sexta-feira ☐ Sábado ☐ Domingo

5.1a- Qual o horário que considera mais conveniente para participar nessas ações?

☐ Manhã ☐ Princípio da tarde ☐ Final da tarde ☐ Noite ☐ Não sabe

5.1b – Em sua opinião, qual o local mais adequado para realizar essas ações?

☐ Auditório da Biblioteca Municipal ☐ Auditório da Escola Básica nº 1 ☐ Cineteatro ☐ Auditório do Museu Álvaro Viana de Lemos ☐ Escola ☐ Secundária ☐ Não sei ☐ Outros: _____

5.1c- Assinale 2 formas que considera mais pertinentes serem usadas na divulgação das ações?

☐ mail ☐ facebook ☐ Site da Câmara Municipal da Lousã ☐ Correio Normal ☐ MS ☐ Através da Escola dos seus filhos ☐ Não sabe ☐ Outros: _____

Avance para a questão 6, para continuar a responder ao questionário.

6- Além da alimentação, sobre que outro(s) tema(s), gostaria de participar em ações de sensibilização/formação?

☐ Indisciplina ☐ Bullying ☐ Afetos e Sexualidade ☐ Métodos e Técnicas de Estudo ☐ Adolescência ☐ Dependências ☐ Outros: _____

Parte II

As questões que se seguem são muito importantes para podermos cruzar a informação deste estudo, construir os quadros com as estatísticas por sexo, idade, ciclo de escolaridade do seu educando e percurso escolar.

Pedimos que respondes a **todas** estas questões.

Dados do(a) entrevistado(a):

1- Sexo: ☐ masculino ☐ feminino

3- Idade: ☐ menos de 20 ☐ 20 a 34 ☐ 35 a 49 ☐ 50 a 64 ☐ mais de 64 anos

4- Situação profissional: ☐ empregado ☐ desempregado

5- Nível de escolaridade: ☐ 1º Ciclo ☐ 2º Ciclo ☐ 3º Ciclo ☐ Ensino Secundário/Profissional ☐ Ensino Superior

6 - Nº de filhos/educandos: ☐ 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ou mais

6.1- Ciclo frequentado pelo(a) filho(a) /educando(a) que foi portador deste questionário:

☐ Pré-escolar ☐ 1º Ciclo ☐ 2º Ciclo ☐ 3º Ciclo ☐ Ensino Secundário/Profissional

Este questionário chegou ao fim. Muito obrigada pela sua colaboração.

ANEXO III- QUADROS DE TABULAÇÃO

1- Conhece ou já ouviu falar de Alimentação Saudável e Sustentável?

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade				Nº de filhos			Ciclo(fil				
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino 1 or Superi	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	
Sim	463 81.5	384 81.4	79 82.3	81 77.9	346 83.2	36 75.0	343 81.5	120 81.6	54 76.1	106 75.2	169 81.6	134 89.9	163 81.1	238 80.4	62 87.3	83 89.2	145 83.3	59 78.7	99 79.8	77 75.5
Não	96 16.9	82 17.4	14 14.6	23 22.1	64 15.4	9 18.8	70 16.6	26 17.7	16 22.5	34 24.1	34 16.4	12 8.1	34 16.9	54 18.2	8 11.3	10 10.8	24 13.8	16 21.3	24 19.4	22 21.6
Não responde	9 1.6	6 1.3	3 3.1	0 0.0	6 1.4	3 6.2	8 1.9	1 0.7	1 1.4	1 0.7	4 1.9	3 2.0	4 2.0	4 1.4	1 1.4	0 0.0	5 2.9	0 0.0	1 0.8	3 2.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102

BASE: Totalidade dos entrevistados

1.1a- Como ficou a conhecer, pela primeira vez, a designação Alimentação Saudável e Sustentável?

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
Pela televisão	158 34.1	129 33.6	29 36.7	22 27.2	122 35.3	14 38.9	115 33.5	43 35.8	23 42.6	38 35.8	62 36.7	35 26.1	53 32.5	86 36.1	19 30.6	25 30.1	43 29.7	21 35.6	41 41.4	28 36.4
Pelos jornais e/ou revistas	115 24.8	91 23.7	24 30.4	25 30.9	81 23.4	9 25.0	88 25.7	27 22.5	8 14.8	18 17.0	45 26.6	44 32.8	41 25.2	60 25.2	14 22.6	18 21.7	45 31.0	15 25.4	23 23.2	14 18.2
Pela internet	78 16.8	65 16.9	13 16.5	13 16.0	63 18.2	2 5.6	64 18.7	14 11.7	4 7.4	21 19.8	21 12.4	32 23.9	36 22.1	35 14.7	7 11.3	18 21.7	26 17.9	2 3.4	18 18.2	14 18.2
Por familiares e/ou amigos	65 14.0	57 14.8	8 10.1	14 17.3	45 13.0	6 16.7	38 11.1	27 22.5	15 27.8	17 16.0	30 17.8	3 2.2	20 12.3	35 14.7	10 16.1	14 16.9	19 13.1	9 15.3	15 15.2	8 10.4
Em ações de formação	27 5.8	25 6.5	2 2.5	4 4.9	20 5.8	3 8.3	25 7.3	2 7.3	2 1.7	5 4.7	7 4.1	13 9.7	3 1.8	15 6.3	9 14.5	3 3.6	7 4.8	7 11.9	2 2.0	8 10.4
Pela escola	7 1.5	6 1.6	1 1.3	1 1.2	6 1.7	0 0.0	5 1.5	2 1.7	0 0.0	3 2.8	3 1.8	1 0.7	4 2.5	3 1.3	0 0.0	1 1.2	2 1.4	1 1.7	0 0.0	3 3.9
Pelo médico	4 0.9	3 0.8	1 1.3	0 0.0	4 1.2	0 0.0	0 0.0	4 3.3	2 3.7	2 1.9	0 0.0	0 0.0	2 1.2	0 0.0	2 3.2	0 0.0	1 0.7	2 3.4	0 0.0	1 1.3
Outros	6 1.3	6 1.6	0 0.0	2 2.5	3 0.9	1 2.8	5 1.5	1 0.8	0 0.0	1 0.9	0 0.0	5 3.7	2 1.2	3 1.3	1 1.6	3 3.6	2 1.4	1 1.7	0 0.0	0 0.0
Não respondeu	3 0.6	2 0.5	1 1.3	0 0.0	2 0.6	1 2.8	3 0.9	0 0.0	0 0.0	1 0.9	1 0.6	1 0.7	2 1.2	1 0.4	0 0.0	1 1.2	0 0.0	1 1.7	0 0.0	1 1.3
Amostra	463	384	79	81	346	36	343	120	54	106	169	134	163	238	62	83	145	59	99	77

BASE: Entrevistados que conhecem/ouviram falar da designação Alimentação Saudável e Sustentável

1.1b- Relativamente ao seu conhecimento sobre Alimentação Saudável e Sustentável:

	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade		Nº de filhos			Ciclo(fil					Ensin	
Total	Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-	1º	2º	3º	Ensin
	no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Superi				r	Ciclo	Ciclo	Ciclo	dário/
							ado			dário/	or								Profiss
										ional									ional
Conhece apenas algumas das suas regras.	235	186	49	43	175	17	179	56	20	49	94	72	99	117	19	45	95	21	47
	50.8	48.4	62.0	53.1	50.6	47.2	52.2	46.7	37.0	46.2	55.6	53.7	60.7	49.2	30.6	54.2	65.5	35.6	47.5
Ouviu falar, mas não sabe muito bem o que é.	111	103	8	29	73	9	76	35	25	37	36	13	29	63	19	20	19	18	27
	24.0	26.8	10.1	35.8	21.1	25.0	22.2	29.2	46.3	34.9	21.3	9.7	17.8	26.5	30.6	24.1	13.1	30.5	27.3
Sabe bem o que é e como deve atuar.	109	89	20	9	91	9	80	29	9	19	34	47	31	54	24	16	29	17	25
	23.5	23.2	25.3	11.1	26.3	25.0	23.3	24.2	16.7	17.9	20.1	35.1	19.0	22.7	38.7	19.3	20.0	28.8	25.3
Não responde	8	6	2	0	7	1	8	0	0	1	5	2	4	4	0	2	2	3	0
	1.7	1.6	2.5	0.0	2.0	2.8	2.3	0.0	0.0	0.9	3.0	1.5	2.5	1.7	0.0	2.4	1.4	5.1	0.0
Amostra	463	384	79	81	346	36	343	120	54	106	169	134	163	238	62	83	145	59	99

BASE: Entrevistados que conhecem/ouviram falar da designação Alimentação Saudável e Sustentável

1.2- Não conhece o que é Alimentação Saudável e Sustentável porque?

	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade		Nº de filhos			Ciclo(fil					Ensin	
Total	Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-	1º	2º	3º	Ensin
	no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Superi				r	Ciclo	Ciclo	Ciclo	dário/
							ado			dário/	or								Profiss
										ional									ional
É um assunto que não lhe interessa.	2	2	0	0	2	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1
	2.1	2.4	0.0	0.0	3.1	0.0	1.4	3.8	0.0	2.9	2.9	0.0	2.9	0.0	12.5	0.0	0.0	0.0	4.2
Não tem tempo para saber o que é.	6	5	1	1	3	2	4	2	1	2	3	0	4	2	0	0	0	0	3
	6.2	6.1	7.1	4.3	4.7	22.2	5.7	7.7	6.2	5.9	8.8	0.0	11.8	3.7	0.0	0.0	0.0	0.0	12.5
Nunca ouviu falar nisso.	68	58	10	18	45	5	51	17	12	22	28	6	22	41	5	7	19	12	15
	70.8	70.7	71.4	78.3	70.3	55.6	72.9	65.4	75.0	64.7	82.4	50.0	64.7	75.9	62.5	70.0	79.2	75.0	68.2
Não sabe onde pode informar-se do que é.	15	13	2	3	11	1	11	4	2	6	1	6	5	8	2	2	3	4	3
	15.6	15.9	14.3	13.0	17.2	11.1	15.7	15.4	12.5	17.6	2.9	50.0	14.7	14.8	25.0	20.0	12.5	25.0	13.6
Só o termo Alimentação saudável	2	2	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0
	2.1	2.4	0.0	0.0	1.6	11.1	1.4	3.8	6.2	0.0	2.9	0.0	2.9	1.9	0.0	0.0	4.2	0.0	4.2
Não responde	3	2	1	1	2	0	2	1	0	3	0	0	1	2	0	1	1	0	1
	3.1	2.4	7.1	4.3	3.1	0.0	2.9	3.8	0.0	8.8	0.0	0.0	2.9	3.7	0.0	10.0	4.2	0.0	4.2
Amostra	96	82	14	23	64	9	70	26	16	34	34	12	34	54	8	10	24	16	24

BASE: Entrevistados que não conhecem/ouviram falar da designação Alimentação Saudável e Sustentável

1.3- Não quis responder à pergunta porque:

	Total
Não responde	4 44.4
Entende que não tem que dar essa informação a outros.	4 44.4
É um assunto que não lhe interessa	1 11.1
Amostra	9

BASE: Entrevistados que não respondem se conhecem/ouviram falar da designação Alimentação Saudável e Sustentável(base reduzida)

Quadro 1: 2.1. A alimentação das crianças e jovens não precisa de ser variada.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg ado	Ciclo	Ciclo	Secun dário/ Profiss ional	Secun dário/ Profiss ional								
4- Concordo totalmente	20 3.5	16 3.4	4 4.2	6 5.8	13 3.1	1 2.1	12 2.9	8 5.4	6 8.5	9 6.4	4 1.9	1 0.7	10 5.0	8 2.7	2 2.8	3 3.2	6 3.4	6 8.0	2 1.6	3 2.9
3- Concordo	10 1.8	9 1.9	1 1.0	1 1.0	6 1.4	3 6.2	3 0.7	7 4.8	4 5.6	3 2.1	2 1.0	1 0.7	3 1.5	6 2.0	1 1.4	0 0.0	1 0.6	1 1.3	5 4.0	3 2.9
2- Discordo	114 20.1	97 20.6	17 17.7	22 21.2	78 18.8	14 29.2	79 18.8	35 23.8	18 25.4	38 27.0	50 24.2	8 5.4	43 21.4	51 17.2	20 28.2	23 24.7	20 11.5	15 20.0	28 22.6	28 27.5
1- Discordo totalmente	420 73.9	347 73.5	73 76.0	75 72.1	315 75.7	30 62.5	326 77.4	94 63.9	41 57.7	89 63.1	151 72.9	139 93.3	145 72.1	229 77.4	46 64.8	67 72.0	146 83.9	53 70.7	88 71.0	66 64.7
Não Sabe	1 0.2	1 0.2	0 0.0	0 0.0	1 0.2	0 0.0	0 0.0	1 0.7	0 0.0	1 0.7	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 0.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 1.0
Não responde	3 0.5	2 0.4	1 1.0	0 0.0	3 0.7	0 0.0	1 0.2	2 1.4	2 2.8	1 0.7	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 0.3	2 2.8	0 0.0	1 0.6	0 0.0	1 0.8	1 1.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	1.34	1.35	1.33	1.40	1.31	1.48	1.29	1.51	1.64	1.51	1.32	1.09	1.39	1.30	1.41	1.34	1.23	1.47	1.36	1.43

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.2. A alimentação saudável para as crianças e jovens inclui 5-7 refeições diárias.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	200 35.2	158 33.5	42 43.8	34 32.7	158 38.0	8 16.7	162 38.5	38 25.9	19 26.8	36 25.5	69 33.3	76 51.0	64 31.8	108 36.5	28 39.4	43 46.2	58 33.3	24 32.0	46 37.1	29 28.4
3- Concordo	293 51.6	252 53.4	41 42.7	53 51.0	211 50.7	29 60.4	211 50.1	82 55.8	44 62.0	76 53.9	108 52.2	65 43.6	115 57.2	151 51.0	27 38.0	39 41.9	103 59.2	41 54.7	56 45.2	54 52.9
2- Discordo	39 6.9	32 6.8	7 7.3	7 6.7	26 6.2	6 12.5	24 5.7	15 10.2	4 5.6	11 7.8	20 9.7	4 2.7	12 6.0	16 5.4	11 15.5	10 10.8	6 3.4	2 2.7	10 8.1	11 10.8
1- Discordo totalmente	10 1.8	8 1.7	2 2.1	3 2.9	5 1.2	2 4.2	6 1.4	4 2.7	1 1.4	5 3.5	4 1.9	0 0.0	2 1.0	6 2.0	2 2.8	0 0.0	3 1.7	2 2.7	3 2.4	2 2.0
Não Sabe	18 3.2	15 3.2	3 3.1	4 3.8	12 2.9	2 4.2	12 2.9	6 4.1	2 2.8	10 7.1	4 1.9	2 1.3	5 2.5	10 3.4	3 4.2	0 0.0	0 0.0	4 5.3	8 6.5	6 5.9
Não responde	8 1.4	7 1.5	1 1.0	3 2.9	4 1.0	1 2.1	6 1.4	2 1.4	1 1.4	3 2.1	2 1.0	2 1.3	3 1.5	5 1.7	0 0.0	1 1.1	4 2.3	2 2.7	1 0.8	0 0.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.26	3.24	3.34	3.22	3.31	2.96	3.31	3.11	3.19	3.12	3.20	3.50	3.25	3.28	3.19	3.36	3.27	3.26	3.26	3.15

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.3. Um bom pequeno-almoço favorece a aprendizagem na Escola.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	393 69.2	327 69.3	66 68.8	67 64.4	295 70.9	31 64.6	296 70.3	97 66.0	40 56.3	86 61.0	143 69.1	124 83.2	140 69.7	206 69.6	47 66.2	64 68.8	116 66.7	56 74.7	88 71.0	69 67.6
3- Concordo	161 28.3	135 28.6	26 27.1	33 31.7	111 26.7	17 35.4	118 28.0	43 29.3	29 40.8	51 36.2	59 28.5	22 14.8	56 27.9	81 27.4	24 33.8	26 28.0	57 32.8	16 21.3	32 25.8	30 29.4
2- Discordo	5 0.9	3 0.6	2 2.1	1 1.0	4 1.0	0 0.0	3 0.7	2 1.4	1 1.4	2 1.4	2 1.0	0 0.0	2 1.0	3 1.0	0 0.0	1 1.1	0 0.0	0 0.0	3 2.4	1 1.0
1- Discordo totalmente	2 0.4	2 0.4	0 0.0	1 1.0	1 0.2	0 0.0	1 0.2	1 0.7	0 0.0	0 0.0	1 0.5	1 0.7	1 0.5	1 0.3	0 0.0	1 1.1	1 0.6	0 0.0	0 0.0	0 0.0
Não Sabe	4 0.7	2 0.4	2 2.1	1 1.0	3 0.7	0 0.0	1 0.2	3 2.0	1 1.4	1 0.7	2 1.0	0 0.0	1 0.5	3 1.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	2 2.7	1 0.8	1 1.0
Não responde	3 0.5	3 0.6	0 0.0	1 1.0	2 0.5	0 0.0	2 0.5	1 0.7	0 0.0	1 0.7	0 0.0	2 1.3	1 0.5	2 0.7	0 0.0	1 1.1	0 0.0	1 1.3	0 0.0	1 1.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.68	3.69	3.68	3.63	3.70	3.65	3.70	3.65	3.56	3.60	3.68	3.83	3.68	3.69	3.66	3.66	3.66	3.78	3.69	3.68

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.4 O intervalo ideal entre as refeições é de cinco horas.

	Total	Sexo Femini no	Masculino	Idade Até 34 anos	35-49 anos	50+anos	Sit prof Empre gado	Dese mpreg ado	Nível de escolaridade 1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	Nº de filhos 1	2	3+	Ciclo(fil Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	10 1.8	9 1.9	1 1.0	0 0.0	9 2.2	1 2.1	6 1.4	4 2.7	4 5.6	3 2.1	2 1.0	1 0.7	3 1.5	6 2.0	1 1.4	0 0.0	3 1.7	2 2.7	4 3.2	1 1.0
3- Concordo	39 6.9	36 7.6	3 3.1	5 4.8	28 6.7	6 12.5	20 4.8	19 12.9	10 14.1	15 10.6	13 6.3	1 0.7	15 7.5	20 6.8	4 5.6	3 3.2	5 2.9	2 2.7	14 11.3	15 14.7
2- Discordo	219 38.6	172 36.4	47 49.0	41 39.4	164 39.4	14 29.2	156 37.1	63 42.9	26 36.6	54 38.3	94 45.4	45 30.2	82 40.8	100 33.8	37 52.1	34 36.6	65 37.4	30 40.0	48 38.7	42 41.2
1- Discordo totalmente	266 46.8	227 48.1	39 40.6	53 51.0	190 45.7	23 47.9	211 50.1	55 37.4	23 32.4	53 37.6	90 43.5	100 67.1	89 44.3	152 51.4	25 35.2	49 52.7	93 53.4	39 52.0	50 40.3	35 34.3
Não Sabe	24 4.2	21 4.4	3 3.1	2 1.9	18 4.3	4 8.3	21 5.0	3 2.0	7 9.9	11 7.8	5 2.4	1 0.7	7 3.5	15 5.1	2 2.8	5 5.4	3 1.7	2 2.7	6 4.8	8 7.8
Não responde	10 1.8	7 1.5	3 3.1	3 2.9	7 1.7	0 0.0	7 1.7	3 2.0	1 1.4	5 3.5	3 1.4	1 0.7	5 2.5	3 1.0	2 2.8	2 2.2	5 2.9	0 0.0	2 1.6	1 1.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	1.61	1.61	1.62	1.52	1.63	1.66	1.54	1.80	1.92	1.74	1.63	1.34	1.64	1.57	1.72	1.47	1.51	1.55	1.76	1.81

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.5. É importante saber escolher os alimentos de qualidade e em quantidades adequadas às necessidades de cada um.

	Total	Sexo Femini no	Masculino	Idade Até 34 anos	35-49 anos	50+anos	Sit prof Empre gado	Dese mpreg ado	Nível de escolaridade 1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	Nº de filhos 1	2	3+	Ciclo(fil Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	296 52.1	244 51.7	52 54.2	53 51.0	221 53.1	22 45.8	225 53.4	71 48.3	32 45.1	56 39.7	98 47.3	110 73.8	104 51.7	156 52.7	36 50.7	50 53.8	96 55.2	39 52.0	68 54.8	43 42.2
3- Concordo	249 43.8	209 44.3	40 41.7	48 46.2	177 42.5	24 50.0	181 43.0	68 46.3	33 46.5	82 58.2	100 48.3	34 22.8	88 43.8	129 43.6	32 45.1	35 37.6	77 44.3	31 41.3	53 42.7	53 52.0
2- Discordo	8 1.4	7 1.5	1 1.0	2 1.9	4 1.0	2 4.2	5 1.2	3 2.0	2 2.8	2 1.4	4 1.9	0 0.0	4 2.0	3 1.0	1 1.4	1 1.1	0 0.0	2 2.7	1 0.8	4 3.9
1- Discordo totalmente	10 1.8	7 1.5	3 3.1	0 0.0	10 2.4	0 0.0	8 1.9	2 1.4	2 2.8	0 0.0	3 1.4	5 3.4	3 1.5	5 1.7	2 2.8	5 5.4	0 0.0	2 2.7	1 0.8	2 2.0
Não Sabe	4 0.7	4 0.8	0 0.0	0 0.0	4 1.0	0 0.0	2 0.5	2 1.4	1 1.4	1 0.7	2 1.0	0 0.0	1 0.5	3 1.0	0 0.0	1 1.1	1 0.6	1 1.3	1 0.8	0 0.0
Não responde	1 0.2	1 0.2	0 0.0	1 1.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 0.7	1 1.4	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 0.5	0 0.0	0 0.0	1 1.1	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.48	3.48	3.47	3.50	3.48	3.42	3.49	3.44	3.38	3.39	3.43	3.67	3.47	3.49	3.44	3.43	3.55	3.45	3.53	3.34

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.6. As crianças e jovens devem comer diariamente 3-5 peças de fruta.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	164 28.9	136 28.8	28 29.2	28 26.9	120 28.8	16 33.3	126 29.9	38 25.9	14 19.7	41 29.1	49 23.7	60 40.3	62 30.8	79 26.7	23 32.4	30 32.3	48 27.6	26 34.7	37 29.8	23 22.5
3- Concordo	314 55.3	256 54.2	58 60.4	59 56.7	231 55.5	24 50.0	228 54.2	86 58.5	50 70.4	81 57.4	117 56.5	66 44.3	104 51.7	176 59.5	34 47.9	47 50.5	97 55.7	43 57.3	67 54.0	60 58.8
2- Discordo	59 10.4	54 11.4	5 5.2	13 12.5	41 9.9	5 10.4	44 10.5	15 10.2	1 1.4	12 8.5	32 15.5	14 9.4	23 11.4	28 9.5	8 11.3	12 12.9	21 12.1	4 5.3	11 8.9	11 10.8
1- Discordo totalmente	3 0.5	3 0.6	0 0.0	1 1.0	1 0.2	1 2.1	2 0.5	1 0.7	0 0.0	1 0.7	1 0.5	1 0.7	2 1.0	1 0.3	0 0.0	0 0.0	1 0.6	0 0.0	1 0.8	1 1.0
Não Sabe	22 3.9	20 4.2	2 2.1	3 2.9	18 4.3	1 2.1	15 3.6	7 4.8	6 8.5	4 2.8	7 3.4	5 3.4	5 2.5	12 4.1	5 7.0	4 4.3	5 2.9	0 0.0	8 6.5	5 4.9
Não responde	6 1.1	3 0.6	3 3.1	0 0.0	5 1.2	1 2.1	6 1.4	0 0.0	0 0.0	2 1.4	1 0.5	3 2.0	5 2.5	0 0.0	1 1.4	0 0.0	2 1.1	2 2.7	0 0.0	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.18	3.17	3.25	3.13	3.20	3.20	3.19	3.15	3.20	3.20	3.08	3.31	3.18	3.17	3.23	3.20	3.15	3.30	3.21	3.11

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.7. É aconselhável que as crianças e jovens comam diariamente uma porção de doces ou bolos.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil							
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Secun dário/ Profiss ional	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional		
4- Concordo totalmente	9 1.6	6 1.3	3 3.1	1 1.0	6 1.4	2 4.2	5 1.2	4 2.7	4 5.6	0 0.0	1 0.5	4 2.7	4 2.0	3 1.0	2 2.8	1 1.1	2 1.1	1 1.3	5 4.0	0 0.0		
3- Concordo	62 10.9	50 10.6	12 12.5	6 5.8	45 10.8	11 22.9	44 10.5	18 12.2	7 9.9	27 19.1	21 10.1	7 4.7	21 10.4	28 9.5	13 18.3	7 7.5	8 4.6	5 6.7	21 16.9	21 20.6		
2- Discordo	248 43.7	211 44.7	37 38.5	50 48.1	184 44.2	14 29.2	182 43.2	66 44.9	31 43.7	67 47.5	97 46.9	53 35.6	89 44.3	123 41.6	36 50.7	41 44.1	78 44.8	32 42.7	54 43.5	43 42.2		
1- Discordo totalmente	232 40.8	192 40.7	40 41.7	46 44.2	167 40.1	19 39.6	177 42.0	55 37.4	27 38.0	43 30.5	80 38.6	82 55.0	79 39.3	134 45.3	19 26.8	42 45.2	83 47.7	36 48.0	37 29.8	34 33.3		
Não Sabe	12 2.1	10 2.1	2 2.1	1 1.0	9 2.2	2 4.2	10 2.4	2 1.4	2 2.8	2 1.4	7 3.4	1 0.7	5 2.5	6 2.0	1 1.4	1 1.1	2 1.1	1 1.3	6 4.8	2 2.0		
Não responde	5 0.9	3 0.6	2 2.1	0 0.0	5 1.2	0 0.0	3 0.7	2 1.4	0 0.0	2 1.4	1 0.5	2 1.3	3 1.5	2 0.7	0 0.0	1 1.1	1 0.6	0 0.0	1 0.8	2 2.0		
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102		
Média	1.72	1.72	1.76	1.63	1.73	1.91	1.70	1.80	1.83	1.88	1.71	1.54	1.74	1.65	1.97	1.64	1.58	1.61	1.95	1.87		

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.8. As refeições do almoço e jantar devem iniciar-se com sopa rica em hortaliças e legumes.

	Total	Sexo Femini no	Masculino	Idade Até 34 anos	35-49 anos	50+anos	Sit prof Empre gado	Dese mpreg ado	Nível de escolaridade 1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	Nº de filhos 1	2	3+	Ciclo(fil Pre- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	278 48.9	237 50.2	41 42.7	53 51.0	198 47.6	27 56.2	213 50.6	65 44.2	34 47.9	59 41.8	84 40.6	101 67.8	95 47.3	153 51.7	30 42.3	50 53.8	92 52.9	33 44.0	60 48.4	43 42.2
3- Concordo	252 44.4	208 44.1	44 45.8	49 47.1	186 44.7	17 35.4	179 42.5	73 49.7	34 47.9	74 52.5	105 50.7	39 26.2	89 44.3	127 42.9	36 50.7	37 39.8	78 44.8	37 49.3	55 44.4	45 44.1
2- Discordo	15 2.6	12 2.5	3 3.1	1 1.0	11 2.6	3 6.2	14 3.3	1 0.7	2 2.8	6 4.3	6 2.9	1 0.7	5 2.5	7 2.4	3 4.2	3 3.2	0 0.0	1 1.3	6 4.8	5 4.9
1- Discordo totalmente	7 1.2	5 1.1	2 2.1	1 1.0	6 1.4	0 0.0	4 1.0	3 2.0	1 1.4	1 0.7	4 1.9	1 0.7	3 1.5	2 0.7	2 2.8	2 2.2	0 0.0	3 4.0	2 1.6	0 0.0
Não Sabe	11 1.9	8 1.7	3 3.1	0 0.0	10 2.4	1 2.1	6 1.4	5 3.4	0 0.0	1 0.7	5 2.4	5 3.4	4 2.0	7 2.4	0 0.0	0 0.0	3 1.7	0 0.0	1 0.8	7 6.9
Não responde	5 0.9	2 0.4	3 3.1	0 0.0	5 1.2	0 0.0	5 1.2	0 0.0	0 0.0	0 0.0	3 1.4	2 1.3	5 2.5	0 0.0	0 0.0	1 1.1	1 0.6	1 1.3	0 0.0	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.45	3.47	3.38	3.48	3.44	3.51	3.47	3.41	3.42	3.36	3.35	3.69	3.44	3.49	3.32	3.47	3.54	3.35	3.41	3.41

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.9. Para uma criança ou um jovem é suficiente ingerir diariamente 1 copo de leite ou derivados.

	Total	Sexo Femini no	Masculino	Idade Até 34 anos	35-49 anos	50+anos	Sit prof Empre gado	Dese mpreg ado	Nível de escolaridade 1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	Nº de filhos 1	2	3+	Ciclo(fil Pre- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	58 10.2	48 10.2	10 10.4	10 9.6	46 11.1	2 4.2	38 9.0	20 13.6	12 16.9	9 6.4	27 13.0	10 6.7	23 11.4	25 8.4	10 14.1	6 6.5	12 6.9	13 17.3	14 11.3	13 12.7
3- Concordo	193 34.0	157 33.3	36 37.5	32 30.8	144 34.6	17 35.4	139 33.0	54 36.7	33 46.5	61 43.3	64 30.9	35 23.5	67 33.3	103 34.8	23 32.4	24 25.8	69 39.7	21 28.0	46 37.1	33 32.4
2- Discordo	217 38.2	190 40.3	27 28.1	40 38.5	155 37.3	22 45.8	156 37.1	61 41.5	21 29.6	46 32.6	87 42.0	63 42.3	74 36.8	121 40.9	22 31.0	41 44.1	58 33.3	30 40.0	46 37.1	42 41.2
1- Discordo totalmente	69 12.1	56 11.9	13 13.5	19 18.3	45 10.8	5 10.4	60 14.3	9 6.1	2 2.8	16 11.3	19 9.2	32 21.5	23 11.4	34 11.5	12 16.9	19 20.4	26 14.9	5 6.7	12 9.7	7 6.9
Não Sabe	23 4.0	16 3.4	7 7.3	1 1.0	20 4.8	2 4.2	20 4.8	3 2.0	3 4.2	6 4.3	7 3.4	7 4.7	8 4.0	12 4.1	3 4.2	2 2.2	7 4.0	4 5.3	5 4.0	5 4.9
Não responde	8 1.4	5 1.1	3 3.1	2 1.9	6 1.4	0 0.0	8 1.9	0 0.0	0 0.0	3 2.1	3 1.4	2 1.3	6 3.0	1 0.3	1 1.4	1 1.1	2 1.1	2 2.7	1 0.8	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.45	2.44	2.50	2.33	2.49	2.35	2.39	2.59	2.81	2.48	2.50	2.16	2.48	2.42	2.46	2.19	2.41	2.61	2.53	2.55

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.10. A alimentação das crianças e jovens deve ser preferencialmente cozidos e grelhados.

	Total	Sexo Femini no	Masculino	Idade Até 34 anos	35-49 anos	50+anos	Sit prof Empre gado	Dese mpreg ado	Nível de escolaridade 1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	Nº de filhos 1	2	3+	Ciclo(fil Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	115 20.2	93 19.7	22 22.9	19 18.3	85 20.4	11 22.9	91 21.6	24 16.3	14 19.7	27 19.1	35 16.9	39 26.2	41 20.4	57 19.3	17 23.9	18 19.4	37 21.3	22 29.3	23 18.5	15 14.7
3- Concordo	288 50.7	241 51.1	47 49.0	53 51.0	212 51.0	23 47.9	205 48.7	83 56.5	36 50.7	76 53.9	110 53.1	66 44.3	108 53.7	152 51.4	28 39.4	50 53.8	98 56.3	26 34.7	59 47.6	55 53.9
2- Discordo	122 21.5	101 21.4	21 21.9	25 24.0	85 20.4	12 25.0	91 21.6	31 21.1	12 16.9	32 22.7	46 22.2	32 21.5	33 16.4	70 23.6	19 26.8	20 21.5	29 16.7	17 22.7	32 25.8	24 23.5
1- Discordo totalmente	22 3.9	20 4.2	2 2.1	4 3.8	17 4.1	1 2.1	18 4.3	4 2.7	4 5.6	5 3.5	8 3.9	5 3.4	8 4.0	10 3.4	4 5.6	2 2.2	6 3.4	6 8.0	6 4.8	2 2.0
Não Sabe	12 2.1	10 2.1	2 2.1	2 1.9	10 2.4	0 0.0	8 1.9	4 2.7	4 5.6	1 0.7	4 1.9	3 2.0	4 2.0	6 2.0	2 2.8	0 0.0	2 1.1	4 5.3	2 1.6	4 3.9
Não responde	9 1.6	7 1.5	2 2.1	1 1.0	7 1.7	1 2.1	8 1.9	1 0.7	1 1.4	0 0.0	4 1.9	4 2.7	7 3.5	1 0.3	1 1.4	3 3.2	2 1.1	0 0.0	2 1.6	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.91	2.89	2.97	2.86	2.91	2.94	2.91	2.89	2.91	2.89	2.86	2.98	2.96	2.89	2.85	2.93	2.98	2.90	2.83	2.86

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.11. Na alimentação das crianças e jovens deve utilizar-se pouco sal.

	Total	Sexo Femini no	Masculino	Idade Até 34 anos	35-49 anos	50+anos	Sit prof Empre gado	Dese mpreg ado	Nível de escolaridade 1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	Nº de filhos 1	2	3+	Ciclo(fil Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	249 43.8	204 43.2	45 46.9	40 38.5	192 46.2	17 35.4	191 45.4	58 39.5	29 40.8	45 31.9	80 38.6	95 63.8	83 41.3	132 44.6	34 47.9	47 50.5	76 43.7	44 58.7	49 39.5	33 32.4
3- Concordo	279 49.1	237 50.2	42 43.8	59 56.7	193 46.4	27 56.2	200 47.5	79 53.7	36 50.7	85 60.3	114 55.1	44 29.5	95 47.3	150 50.7	34 47.9	40 43.0	92 52.9	27 36.0	64 51.6	56 54.9
2- Discordo	24 4.2	19 4.0	5 5.2	4 3.8	17 4.1	3 6.2	20 4.8	4 2.7	3 4.2	7 5.0	7 3.4	7 4.7	16 8.0	7 2.4	1 1.4	4 4.3	4 2.3	2 2.7	6 4.8	8 7.8
1- Discordo totalmente	4 0.7	4 0.8	0 0.0	1 1.0	3 0.7	0 0.0	3 0.7	1 0.7	1 1.4	1 0.7	1 0.5	1 0.7	1 0.5	2 0.7	1 1.4	1 1.1	1 0.6	1 1.3	1 0.8	0 0.0
Não Sabe	9 1.6	8 1.7	1 1.0	0 0.0	8 1.9	1 2.1	4 1.0	5 3.4	2 2.8	2 1.4	5 2.4	0 0.0	3 1.5	5 1.7	1 1.4	1 1.1	1 0.6	1 1.3	3 2.4	3 2.9
Não responde	3 0.5	0 0.0	3 3.1	0 0.0	3 0.7	0 0.0	3 0.7	0 0.0	0 0.0	1 0.7	0 0.0	2 1.3	3 1.5	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 0.8	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.39	3.38	3.43	3.33	3.42	3.30	3.40	3.37	3.35	3.26	3.35	3.59	3.33	3.42	3.44	3.45	3.40	3.54	3.34	3.26

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.12. As crianças e jovens precisam de comer refeições em grande quantidade para crescerem melhor.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	20 3.5	15 3.2	5 5.2	2 1.9	15 3.6	3 6.2	16 3.8	4 2.7	4 5.6	4 2.8	5 2.4	7 4.7	10 5.0	8 2.7	2 2.8	3 3.2	2 1.1	2 2.7	9 7.3	4 3.9
3- Concordo	55 9.7	48 10.2	7 7.3	20 19.2	27 6.5	8 16.7	33 7.8	22 15.0	10 14.1	15 10.6	24 11.6	6 4.0	22 10.9	22 7.4	11 15.5	5 5.4	11 6.3	9 12.0	11 8.9	19 18.6
2- Discordo	286 50.4	232 49.2	54 56.2	47 45.2	211 50.7	28 58.3	205 48.7	81 55.1	34 47.9	82 58.2	120 58.0	50 33.6	98 48.8	152 51.4	36 50.7	41 44.1	84 48.3	44 58.7	65 52.4	52 51.0
1- Discordo totalmente	181 31.9	155 32.8	26 27.1	34 32.7	140 33.7	7 14.6	145 34.4	36 24.5	16 22.5	33 23.4	51 24.6	81 54.4	61 30.3	102 34.5	18 25.4	41 44.1	74 42.5	19 25.3	31 25.0	16 15.7
Não Sabe	15 2.6	15 3.2	0 0.0	1 1.0	13 3.1	1 2.1	12 2.9	3 2.0	6 8.5	3 2.1	4 1.9	2 1.3	6 3.0	7 2.4	2 2.8	2 2.2	0 0.0	1 1.3	4 3.2	8 7.8
Não responde	11 1.9	7 1.5	4 4.2	0 0.0	10 2.4	1 2.1	10 2.4	1 0.7	1 1.4	4 2.8	3 1.4	3 2.0	4 2.0	5 1.7	2 2.8	1 1.1	3 1.7	0 0.0	4 3.2	3 2.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	1.84	1.83	1.90	1.90	1.79	2.15	1.80	1.96	2.03	1.93	1.92	1.58	1.90	1.77	1.96	1.67	1.65	1.92	1.98	2.12

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.13. A obesidade na infância e na adolescência aumenta o risco de obesidade na vida adulta.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	266 46.8	216 45.8	50 52.1	50 48.1	195 46.9	21 43.8	208 49.4	58 39.5	25 35.2	49 34.8	96 46.4	96 64.4	97 48.3	136 45.9	33 46.5	41 44.1	96 55.2	29 38.7	63 50.8	37 36.3
3- Concordo	241 42.4	206 43.6	35 36.5	44 42.3	177 42.5	20 41.7	165 39.2	76 51.7	32 45.1	72 51.1	94 45.4	43 28.9	80 39.8	132 44.6	29 40.8	47 50.5	66 37.9	37 49.3	49 39.5	42 41.2
2- Discordo	22 3.9	19 4.0	3 3.1	4 3.8	14 3.4	4 8.3	12 2.9	10 6.8	7 9.9	7 5.0	6 2.9	2 1.3	6 3.0	12 4.1	4 5.6	2 2.2	3 1.7	2 2.7	4 3.2	11 10.8
1- Discordo totalmente	10 1.8	9 1.9	1 1.0	2 1.9	7 1.7	1 2.1	10 2.4	0 0.0	2 2.8	2 1.4	4 1.9	2 1.3	6 3.0	3 1.0	1 1.4	1 1.1	3 1.7	2 2.7	3 2.4	1 1.0
Não Sabe	19 3.3	15 3.2	4 4.2	3 2.9	14 3.4	2 4.2	16 3.8	3 2.0	4 5.6	7 5.0	6 2.9	2 1.3	6 3.0	10 3.4	3 4.2	1 1.1	3 1.7	4 5.3	3 2.4	8 7.8
Não responde	10 1.8	7 1.5	3 3.1	1 1.0	9 2.2	0 0.0	10 2.4	0 0.0	1 1.4	4 2.8	1 0.5	4 2.7	6 3.0	3 1.0	1 1.4	1 1.1	3 1.7	1 1.3	2 1.6	3 2.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.42	3.40	3.51	3.42	3.42	3.33	3.45	3.33	3.21	3.29	3.41	3.63	3.42	3.42	3.40	3.41	3.52	3.33	3.45	3.26

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.14. As crianças e os jovens devem comer alimentos ricos em proteínas vegetais (feijão, grão...) pelo menos quatro vezes por semana.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	103 18.1	82 17.4	21 21.9	15 14.4	77 18.5	11 22.9	85 20.2	18 12.2	9 12.7	23 16.3	33 15.9	38 25.5	33 16.4	55 18.6	15 21.1	11 11.8	33 19.0	9 12.0	30 24.2	20 19.6
3- Concordo	308 54.2	261 55.3	47 49.0	53 51.0	232 55.8	23 47.9	221 52.5	87 59.2	44 62.0	78 55.3	118 57.0	68 45.6	115 57.2	157 53.0	36 50.7	47 50.5	104 59.8	41 54.7	68 54.8	48 47.1
2- Discordo	68 12.0	58 12.3	10 10.4	20 19.2	42 10.1	6 12.5	46 10.9	22 15.0	9 12.7	19 13.5	27 13.0	13 8.7	24 11.9	37 12.5	7 9.9	23 24.7	13 7.5	11 14.7	10 8.1	11 10.8
1- Discordo totalmente	10 1.8	9 1.9	1 1.0	2 1.9	8 1.9	0 0.0	8 1.9	2 1.4	0 0.0	3 2.1	3 1.4	4 2.7	3 1.5	7 2.4	0 0.0	1 1.1	2 1.1	4 5.3	2 1.6	1 1.0
Não Sabe	72 12.7	58 12.3	14 14.6	13 12.5	51 12.3	8 16.7	54 12.8	18 12.2	9 12.7	14 9.9	25 12.1	24 16.1	23 11.4	38 12.8	11 15.5	11 11.8	20 11.5	10 13.3	12 9.7	19 18.6
Não responde	7 1.2	4 0.8	3 3.1	1 1.0	6 1.4	0 0.0	7 1.7	0 0.0	0 0.0	4 2.8	1 0.5	2 1.3	3 1.5	2 0.7	2 2.8	0 0.0	2 1.1	0 0.0	2 1.6	3 2.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.03	3.01	3.11	2.90	3.05	3.12	3.06	2.94	3.00	2.98	3.00	3.14	3.02	3.02	3.14	2.83	3.11	2.85	3.15	3.09

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.15. A obesidade na infância aumenta o risco de aparecimento de diabetes.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino 1 or Superi or	1 2 3+		Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	
4- Concordo totalmente	252 44.4	206 43.6	46 47.9	49 47.1	181 43.5	22 45.8	195 46.3	57 38.8	21 29.6	54 38.3	92 44.4	85 57.0	88 43.8	135 45.6	29 40.8	42 45.2	84 48.3	30 40.0	59 47.6	37 36.3
3- Concordo	249 43.8	212 44.9	37 38.5	44 42.3	188 45.2	17 35.4	179 42.5	70 47.6	41 57.7	71 50.4	90 43.5	47 31.5	83 41.3	130 43.9	36 50.7	43 46.2	70 40.2	35 46.7	59 47.6	42 41.2
2- Discordo	21 3.7	16 3.4	5 5.2	8 7.7	13 3.1	0 0.0	14 3.3	7 4.8	6 8.5	2 1.4	9 4.3	4 2.7	14 7.0	4 1.4	3 4.2	3 3.2	7 4.0	3 4.0	3 2.4	5 4.9
1- Discordo totalmente	9 1.6	7 1.5	2 2.1	1 1.0	7 1.7	1 2.1	6 1.4	3 2.0	1 1.4	3 2.1	0 0.0	5 3.4	2 1.0	6 2.0	1 1.4	3 3.2	1 0.6	3 4.0	1 0.8	1 1.0
Não Sabe	32 5.6	29 6.1	3 3.1	2 1.9	22 5.3	8 16.7	22 5.2	10 6.8	2 2.8	8 5.7	16 7.7	6 4.0	9 4.5	21 7.1	2 2.8	2 2.2	10 5.7	4 5.3	1 0.8	15 14.7
Não responde	5 0.9	2 0.4	3 3.1	0 0.0	5 1.2	0 0.0	5 1.2	0 0.0	0 0.0	3 2.1	0 0.0	2 1.3	5 2.5	0 0.0	0 0.0	0 0.0	2 1.1	0 0.0	1 0.8	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.40	3.40	3.41	3.38	3.40	3.50	3.43	3.32	3.19	3.35	3.43	3.50	3.37	3.43	3.35	3.36	3.46	3.30	3.44	3.35

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.16. Incluir 3-4 vezes por semana Bolicao ou outros alimentos idênticos nos lanches das crianças e jovens, não prejudica a sua saúde.

	Total	Sexo Femini no	Mascu lino	Idade Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Sit prof Empre gado	Dese mpreg ado	Nível de escolaridade 1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	Nº de filhos 1	2	3+	Ciclo(fil Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	13 2.3	11 2.3	2 2.1	1 1.0	12 2.9	0 0.0	9 2.1	4 2.7	3 4.2	3 2.1	4 1.9	3 2.0	4 2.0	7 2.4	2 2.8	2 2.2	3 1.7	2 2.7	6 4.8	0 0.0
3- Concordo	56 9.9	49 10.4	7 7.3	13 12.5	35 8.4	8 16.7	37 8.8	19 12.9	9 12.7	17 12.1	24 11.6	6 4.0	26 12.9	23 7.8	7 9.9	4 4.3	15 8.6	5 6.7	9 7.3	23 22.5
2- Discordo	214 37.7	178 37.7	36 37.5	41 39.4	156 37.5	17 35.4	158 37.5	56 38.1	33 46.5	63 44.7	84 40.6	34 22.8	74 36.8	112 37.8	28 39.4	39 41.9	62 35.6	22 29.3	53 42.7	38 37.3
1- Discordo totalmente	266 46.8	220 46.6	46 47.9	43 41.3	202 48.6	21 43.8	208 49.4	58 39.5	21 29.6	55 39.0	89 43.0	101 67.8	87 43.3	148 50.0	31 43.7	47 50.5	91 52.3	46 61.3	47 37.9	35 34.3
Não Sabe	14 2.5	12 2.5	2 2.1	4 3.8	8 1.9	2 4.2	6 1.4	8 5.4	4 5.6	2 1.4	5 2.4	3 2.0	7 3.5	6 2.0	1 1.4	1 1.1	3 1.7	0 0.0	7 5.6	3 2.9
Não responde	5 0.9	2 0.4	3 3.1	2 1.9	3 0.7	0 0.0	3 0.7	2 1.4	1 1.4	1 0.7	1 0.5	2 1.3	3 1.5	0 0.0	2 2.8	0 0.0	0 0.0	0 0.0	2 1.6	3 2.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	1.66	1.67	1.62	1.71	1.65	1.72	1.63	1.77	1.91	1.77	1.72	1.38	1.72	1.62	1.71	1.58	1.59	1.51	1.77	1.88

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.17. A alimentação equilibrada das crianças e jovens não inclui a ingestão de água.

	Total	Sexo Femini no	Mascu lino	Idade Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Sit prof Empre gado	Dese mpreg ado	Nível de escolaridade 1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	Nº de filhos 1	2	3+	Ciclo(fil Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	21 3.7	17 3.6	4 4.2	5 4.8	16 3.8	0 0.0	14 3.3	7 4.8	3 4.2	5 3.5	7 3.4	6 4.0	8 4.0	11 3.7	2 2.8	3 3.2	7 4.0	6 8.0	4 3.2	1 1.0
3- Concordo	37 6.5	27 5.7	10 10.4	9 8.7	20 4.8	8 16.7	22 5.2	15 10.2	8 11.3	15 10.6	8 3.9	6 4.0	17 8.5	16 5.4	4 5.6	4 4.3	8 4.6	7 9.3	9 7.3	9 8.8
2- Discordo	143 25.2	116 24.6	27 28.1	24 23.1	105 25.2	14 29.2	101 24.0	42 28.6	24 33.8	40 28.4	62 30.0	17 11.4	55 27.4	69 23.3	19 26.8	24 25.8	41 23.6	12 16.0	36 29.0	30 29.4
1- Discordo totalmente	349 61.4	298 63.1	51 53.1	62 59.6	261 62.7	26 54.2	273 64.8	76 51.7	32 45.1	75 53.2	125 60.4	117 78.5	113 56.2	194 65.5	42 59.2	61 65.6	113 64.9	45 60.0	74 59.7	56 54.9
Não Sabe	11 1.9	10 2.1	1 1.0	3 2.9	8 1.9	0 0.0	6 1.4	5 3.4	3 4.2	2 1.4	5 2.4	1 0.7	3 1.5	4 1.4	4 5.6	1 1.1	1 0.6	5 6.7	0 0.0	4 3.9
Não responde	7 1.2	4 0.8	3 3.1	1 1.0	6 1.4	0 0.0	5 1.2	2 1.4	1 1.4	4 2.8	0 0.0	2 1.3	5 2.5	2 0.7	0 0.0	0 0.0	4 2.3	0 0.0	1 0.8	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	1.51	1.48	1.64	1.57	1.48	1.62	1.46	1.66	1.73	1.63	1.49	1.32	1.59	1.46	1.49	1.45	1.46	1.63	1.54	1.53

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.18. É aconselhado comer 5 porções diárias de alimentos ricos em fibras, como as hortaliças, legumes e fruta.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg ado	Ciclo	Ciclo	Secun dário/ Profiss ional	Secun dário/ Profiss ional								
4- Concordo totalmente	170 29.9	148 31.4	22 22.9	32 30.8	125 30.0	13 27.1	137 32.5	33 22.4	19 26.8	36 25.5	52 25.1	63 42.3	57 28.4	92 31.1	21 29.6	21 22.6	63 36.2	29 38.7	30 24.2	27 26.5
3- Concordo	252 44.4	210 44.5	42 43.8	55 52.9	174 41.8	23 47.9	177 42.0	75 51.0	39 54.9	63 44.7	98 47.3	52 34.9	92 45.8	134 45.3	26 36.6	44 47.3	80 46.0	28 37.3	54 43.5	46 45.1
2- Discordo	69 12.1	54 11.4	15 15.6	9 8.7	53 12.7	7 14.6	53 12.6	16 10.9	5 7.0	21 14.9	29 14.0	14 9.4	21 10.4	38 12.8	10 14.1	16 17.2	15 8.6	12 16.0	15 12.1	11 10.8
1- Discordo totalmente	19 3.3	17 3.6	2 2.1	1 1.0	16 3.8	2 4.2	14 3.3	5 3.4	3 4.2	4 2.8	7 3.4	5 3.4	8 4.0	8 2.7	3 4.2	5 5.4	1 0.6	3 4.0	9 7.3	1 1.0
Não Sabe	50 8.8	38 8.1	12 12.5	6 5.8	41 9.9	3 6.2	35 8.3	15 10.2	4 5.6	14 9.9	19 9.2	13 8.7	16 8.0	23 7.8	11 15.5	6 6.5	12 6.9	3 4.0	15 12.1	14 13.7
Não responde	8 1.4	5 1.1	3 3.1	1 1.0	7 1.7	0 0.0	5 1.2	3 2.0	1 1.4	3 2.1	2 1.0	2 1.3	7 3.5	1 0.3	0 0.0	1 1.1	3 1.7	0 0.0	1 0.8	3 2.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.12	3.14	3.04	3.22	3.11	3.04	3.15	3.05	3.12	3.06	3.05	3.29	3.11	3.14	3.08	2.94	3.29	3.15	2.97	3.16

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.19. Para que uma criança aceite um alimento novo é recomendável insistir em oferecê-lo entre 5-10 vezes.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg ado	Ciclo	Ciclo	Secun dário/ Profiss ional	Secun dário/ Profiss ional								
4- Concordo totalmente	50 8.8	43 9.1	7 7.3	13 12.5	36 8.7	1 2.1	36 8.6	14 9.5	7 9.9	9 6.4	16 7.7	18 12.1	21 10.4	25 8.4	4 5.6	9 9.7	18 10.3	6 8.0	13 10.5	4 3.9
3- Concordo	154 27.1	137 29.0	17 17.7	28 26.9	113 27.2	13 27.1	111 26.4	43 29.3	22 31.0	36 25.5	51 24.6	45 30.2	52 25.9	83 28.0	19 26.8	30 32.3	40 23.0	19 25.3	35 28.2	30 29.4
2- Discordo	179 31.5	140 29.7	39 40.6	35 33.7	131 31.5	13 27.1	129 30.6	50 34.0	26 36.6	39 27.7	79 38.2	35 23.5	61 30.3	95 32.1	23 32.4	27 29.0	68 39.1	23 30.7	35 28.2	26 25.5
1- Discordo totalmente	55 9.7	42 8.9	13 13.5	10 9.6	40 9.6	5 10.4	47 11.2	8 5.4	5 7.0	16 11.3	15 7.2	19 12.8	20 10.0	28 9.5	7 9.9	8 8.6	12 6.9	13 17.3	14 11.3	8 7.8
Não Sabe	107 18.8	95 20.1	12 12.5	14 13.5	82 19.7	11 22.9	82 19.5	25 17.0	8 11.3	32 22.7	39 18.8	28 18.8	38 18.9	52 17.6	17 23.9	18 19.4	24 13.8	12 16.0	27 21.8	26 25.5
Não responde	23 4.0	15 3.2	8 8.3	4 3.8	14 3.4	5 10.4	16 3.8	7 4.8	3 4.2	9 6.4	7 3.4	4 2.7	9 4.5	13 4.4	1 1.4	1 1.1	12 6.9	2 2.7	0 0.0	8 7.8
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.45	2.50	2.24	2.51	2.45	2.31	2.42	2.55	2.52	2.38	2.42	2.53	2.48	2.45	2.38	2.54	2.46	2.30	2.48	2.44

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.20. Os alimentos pobres em calorias são os designados por fast food.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	40 7.0	33 7.0	7 7.3	13 12.5	25 6.0	2 4.2	32 7.6	8 5.4	6 8.5	11 7.8	10 4.8	13 8.7	13 6.5	22 7.4	5 7.0	8 8.6	10 5.7	7 9.3	10 8.1	5 4.9
3- Concordo	73 12.9	56 11.9	17 17.7	16 15.4	47 11.3	10 20.8	47 11.2	26 17.7	16 22.5	25 17.7	23 11.1	9 6.0	26 12.9	40 13.5	7 9.9	8 8.6	13 7.5	13 17.3	23 18.5	16 15.7
2- Discordo	121 21.3	103 21.8	18 18.8	21 20.2	93 22.4	7 14.6	90 21.4	31 21.1	8 11.3	29 20.6	62 30.0	22 14.8	45 22.4	57 19.3	19 26.8	17 18.3	42 24.1	12 16.0	28 22.6	22 21.6
1- Discordo totalmente	273 48.1	230 48.7	43 44.8	42 40.4	205 49.3	26 54.2	209 49.6	64 43.5	29 40.8	55 39.0	92 44.4	97 65.1	93 46.3	151 51.0	29 40.8	55 59.1	86 49.4	29 38.7	51 41.1	52 51.0
Não Sabe	43 7.6	36 7.6	7 7.3	5 4.8	36 8.7	2 4.2	28 6.7	15 10.2	10 14.1	12 8.5	16 7.7	5 3.4	14 7.0	19 6.4	10 14.1	5 5.4	15 8.6	12 16.0	7 5.6	4 3.9
Não responde	18 3.2	14 3.0	4 4.2	7 6.7	10 2.4	1 2.1	15 3.6	3 2.0	2 2.8	9 6.4	4 1.9	3 2.0	10 5.0	7 2.4	1 1.4	0 0.0	8 4.6	2 2.7	5 4.0	3 2.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	1.76	1.74	1.86	2.00	1.71	1.73	1.74	1.83	1.98	1.93	1.74	1.56	1.77	1.75	1.80	1.65	1.65	1.97	1.93	1.73

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.21. O pão de mistura ou escuro é o melhor para a alimentação.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	198 34.9	171 36.2	27 28.1	33 31.7	149 35.8	16 33.3	150 35.6	48 32.7	16 22.5	40 28.4	71 34.3	71 47.7	62 30.8	116 39.2	20 28.2	29 31.2	66 37.9	26 34.7	47 37.9	30 29.4
3- Concordo	274 48.2	225 47.7	49 51.0	48 46.2	204 49.0	22 45.8	214 50.8	60 40.8	43 60.6	66 46.8	99 47.8	66 44.3	99 49.3	138 46.6	37 52.1	48 51.6	83 47.7	39 52.0	58 46.8	46 45.1
2- Discordo	38 6.7	32 6.8	6 6.2	10 9.6	24 5.8	4 8.3	23 5.5	15 10.2	4 5.6	16 11.3	15 7.2	3 2.0	13 6.5	20 6.8	5 7.0	5 5.4	8 4.6	5 6.7	5 4.0	15 14.7
1- Discordo totalmente	7 1.2	5 1.1	2 2.1	1 1.0	6 1.4	0 0.0	4 1.0	3 2.0	1 1.4	1 0.7	2 1.0	3 2.0	5 2.5	1 0.3	1 1.4	1 1.1	1 0.6	1 1.3	3 2.4	1 1.0
Não Sabe	37 6.5	29 6.1	8 8.3	10 9.6	23 5.5	4 8.3	19 4.5	18 12.2	6 8.5	12 8.5	15 7.2	4 2.7	14 7.0	16 5.4	7 9.9	10 10.8	9 5.2	3 4.0	7 5.6	8 7.8
Não responde	14 2.5	10 2.1	4 4.2	2 1.9	10 2.4	2 4.2	11 2.6	3 2.0	1 1.4	6 4.3	5 2.4	2 1.3	8 4.0	5 1.7	1 1.4	0 0.0	7 4.0	1 1.3	4 3.2	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.28	3.30	3.20	3.23	3.30	3.29	3.30	3.21	3.16	3.18	3.28	3.43	3.22	3.34	3.21	3.27	3.35	3.27	3.32	3.14

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.22. Mesmo sendo por vezes mais caros, devem ser comprados sempre produtos de agricultura biológica.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	158 27.8	131 27.8	27 28.1	26 25.0	118 28.4	14 29.2	113 26.8	45 30.6	19 26.8	38 27.0	52 25.1	49 32.9	56 27.9	86 29.1	16 22.5	20 21.5	41 23.6	27 36.0	43 34.7	27 26.5
3- Concordo	271 47.7	227 48.1	44 45.8	60 57.7	194 46.6	17 35.4	204 48.5	67 45.6	39 54.9	61 43.3	104 50.2	67 45.0	100 49.8	140 47.3	31 43.7	45 48.4	98 56.3	31 41.3	52 41.9	45 44.1
2- Discordo	90 15.8	75 15.9	15 15.6	9 8.7	67 16.1	14 29.2	63 15.0	27 18.4	9 12.7	26 18.4	38 18.4	17 11.4	26 12.9	47 15.9	17 23.9	19 20.4	22 12.6	8 10.7	19 15.3	22 21.6
1- Discordo totalmente	12 2.1	7 1.5	5 5.2	3 2.9	8 1.9	1 2.1	10 2.4	2 1.4	2 2.8	4 2.8	1 0.5	5 3.4	5 2.5	4 1.4	3 4.2	2 2.2	2 1.1	5 6.7	3 2.4	0 0.0
Não Sabe	22 3.9	20 4.2	2 2.1	6 5.8	14 3.4	2 4.2	18 4.3	4 2.7	2 2.8	6 4.3	8 3.9	6 4.0	6 3.0	14 4.7	2 2.8	6 6.5	4 2.3	4 5.3	3 2.4	5 4.9
Não responde	15 2.6	12 2.5	3 3.1	0 0.0	15 3.6	0 0.0	13 3.1	2 1.4	0 0.0	6 4.3	4 1.9	5 3.4	8 4.0	5 1.7	2 2.8	1 1.1	7 4.0	0 0.0	4 3.2	3 2.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.08	3.10	3.02	3.11	3.09	2.96	3.08	3.10	3.09	3.03	3.06	3.16	3.11	3.11	2.90	2.97	3.09	3.13	3.15	3.05

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.23. Fazer as refeições a ver TV é desaconselhado.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	193 34.0	161 34.1	32 33.3	41 39.4	136 32.7	16 33.3	140 33.3	53 36.1	21 29.6	34 24.1	68 32.9	70 47.0	72 35.8	102 34.5	19 26.8	31 33.3	65 37.4	30 40.0	37 29.8	30 29.4
3- Concordo	249 43.8	208 44.1	41 42.7	45 43.3	187 45.0	17 35.4	191 45.4	58 39.5	36 50.7	63 44.7	91 44.0	59 39.6	91 45.3	124 41.9	34 47.9	38 40.9	83 47.7	37 49.3	60 48.4	31 30.4
2- Discordo	75 13.2	65 13.8	10 10.4	7 6.7	58 13.9	10 20.8	54 12.8	21 14.3	8 11.3	30 21.3	30 14.5	7 4.7	20 10.0	41 13.9	14 19.7	12 12.9	17 9.8	8 10.7	16 12.9	22 21.6
1- Discordo totalmente	12 2.1	8 1.7	4 4.2	3 2.9	7 1.7	2 4.2	9 2.1	3 2.0	2 2.8	2 1.4	4 1.9	4 2.7	2 1.0	7 2.4	3 4.2	4 4.3	1 0.6	0 0.0	5 4.0	2 2.0
Não Sabe	28 4.9	22 4.7	6 6.2	5 4.8	20 4.8	3 6.2	21 5.0	7 4.8	3 4.2	9 6.4	9 4.3	7 4.7	9 4.5	18 6.1	1 1.4	7 7.5	5 2.9	0 0.0	5 4.0	11 10.8
Não responde	11 1.9	8 1.7	3 3.1	3 2.9	8 1.9	0 0.0	6 1.4	5 3.4	1 1.4	3 2.1	5 2.4	2 1.3	7 3.5	4 1.4	0 0.0	1 1.1	3 1.7	0 0.0	1 0.8	6 5.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.18	3.18	3.16	3.29	3.16	3.04	3.17	3.19	3.13	3.00	3.16	3.39	3.26	3.17	2.99	3.13	3.28	3.29	3.09	3.05

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.24. Os produtos frescos e legumes frescos devem ser comprados preferencialmente aos produtores locais.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	165 29.0	146 30.9	19 19.8	36 34.6	116 27.9	13 27.1	127 30.2	38 25.9	15 21.1	35 24.8	51 24.6	64 43.0	66 32.8	82 27.7	17 23.9	25 26.9	49 28.2	27 36.0	41 33.1	23 22.5
3- Concordo	270 47.5	221 46.8	49 51.0	42 40.4	202 48.6	26 54.2	195 46.3	75 51.0	39 54.9	60 42.6	116 56.0	55 36.9	97 48.3	142 48.0	31 43.7	51 54.8	86 49.4	26 34.7	51 41.1	56 54.9
2- Discordo	82 14.4	69 14.6	13 13.5	15 14.4	62 14.9	5 10.4	61 14.5	21 14.3	9 12.7	33 23.4	26 12.6	14 9.4	18 9.0	53 17.9	11 15.5	13 14.0	23 13.2	12 16.0	18 14.5	16 15.7
1- Discordo totalmente	11 1.9	6 1.3	5 5.2	0 0.0	10 2.4	1 2.1	8 1.9	3 2.0	3 4.2	0 0.0	1 0.5	7 4.7	3 1.5	4 1.4	4 5.6	2 2.2	3 1.7	2 2.7	4 3.2	0 0.0
Não Sabe	22 3.9	16 3.4	6 6.2	5 4.8	15 3.6	2 4.2	17 4.0	5 3.4	3 4.2	7 5.0	8 3.9	4 2.7	7 3.5	10 3.4	5 7.0	1 1.1	5 2.9	8 10.7	5 4.0	3 2.9
Não responde	18 3.2	14 3.0	4 4.2	6 5.8	11 2.6	1 2.1	13 3.1	5 3.4	2 2.8	6 4.3	5 2.4	5 3.4	10 5.0	5 1.7	3 4.2	1 1.1	8 4.6	0 0.0	5 4.0	4 3.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.12	3.15	2.95	3.23	3.09	3.13	3.13	3.08	3.00	3.02	3.12	3.26	3.23	3.07	2.97	3.09	3.12	3.16	3.13	3.07

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.25. As refeições em família são um ritual importante para pais e filhos.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino 1 or Superi or	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	
4- Concordo totalmente	380 66.9	316 66.9	64 66.7	67 64.4	284 68.3	29 60.4	286 67.9	94 63.9	41 57.7	85 60.3	139 67.1	115 77.2	137 68.2	199 67.2	44 62.0	67 72.0	123 70.7	51 68.0	87 70.2	52 51.0
3- Concordo	168 29.6	141 29.9	27 28.1	32 30.8	119 28.6	17 35.4	122 29.0	46 31.3	23 32.4	53 37.6	63 30.4	29 19.5	51 25.4	91 30.7	26 36.6	25 26.9	43 24.7	22 29.3	33 26.6	45 44.1
2- Discordo	9 1.6	7 1.5	2 2.1	4 3.8	4 1.0	1 2.1	3 0.7	6 4.1	5 7.0	1 0.7	2 1.0	1 0.7	4 2.0	5 1.7	0 0.0	0 0.0	4 2.3	1 1.3	3 2.4	1 1.0
1- Discordo totalmente	4 0.7	3 0.6	1 1.0	0 0.0	3 0.7	1 2.1	4 1.0	0 0.0	1 1.4	0 0.0	1 0.5	2 1.3	2 1.0	1 0.3	1 1.4	1 1.1	1 0.6	0 0.0	1 0.8	1 1.0
Não Sabe	2 0.4	2 0.4	0 0.0	1 1.0	1 0.2	0 0.0	1 0.2	1 0.7	1 1.4	0 0.0	1 0.5	0 0.0	2 1.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 1.3	0 0.0	1 1.0
Não responde	5 0.9	3 0.6	2 2.1	0 0.0	5 1.2	0 0.0	5 1.2	0 0.0	0 0.0	2 1.4	1 0.5	2 1.3	5 2.5	0 0.0	0 0.0	0 0.0	3 1.7	0 0.0	0 0.0	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.65	3.65	3.64	3.61	3.67	3.54	3.66	3.60	3.49	3.60	3.66	3.75	3.66	3.65	3.59	3.70	3.68	3.68	3.66	3.49

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.26. Deve permitir-se que as crianças colaborem na confeção das refeições em casa.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade		Nº de filhos		Ciclo(fil							
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	227 40.0	186 39.4	41 42.7	45 43.3	164 39.4	18 37.5	174 41.3	53 36.1	23 32.4	46 32.6	81 39.1	77 51.7	75 37.3	121 40.9	31 43.7	34 36.6	70 40.2	33 44.0	55 44.4	35 34.3
3- Concordo	296 52.1	247 52.3	49 51.0	51 49.0	222 53.4	23 47.9	218 51.8	78 53.1	40 56.3	75 53.2	113 54.6	68 45.6	107 53.2	155 52.4	34 47.9	49 52.7	92 52.9	39 52.0	61 49.2	55 53.9
2- Discordo	33 5.8	29 6.1	4 4.2	7 6.7	21 5.0	5 10.4	19 4.5	14 9.5	5 7.0	14 9.9	12 5.8	2 1.3	13 6.5	15 5.1	5 7.0	7 7.5	10 5.7	2 2.7	5 4.0	9 8.8
1- Discordo totalmente	1 0.2	1 0.2	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 2.1	1 0.2	0 0.0	1 1.4	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 0.5	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 0.8	0 0.0
Não Sabe	4 0.7	4 0.8	0 0.0	0 0.0	3 0.7	1 2.1	3 0.7	1 0.7	1 1.4	3 2.1	0 0.0	0 0.0	1 0.5	2 0.7	1 1.4	1 1.1	0 0.0	1 1.3	2 1.6	0 0.0
Não responde	7 1.2	5 1.1	2 2.1	1 1.0	6 1.4	0 0.0	6 1.4	1 0.7	1 1.4	3 2.1	1 0.5	2 1.3	4 2.0	3 1.0	0 0.0	2 2.2	2 1.1	0 0.0	0 0.0	3 2.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.34	3.33	3.39	3.37	3.35	3.23	3.37	3.27	3.23	3.24	3.33	3.51	3.31	3.36	3.37	3.30	3.35	3.42	3.39	3.26

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.27. Na compra de alimentos deve ter-se em conta a lista de ingredientes existentes no rótulo.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade		Nº de filhos		Ciclo(fil							
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	188 33.1	153 32.4	35 36.5	38 36.5	135 32.5	15 31.2	140 33.3	48 32.7	19 26.8	30 21.3	64 30.9	75 50.3	71 35.3	92 31.1	25 35.2	34 36.6	54 31.0	30 40.0	46 37.1	24 23.5
3- Concordo	297 52.3	248 52.5	49 51.0	51 49.0	224 53.8	22 45.8	224 53.2	73 49.7	37 52.1	88 62.4	116 56.0	56 37.6	98 48.8	161 54.4	38 53.5	47 50.5	94 54.0	30 40.0	65 52.4	61 59.8
2- Discordo	35 6.2	26 5.5	9 9.4	7 6.7	21 5.0	7 14.6	24 5.7	11 7.5	7 9.9	10 7.1	12 5.8	6 4.0	14 7.0	17 5.7	4 5.6	8 8.6	7 4.0	5 6.7	6 4.8	9 8.8
1- Discordo totalmente	11 1.9	11 2.3	0 0.0	1 1.0	8 1.9	2 4.2	9 2.1	2 1.4	2 2.8	2 1.4	2 1.0	5 3.4	4 2.0	6 2.0	1 1.4	1 1.1	3 1.7	3 4.0	2 1.6	2 2.0
Não Sabe	12 2.1	12 2.5	0 0.0	1 1.0	11 2.6	0 0.0	10 2.4	2 1.4	2 2.8	4 2.8	5 2.4	1 0.7	3 1.5	9 3.0	0 0.0	1 1.1	4 2.3	6 8.0	0 0.0	1 1.0
Não responde	25 4.4	22 4.7	3 3.1	6 5.8	17 4.1	2 4.2	14 3.3	11 7.5	4 5.6	7 5.0	8 3.9	6 4.0	11 5.5	11 3.7	3 4.2	2 2.2	12 6.9	1 1.3	5 4.0	5 4.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.25	3.24	3.28	3.30	3.25	3.09	3.25	3.25	3.12	3.12	3.25	3.42	3.26	3.23	3.28	3.27	3.26	3.28	3.30	3.11

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1:2.28. É menos preocupante uma criança ser gordinha do que ser magrinha.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil)					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	22 3.9	19 4.0	3 3.1	4 3.8	18 4.3	0 0.0	18 4.3	4 2.7	2 2.8	3 2.1	5 2.4	12 8.1	8 4.0	11 3.7	3 4.2	4 4.3	9 5.2	5 6.7	2 1.6	2 2.0
3- Concordo	64 11.3	53 11.2	11 11.5	10 9.6	37 8.9	17 35.4	37 8.8	27 18.4	8 11.3	20 14.2	24 11.6	12 8.1	30 14.9	28 9.5	6 8.5	8 8.6	14 8.0	7 9.3	15 12.1	20 19.6
2- Discordo	279 49.1	237 50.2	42 43.8	51 49.0	210 50.5	18 37.5	209 49.6	70 47.6	38 53.5	78 55.3	108 52.2	55 36.9	97 48.3	144 48.6	38 53.5	46 49.5	90 51.7	39 52.0	54 43.5	50 49.0
1- Discordo totalmente	158 27.8	128 27.1	30 31.2	31 29.8	118 28.4	9 18.8	130 30.9	28 19.0	15 21.1	27 19.1	51 24.6	65 43.6	54 26.9	88 29.7	16 22.5	30 32.3	53 30.5	18 24.0	40 32.3	17 16.7
Não Sabe	34 6.0	28 5.9	6 6.2	7 6.7	23 5.5	4 8.3	19 4.5	15 10.2	8 11.3	8 5.7	16 7.7	2 1.3	6 3.0	21 7.1	7 9.9	4 4.3	2 1.1	4 5.3	13 10.5	11 10.8
Não responde	11 1.9	7 1.5	4 4.2	1 1.0	10 2.4	0 0.0	8 1.9	3 2.0	0 0.0	5 3.5	3 1.4	3 2.0	6 3.0	4 1.4	1 1.4	1 1.1	6 3.4	2 2.7	0 0.0	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	1.90	1.92	1.85	1.86	1.88	2.18	1.86	2.05	1.95	1.99	1.91	1.80	1.96	1.86	1.94	1.84	1.87	1.99	1.81	2.08

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1:2.29. As refeições em família devem obedecer a um horário regular.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil)					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	193 34.0	153 32.4	40 41.7	44 42.3	134 32.2	15 31.2	141 33.5	52 35.4	17 23.9	43 30.5	76 36.7	57 38.3	69 34.3	99 33.4	25 35.2	37 39.8	60 34.5	26 34.7	42 33.9	28 27.5
3- Concordo	325 57.2	278 58.9	47 49.0	51 49.0	244 58.7	30 62.5	238 56.5	87 59.2	47 66.2	87 61.7	111 53.6	80 53.7	110 54.7	172 58.1	43 60.6	51 54.8	102 58.6	40 53.3	70 56.5	62 60.8
2- Discordo	25 4.4	21 4.4	4 4.2	4 3.8	18 4.3	3 6.2	18 4.3	7 4.8	3 4.2	5 3.5	14 6.8	3 2.0	10 5.0	14 4.7	1 1.4	1 1.1	4 2.3	5 6.7	9 7.3	6 5.9
1- Discordo totalmente	8 1.4	6 1.3	2 2.1	2 1.9	6 1.4	0 0.0	8 1.9	0 0.0	1 1.4	1 0.7	1 0.5	5 3.4	4 2.0	3 1.0	1 1.4	2 2.2	1 0.6	3 4.0	1 0.8	1 1.0
Não Sabe	9 1.6	9 1.9	0 0.0	1 1.0	8 1.9	0 0.0	9 2.1	0 0.0	2 2.8	2 1.4	4 1.9	1 0.7	2 1.0	7 2.4	0 0.0	1 1.1	2 1.1	1 1.3	2 1.6	3 2.9
Não responde	8 1.4	5 1.1	3 3.1	2 1.9	6 1.4	0 0.0	7 1.7	1 0.7	1 1.4	3 2.1	1 0.5	3 2.0	6 3.0	1 0.3	1 1.4	1 1.1	5 2.9	0 0.0	0 0.0	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.28	3.26	3.34	3.36	3.26	3.25	3.26	3.31	3.18	3.26	3.30	3.30	3.26	3.27	3.31	3.35	3.32	3.20	3.25	3.21

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1:2.30. É aconselhável que os pais saibam o que os filhos comem no refeitório da escola.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade				Nº de filhos			Ciclo(fil				
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Superi				escola	Ciclo	Ciclo	Ciclo	Secun
								ado			dário/	or				r				dário/
											Profiss	ional								ional
4- Concordo totalmente	276 48.6	228 48.3	48 50.0	49 47.1	205 49.3	22 45.8	204 48.5	72 49.0	33 46.5	50 35.5	99 47.8	94 63.1	97 48.3	144 48.6	35 49.3	51 54.8	88 50.6	41 54.7	58 46.8	38 37.3
3- Concordo	270 47.5	229 48.5	41 42.7	50 48.1	197 47.4	23 47.9	200 47.5	70 47.6	36 50.7	84 59.6	99 47.8	51 34.2	95 47.3	145 49.0	30 42.3	41 44.1	80 46.0	30 40.0	60 48.4	59 57.8
2- Discordo	10 1.8	6 1.3	4 4.2	2 1.9	6 1.4	2 4.2	7 1.7	3 2.0	2 2.8	2 1.4	5 2.4	1 0.7	3 1.5	4 1.4	3 4.2	1 1.1	2 1.1	1 1.3	4 3.2	2 2.0
1- Discordo totalmente	1 0.2	0 0.0	1 1.0	0 0.0	1 0.2	0 0.0	1 0.2	0 0.0	0 0.0	1 0.7	0 0.0	0 0.0	1 0.5	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 0.8	0 0.0
Não Sabe	5 0.9	5 1.1	0 0.0	2 1.9	3 0.7	0 0.0	4 1.0	1 0.7	0 0.0	1 0.7	3 1.4	1 0.7	1 0.5	2 0.7	2 2.8	0 0.0	0 0.0	3 4.0	1 0.8	1 1.0
Não responde	6 1.1	4 0.8	2 2.1	1 1.0	4 1.0	1 2.1	5 1.2	1 0.7	0 0.0	3 2.1	1 0.5	2 1.3	4 2.0	1 0.3	1 1.4	0 0.0	4 2.3	0 0.0	0 0.0	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.47	3.48	3.45	3.47	3.48	3.43	3.47	3.48	3.44	3.34	3.46	3.64	3.47	3.48	3.47	3.54	3.51	3.56	3.42	3.36

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.31. Na compra dos alimentos deve atender-se à sua qualidade nutricional.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade				Nº de filhos			Ciclo(fil				
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Superi				escola	Ciclo	Ciclo	Ciclo	Secun
								ado			dário/	or				r				dário/
											Profiss	ional								ional
4- Concordo totalmente	215 37.9	179 37.9	36 37.5	34 32.7	168 40.4	13 27.1	157 37.3	58 39.5	27 38.0	34 24.1	68 32.9	86 57.7	82 40.8	106 35.8	27 38.0	35 37.6	63 36.2	33 44.0	55 44.4	29 28.4
3- Concordo	311 54.8	263 55.7	48 50.0	61 58.7	221 53.1	29 60.4	229 54.4	82 55.8	40 56.3	92 65.2	128 61.8	51 34.2	100 49.8	171 57.8	40 56.3	52 55.9	99 56.9	31 41.3	63 50.8	66 64.7
2- Discordo	19 3.3	13 2.8	6 6.2	5 4.8	10 2.4	4 8.3	14 3.3	5 3.4	3 4.2	7 5.0	3 1.4	6 4.0	8 4.0	9 3.0	2 2.8	5 5.4	4 2.3	5 6.7	2 1.6	3 2.9
1- Discordo totalmente	8 1.4	5 1.1	3 3.1	1 1.0	5 1.2	2 4.2	7 1.7	1 0.7	0 0.0	2 1.4	4 1.9	2 1.3	3 1.5	5 1.7	0 0.0	0 0.0	2 1.1	5 6.7	1 0.8	0 0.0
Não Sabe	8 1.4	8 1.7	0 0.0	1 1.0	7 1.7	0 0.0	7 1.7	1 0.7	1 1.4	1 0.7	4 1.9	2 1.3	3 1.5	5 1.7	0 0.0	1 1.1	3 1.7	1 1.3	1 0.8	2 2.0
Não responde	7 1.2	4 0.8	3 3.1	2 1.9	5 1.2	0 0.0	7 1.7	0 0.0	0 0.0	5 3.5	0 0.0	2 1.3	5 2.5	0 0.0	2 2.8	0 0.0	3 1.7	0 0.0	2 1.6	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	3.33	3.34	3.26	3.27	3.37	3.10	3.32	3.35	3.34	3.17	3.28	3.52	3.35	3.30	3.36	3.33	3.33	3.24	3.42	3.27

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.32. As crianças e os jovens devem comer o que gostam, independentemente do valor nutritivo dos alimentos.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade				Nº de filhos			Ciclo(fil				
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Superi				escola	Ciclo	Ciclo	Ciclo	Secun
								ado			dário/	or				r				dário/
											Profiss	ional								ional
4- Concordo totalmente	13 2.3	11 2.3	2 2.1	1 1.0	10 2.4	2 4.2	11 2.6	2 1.4	3 4.2	2 1.4	6 2.9	2 1.3	4 2.0	7 2.4	2 2.8	1 1.1	2 1.1	1 1.3	7 5.6	2 2.0
3- Concordo	57 10.0	46 9.7	11 11.5	15 14.4	36 8.7	6 12.5	36 8.6	21 14.3	9 12.7	17 12.1	22 10.6	9 6.0	26 12.9	27 9.1	4 5.6	9 9.7	16 9.2	7 9.3	12 9.7	13 12.7
2- Discordo	282 49.6	240 50.8	42 43.8	49 47.1	204 49.0	29 60.4	196 46.6	86 58.5	42 59.2	83 58.9	107 51.7	50 33.6	95 47.3	149 50.3	38 53.5	47 50.5	79 45.4	37 49.3	62 50.0	57 55.9
1- Discordo totalmente	197 34.7	161 34.1	36 37.5	37 35.6	149 35.8	11 22.9	163 38.7	34 23.1	13 18.3	35 24.8	70 33.8	79 53.0	64 31.8	108 36.5	25 35.2	35 37.6	72 41.4	29 38.7	37 29.8	24 23.5
Não Sabe	11 1.9	9 1.9	2 2.1	2 1.9	9 2.2	0 0.0	7 1.7	4 2.7	4 5.6	1 0.7	2 1.0	4 2.7	4 2.0	5 1.7	2 2.8	1 1.1	1 0.6	1 1.3	4 3.2	4 3.9
Não responde	8 1.4	5 1.1	3 3.1	0 0.0	8 1.9	0 0.0	8 1.9	0 0.0	0 0.0	3 2.1	0 0.0	5 3.4	8 4.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	4 2.3	0 0.0	2 1.6	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	1.79	1.80	1.77	1.80	1.77	1.98	1.74	1.94	2.03	1.90	1.82	1.53	1.84	1.77	1.75	1.74	1.69	1.73	1.91	1.93

BASE: Totalidade dos entrevistados

Quadro 1: 2.33. As crianças e os jovens que petiscam entre as refeições, fazem uma alimentação mais equilibrada.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade				Nº de filhos			Ciclo(fil				
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Superi				escola	Ciclo	Ciclo	Ciclo	Secun
								ado			dário/	or				r				dário/
											Profiss	ional								ional
4- Concordo totalmente	20 3.5	16 3.4	4 4.2	3 2.9	15 3.6	2 4.2	15 3.6	5 3.4	4 5.6	7 5.0	6 2.9	3 2.0	4 2.0	13 4.4	3 4.2	1 1.1	4 2.3	1 1.3	9 7.3	5 4.9
3- Concordo	80 14.1	58 12.3	22 22.9	13 12.5	59 14.2	8 16.7	53 12.6	27 18.4	11 15.5	19 13.5	29 14.0	21 14.1	38 18.9	28 9.5	14 19.7	6 6.5	24 13.8	7 9.3	23 18.5	20 19.6
2- Discordo	289 50.9	249 52.8	40 41.7	49 47.1	211 50.7	29 60.4	207 49.2	82 55.8	41 57.7	79 56.0	109 52.7	60 40.3	91 45.3	167 56.4	31 43.7	55 59.1	92 52.9	39 52.0	56 45.2	47 46.1
1- Discordo totalmente	133 23.4	114 24.2	19 19.8	33 31.7	94 22.6	6 12.5	110 26.1	23 15.6	8 11.3	25 17.7	46 22.2	54 36.2	51 25.4	64 21.6	18 25.4	26 28.0	40 23.0	23 30.7	28 22.6	16 15.7
Não Sabe	35 6.2	28 5.9	7 7.3	3 2.9	29 7.0	3 6.2	26 6.2	9 6.1	7 9.9	6 4.3	15 7.2	7 4.7	10 5.0	21 7.1	4 5.6	2 2.2	10 5.7	4 5.3	7 5.6	12 11.8
Não responde	11 1.9	7 1.5	4 4.2	3 2.9	8 1.9	0 0.0	10 2.4	1 0.7	0 0.0	5 3.5	2 1.0	4 2.7	7 3.5	3 1.0	1 1.4	3 3.2	4 2.3	1 1.3	1 0.8	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	1.98	1.95	2.13	1.86	1.99	2.13	1.93	2.10	2.17	2.06	1.97	1.80	1.97	1.96	2.03	1.80	1.95	1.80	2.11	2.16

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.1. Come-se peixe pelo menos quatro vezes por semana.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
3- Sempre	103 18.1	76 16.1	27 28.1	15 14.4	78 18.8	10 20.8	82 19.5	21 14.3	10 14.1	16 11.3	28 13.5	49 32.9	33 16.4	57 19.3	13 18.3	25 26.9	39 22.4	10 13.3	21 16.9	8 7.8
2- Às vezes	404 71.1	344 72.9	60 62.5	82 78.8	294 70.7	28 58.3	292 69.4	112 76.2	57 80.3	106 75.2	158 76.3	83 55.7	149 74.1	208 70.3	47 66.2	60 64.5	124 71.3	51 68.0	97 78.2	72 70.6
1- Nunca	51 9.0	44 9.3	7 7.3	3 2.9	39 9.4	9 18.8	40 9.5	11 7.5	3 4.2	16 11.3	17 8.2	15 10.1	13 6.5	27 9.1	11 15.5	5 5.4	8 4.6	12 16.0	5 4.0	21 20.6
Não responde	10 1.8	8 1.7	2 2.1	4 3.8	5 1.2	1 2.1	7 1.7	3 2.0	1 1.4	3 2.1	4 1.9	2 1.3	6 3.0	4 1.4	0 0.0	3 3.2	3 1.7	2 2.7	1 0.8	1 1.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.09	2.07	2.21	2.12	2.09	2.02	2.10	2.07	2.10	2.00	2.05	2.23	2.10	2.10	2.03	2.22	2.18	1.97	2.13	1.87

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.2. O almoço e jantar inclui sopa.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
3- Sempre	172 30.3	139 29.4	33 34.4	23 22.1	137 32.9	12 25.0	134 31.8	38 25.9	16 22.5	29 20.6	52 25.1	75 50.3	66 32.8	88 29.7	18 25.4	41 44.1	58 33.3	22 29.3	29 23.4	22 21.6
2- Às vezes	360 63.4	301 63.8	59 61.5	75 72.1	254 61.1	31 64.6	259 61.5	101 68.7	49 69.0	99 70.2	143 69.1	69 46.3	121 60.2	191 64.5	48 67.6	52 55.9	114 65.5	48 64.0	86 69.4	60 58.8
1- Nunca	27 4.8	26 5.5	1 1.0	2 1.9	21 5.0	4 8.3	22 5.2	5 3.4	4 5.6	9 6.4	10 4.8	4 2.7	9 4.5	14 4.7	4 5.6	0 0.0	2 1.1	1 1.3	7 5.6	17 16.7
Não responde	9 1.6	6 1.3	3 3.1	4 3.8	4 1.0	1 2.1	6 1.4	3 2.0	2 2.8	4 2.8	2 1.0	1 0.7	5 2.5	3 1.0	1 1.4	0 0.0	0 0.0	4 5.3	2 1.6	3 2.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.26	2.24	2.34	2.21	2.28	2.17	2.27	2.23	2.17	2.15	2.20	2.48	2.29	2.25	2.20	2.44	2.32	2.30	2.18	2.05

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.3. Os legumes e frutas consumidos são comprados aos produtores locais.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-escola	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Superi				r	Ciclo	Ciclo	Ciclo	Secun
							ado	ado			dário/	or								dário/
											Profiss	ional								ional
3- Sempre	105	87	18	25	70	10	73	32	10	33	44	18	42	56	7	13	29	10	29	24
	18.5	18.4	18.8	24.0	16.8	20.8	17.3	21.8	14.1	23.4	21.3	12.1	20.9	18.9	9.9	14.0	16.7	13.3	23.4	23.5
2- Às vezes	397	329	68	66	299	32	299	98	50	89	136	122	136	204	57	73	127	59	76	62
	69.9	69.7	70.8	63.5	71.9	66.7	71.0	66.7	70.4	63.1	65.7	81.9	67.7	68.9	80.3	78.5	73.0	78.7	61.3	60.8
1- Nunca	54	46	8	10	40	4	42	12	7	14	25	8	18	32	4	6	17	4	13	14
	9.5	9.7	8.3	9.6	9.6	8.3	10.0	8.2	9.9	9.9	12.1	5.4	9.0	10.8	5.6	6.5	9.8	5.3	10.5	13.7
Não responde	12	10	2	3	7	2	7	5	4	5	2	1	5	4	3	1	1	2	6	2
	2.1	2.1	2.1	2.9	1.7	4.2	1.7	3.4	5.6	3.5	1.0	0.7	2.5	1.4	4.2	1.1	0.6	2.7	4.8	2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.09	2.09	2.11	2.15	2.07	2.13	2.07	2.14	2.04	2.14	2.09	2.07	2.12	2.08	2.04	2.08	2.07	2.08	2.14	2.10

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.4. A alimentação é pouco variada.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-escola	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Superi				r	Ciclo	Ciclo	Ciclo	Secun
							ado	ado			dário/	or								dário/
											Profiss	ional								ional
3- Sempre	46	30	16	6	33	7	31	15	12	15	11	8	16	23	7	7	16	1	11	11
	8.1	6.4	16.7	5.8	7.9	14.6	7.4	10.2	16.9	10.6	5.3	5.4	8.0	7.8	9.9	7.5	9.2	1.3	8.9	10.8
2- Às vezes	148	129	19	34	103	11	106	42	25	51	45	27	48	81	19	21	39	28	33	27
	26.1	27.3	19.8	32.7	24.8	22.9	25.2	28.6	35.2	36.2	21.7	18.1	23.9	27.4	26.8	22.6	22.4	37.3	26.6	26.5
1- Nunca	357	302	55	60	269	28	274	83	31	71	144	111	127	185	45	63	115	43	75	61
	62.9	64.0	57.3	57.7	64.7	58.3	65.1	56.5	43.7	50.4	69.6	74.5	63.2	62.5	63.4	67.7	66.1	57.3	60.5	59.8
Não responde	17	11	6	4	11	2	10	7	3	4	7	3	10	7	0	2	4	3	5	3
	3.0	2.3	6.2	3.8	2.6	4.2	2.4	4.8	4.2	2.8	3.4	2.0	5.0	2.4	0.0	2.2	2.3	4.0	4.0	2.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	1.44	1.41	1.57	1.46	1.42	1.54	1.41	1.51	1.72	1.59	1.33	1.29	1.42	1.44	1.46	1.38	1.42	1.42	1.46	1.49

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.5. A(s) criança(s) foram expostas à variedade e diversificação alimentar, a partir do 1º ano com a introdução de novos sabores, texturas e odores.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
3- Sempre	394 69.4	341 72.2	53 55.2	68 65.4	299 71.9	27 56.2	297 70.5	97 66.0	44 62.0	80 56.7	145 70.0	125 83.9	143 71.1	212 71.6	39 54.9	78 83.9	136 78.2	46 61.3	77 62.1	57 55.9
2- Às vezes	114 20.1	84 17.8	30 31.2	20 19.2	81 19.5	13 27.1	89 21.1	25 17.0	11 15.5	45 31.9	41 19.8	17 11.4	34 16.9	56 18.9	24 33.8	11 11.8	25 14.4	20 26.7	29 23.4	29 28.4
1- Nunca	8 1.4	7 1.5	1 1.0	0 0.0	7 1.7	1 2.1	6 1.4	2 1.4	3 4.2	1 0.7	3 1.4	1 0.7	0 0.0	6 2.0	2 2.8	1 1.1	0 0.0	0 0.0	0 0.0	7 6.9
Não responde	52 9.2	40 8.5	12 12.5	16 15.4	29 7.0	7 14.6	29 6.9	23 15.6	13 18.3	15 10.6	18 8.7	6 4.0	24 11.9	22 7.4	6 8.5	3 3.2	13 7.5	9 12.0	18 14.5	9 8.8
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.75	2.77	2.62	2.77	2.75	2.63	2.74	2.77	2.71	2.63	2.75	2.87	2.81	2.75	2.57	2.86	2.84	2.70	2.73	2.54

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.6. O primeiro critério na compra de alimentos é o valor nutritivo, identificado através da leitura dos rótulos.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
3- Sempre	150 26.4	121 25.6	29 30.2	26 25.0	111 26.7	13 27.1	106 25.2	44 29.9	27 38.0	30 21.3	53 25.6	40 26.8	61 30.3	66 22.3	23 32.4	30 32.3	45 25.9	17 22.7	39 31.5	19 18.6
2- Às vezes	340 59.9	286 60.6	54 56.2	65 62.5	254 61.1	21 43.8	263 62.5	77 52.4	33 46.5	83 58.9	125 60.4	99 66.4	113 56.2	193 65.2	34 47.9	57 61.3	104 59.8	50 66.7	68 54.8	61 59.8
1- Nunca	44 7.7	41 8.7	3 3.1	4 3.8	32 7.7	8 16.7	31 7.4	13 8.8	2 2.8	19 13.5	16 7.7	7 4.7	14 7.0	21 7.1	9 12.7	3 3.2	13 7.5	3 4.0	8 6.5	17 16.7
Não responde	34 6.0	24 5.1	10 10.4	9 8.7	19 4.6	6 12.5	21 5.0	13 8.8	9 12.7	9 6.4	13 6.3	3 2.0	13 6.5	16 5.4	5 7.0	3 3.2	12 6.9	5 6.7	9 7.3	5 4.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.20	2.18	2.30	2.23	2.20	2.12	2.19	2.23	2.40	2.08	2.19	2.23	2.25	2.16	2.21	2.30	2.20	2.20	2.27	2.02

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.7. Nas refeições estão presentes alimentos de todos os setores da roda dos alimentos.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Secun				dário/	Ciclo	Ciclo	Ciclo	dário/
								ado			dário/	dário/				Profiss				ional
											Profiss	Profiss				ional				ional
3- Sempre	192 33.8	156 33.1	36 37.5	31 29.8	140 33.7	21 43.8	151 35.9	41 27.9	22 31.0	46 32.6	58 28.0	66 44.3	67 33.3	91 30.7	34 47.9	33 35.5	60 34.5	25 33.3	45 36.3	29 28.4
2- Às vezes	355 62.5	298 63.1	57 59.4	66 63.5	265 63.7	24 50.0	257 61.0	98 66.7	43 60.6	87 61.7	143 69.1	82 55.0	128 63.7	192 64.9	35 49.3	57 61.3	110 63.2	44 58.7	76 61.3	68 66.7
1- Nunca	12 2.1	11 2.3	1 1.0	1 1.0	9 2.2	2 4.2	8 1.9	4 2.7	4 5.6	4 2.8	4 1.9	0 0.0	0 0.0	11 3.7	1 1.4	1 1.1	2 1.1	3 4.0	2 1.6	4 3.9
Não responde	9 1.6	7 1.5	2 2.1	6 5.8	2 0.5	1 2.1	5 1.2	4 2.7	2 2.8	4 2.8	2 1.0	1 0.7	6 3.0	2 0.7	1 1.4	2 2.2	2 1.1	3 4.0	1 0.8	1 1.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.32	2.31	2.37	2.31	2.32	2.40	2.34	2.26	2.26	2.31	2.26	2.45	2.34	2.27	2.47	2.35	2.34	2.31	2.35	2.25

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.8. A criança/jovem que foi portador deste questionário consome diariamente leite ou derivados (queijo, iogurte, ...).

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
3- Sempre	484 85.2	404 85.6	80 83.3	86 82.7	364 87.5	34 70.8	366 86.9	118 80.3	55 77.5	114 80.9	177 85.5	138 92.6	170 84.6	259 87.5	55 77.5	83 89.2	157 90.2	61 81.3	110 88.7	73 71.6
2- Às vezes	55 9.7	44 9.3	11 11.5	11 10.6	38 9.1	6 12.5	36 8.6	19 12.9	11 15.5	18 12.8	20 9.7	6 4.0	20 10.0	25 8.4	10 14.1	8 8.6	14 8.0	7 9.3	10 8.1	16 15.7
1- Nunca	15 2.6	14 3.0	1 1.0	0 0.0	9 2.2	6 12.5	11 2.6	4 2.7	0 0.0	6 4.3	7 3.4	2 1.3	6 3.0	7 2.4	2 2.8	1 1.1	0 0.0	2 2.7	3 2.4	9 8.8
Não responde	14 2.5	10 2.1	4 4.2	7 6.7	5 1.2	2 4.2	8 1.9	6 4.1	5 7.0	3 2.1	3 1.4	3 2.0	5 2.5	5 1.7	4 5.6	1 1.1	3 1.7	5 6.7	1 0.8	4 3.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.85	2.84	2.86	2.89	2.86	2.61	2.86	2.81	2.83	2.78	2.83	2.93	2.84	2.87	2.79	2.89	2.92	2.84	2.87	2.65

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.9. A criança/jovem que foi portador deste questionário come pelo menos duas a três peças de fruta por dia.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-escola	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpregado	Ciclo	Ciclo	Secun	Superi				r	Ciclo	Ciclo	Ciclo	Secun
											dário/	or								dário/
											Profiss	ional								ional
3- Sempre	301	242	59	56	223	22	232	69	29	72	95	105	112	158	31	60	110	33	56	42
	53.0	51.3	61.5	53.8	53.6	45.8	55.1	46.9	40.8	51.1	45.9	70.5	55.7	53.4	43.7	64.5	63.2	44.0	45.2	41.2
2- Às vezes	233	202	31	39	175	19	168	65	37	56	100	40	75	123	35	32	58	39	59	45
	41.0	42.8	32.3	37.5	42.1	39.6	39.9	44.2	52.1	39.7	48.3	26.8	37.3	41.6	49.3	34.4	33.3	52.0	47.6	44.1
1- Nunca	24	20	4	4	15	5	15	9	2	9	10	3	9	12	3	0	4	0	7	13
	4.2	4.2	4.2	3.8	3.6	10.4	3.6	6.1	2.8	6.4	4.8	2.0	4.5	4.1	4.2	0.0	2.3	0.0	5.6	12.7
Não responde	10	8	2	5	3	2	6	4	3	4	2	1	5	3	2	1	2	3	2	2
	1.8	1.7	2.1	4.8	0.7	4.2	1.4	2.7	4.2	2.8	1.0	0.7	2.5	1.0	2.8	1.1	1.1	4.0	1.6	2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.50	2.48	2.59	2.53	2.50	2.37	2.52	2.42	2.40	2.46	2.41	2.69	2.53	2.50	2.41	2.65	2.62	2.46	2.40	2.29

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.10. As refeições têm produtos hortícolas, cozinhados ou em saladas, com abundância.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-escola	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpregado	Ciclo	Ciclo	Secun	Superi				r	Ciclo	Ciclo	Ciclo	Secun
											dário/	or								dário/
											Profiss	ional								ional
3- Sempre	293	250	43	52	217	24	221	72	34	66	101	92	98	157	38	56	95	36	67	39
	51.6	53.0	44.8	50.0	52.2	50.0	52.5	49.0	47.9	46.8	48.8	61.7	48.8	53.0	53.5	60.2	54.6	48.0	54.0	38.2
2- Às vezes	253	206	47	42	191	20	191	62	30	66	101	56	94	127	32	36	75	33	54	55
	44.5	43.6	49.0	40.4	45.9	41.7	45.4	42.2	42.3	46.8	48.8	37.6	46.8	42.9	45.1	38.7	43.1	44.0	43.5	53.9
1- Nunca	14	13	1	4	7	3	4	10	6	5	3	0	4	9	1	1	3	3	1	6
	2.5	2.8	1.0	3.8	1.7	6.2	1.0	6.8	8.5	3.5	1.4	0.0	2.0	3.0	1.4	1.1	1.7	4.0	0.8	5.9
Não responde	8	3	5	6	1	1	5	3	1	4	2	1	5	3	0	0	1	3	2	2
	1.4	0.6	5.2	5.8	0.2	2.1	1.2	2.0	1.4	2.8	1.0	0.7	2.5	1.0	0.0	0.0	0.6	4.0	1.6	2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.50	2.51	2.46	2.49	2.51	2.45	2.52	2.43	2.40	2.45	2.48	2.62	2.48	2.51	2.52	2.59	2.53	2.46	2.54	2.33

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.11. A confeção das refeições segue receitas antigas e tradicionais.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Secun	1	2	3+	escola	Ciclo	Ciclo	Ciclo	Secun
								ado			dário/	Superi				r				dário/
											Profiss	onal								Profiss
											ional									ional
3- Sempre	181	156	25	38	128	15	139	42	24	39	64	54	65	103	13	35	65	23	31	27
	31.9	33.1	26.0	36.5	30.8	31.2	33.0	28.6	33.8	27.7	30.9	36.2	32.3	34.8	18.3	37.6	37.4	30.7	25.0	26.5
2- Às vezes	354	290	64	58	268	28	263	91	40	94	132	88	122	176	56	55	94	48	89	68
	62.3	61.4	66.7	55.8	64.4	58.3	62.5	61.9	56.3	66.7	63.8	59.1	60.7	59.5	78.9	59.1	54.0	64.0	71.8	66.7
1- Nunca	18	15	3	4	11	3	11	7	5	4	6	3	7	10	1	1	10	0	1	6
	3.2	3.2	3.1	3.8	2.6	6.2	2.6	4.8	7.0	2.8	2.9	2.0	3.5	3.4	1.4	1.1	5.7	0.0	0.8	5.9
Não responde	15	11	4	4	9	2	8	7	2	4	5	4	7	7	1	2	5	4	3	1
	2.6	2.3	4.2	3.8	2.2	4.2	1.9	4.8	2.8	2.8	2.4	2.7	3.5	2.4	1.4	2.2	2.9	5.3	2.4	1.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.29	2.31	2.24	2.34	2.29	2.26	2.31	2.25	2.28	2.26	2.29	2.35	2.30	2.32	2.17	2.37	2.33	2.32	2.25	2.21

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.12. O preço é um ponto extremamente importante para as escolhas na aquisição dos alimentos.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Secun	1	2	3+	escola	Ciclo	Ciclo	Ciclo	Secun
								ado			dário/	Superi				r				dário/
											Profiss	onal								Profiss
											ional									ional
3- Sempre	139	113	26	31	94	14	89	50	25	42	49	23	49	68	22	18	28	15	36	42
	24.5	23.9	27.1	29.8	22.6	29.2	21.1	34.0	35.2	29.8	23.7	15.4	24.4	23.0	31.0	19.4	16.1	20.0	29.0	41.2
2- Às vezes	364	313	51	59	279	26	285	79	36	82	137	109	126	197	41	64	123	43	81	53
	64.1	66.3	53.1	56.7	67.1	54.2	67.7	53.7	50.7	58.2	66.2	73.2	62.7	66.6	57.7	68.8	70.7	57.3	65.3	52.0
1- Nunca	49	37	12	10	33	6	38	11	7	10	16	16	17	24	8	9	19	10	6	5
	8.6	7.8	12.5	9.6	7.9	12.5	9.0	7.5	9.9	7.1	7.7	10.7	8.5	8.1	11.3	9.7	10.9	13.3	4.8	4.9
Não responde	16	9	7	4	10	2	9	7	3	7	5	1	9	7	0	2	4	7	1	2
	2.8	1.9	7.3	3.8	2.4	4.2	2.1	4.8	4.2	5.0	2.4	0.7	4.5	2.4	0.0	2.2	2.3	9.3	0.8	2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.16	2.16	2.16	2.21	2.15	2.17	2.12	2.28	2.26	2.24	2.16	2.05	2.17	2.15	2.20	2.10	2.05	2.07	2.24	2.37

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.13. O azeite é a gordura utilizada para preparar (cozinhar) as refeições.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Superi				escola	Ciclo	Ciclo	Ciclo	Secun
							ado	ado			dário/	or				r				dário/
											Profiss	ional								ional
3- Sempre	387	330	57	68	294	25	296	91	44	81	139	123	130	204	53	75	139	46	79	48
	68.1	69.9	59.4	65.4	70.7	52.1	70.3	61.9	62.0	57.4	67.1	82.6	64.7	68.9	74.6	80.6	79.9	61.3	63.7	47.1
2- Às vezes	152	121	31	29	107	16	105	47	25	46	59	22	58	81	13	18	30	24	41	39
	26.8	25.6	32.3	27.9	25.7	33.3	24.9	32.0	35.2	32.6	28.5	14.8	28.9	27.4	18.3	19.4	17.2	32.0	33.1	38.2
1- Nunca	17	14	3	2	9	6	13	4	0	9	5	3	5	8	4	0	1	1	2	13
	3.0	3.0	3.1	1.9	2.2	12.5	3.1	2.7	0.0	6.4	2.4	2.0	2.5	2.7	5.6	0.0	0.6	1.3	1.6	12.7
Não responde	12	7	5	5	6	1	7	5	2	5	4	1	8	3	1	0	4	4	2	2
	2.1	1.5	5.2	4.8	1.4	2.1	1.7	3.4	2.8	3.5	1.9	0.7	4.0	1.0	1.4	0.0	2.3	5.3	1.6	2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.67	2.68	2.59	2.67	2.70	2.40	2.68	2.61	2.64	2.53	2.66	2.81	2.65	2.67	2.70	2.81	2.81	2.63	2.63	2.35

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.14. Comem-se leguminosas (feijão, grão) pelo menos duas vezes por semana.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Superi				escola	Ciclo	Ciclo	Ciclo	Secun
							ado	ado			dário/	or				r				dário/
											Profiss	ional								ional
3- Sempre	281	225	56	52	206	23	216	65	35	65	102	79	104	138	39	53	93	29	62	44
	49.5	47.7	58.3	50.0	49.5	47.9	51.3	44.2	49.3	46.1	49.3	53.0	51.7	46.6	54.9	57.0	53.4	38.7	50.0	43.1
2- Às vezes	257	224	33	46	192	19	187	70	31	64	97	65	85	143	29	37	77	39	58	46
	45.2	47.5	34.4	44.2	46.2	39.6	44.4	47.6	43.7	45.4	46.9	43.6	42.3	48.3	40.8	39.8	44.3	52.0	46.8	45.1
1- Nunca	22	18	4	2	16	4	12	10	2	8	8	4	6	14	2	3	3	3	2	11
	3.9	3.8	4.2	1.9	3.8	8.3	2.9	6.8	2.8	5.7	3.9	2.7	3.0	4.7	2.8	3.2	1.7	4.0	1.6	10.8
Não responde	8	5	3	4	2	2	6	2	3	4	0	1	6	1	1	0	1	4	2	1
	1.4	1.1	3.1	3.8	0.5	4.2	1.4	1.4	4.2	2.8	0.0	0.7	3.0	0.3	1.4	0.0	0.6	5.3	1.6	1.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.46	2.44	2.56	2.50	2.46	2.41	2.49	2.38	2.49	2.42	2.45	2.51	2.50	2.42	2.53	2.54	2.52	2.37	2.49	2.33

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.15. Organizam-se os horários das refeições para se fazerem as refeições em conjunto.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
3- Sempre	362 63.7	306 64.8	56 58.3	70 67.3	268 64.4	24 50.0	270 64.1	92 62.6	51 71.8	74 52.5	135 65.2	102 68.5	131 65.2	182 61.5	49 69.0	65 69.9	127 73.0	50 66.7	74 59.7	46 45.1
2- Às vezes	169 29.8	136 28.8	33 34.4	27 26.0	123 29.6	19 39.6	126 29.9	43 29.3	17 23.9	48 34.0	62 30.0	42 28.2	51 25.4	98 33.1	20 28.2	25 26.9	40 23.0	22 29.3	38 30.6	44 43.1
1- Nunca	21 3.7	19 4.0	2 2.1	3 2.9	14 3.4	4 8.3	14 3.3	7 4.8	2 2.8	10 7.1	7 3.4	2 1.3	8 4.0	12 4.1	1 1.4	1 1.1	2 1.1	1 1.3	6 4.8	11 10.8
Não responde	16 2.8	11 2.3	5 5.2	4 3.8	11 2.6	1 2.1	11 2.6	5 3.4	1 1.4	9 6.4	3 1.4	3 2.0	11 5.5	4 1.4	1 1.4	2 2.2	5 2.9	2 2.7	6 4.8	1 1.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.62	2.62	2.59	2.67	2.63	2.43	2.62	2.60	2.70	2.48	2.63	2.68	2.65	2.58	2.69	2.70	2.74	2.67	2.58	2.35

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.16. Compra-se pão escuro (por ex: mistura de centeio e trigo) do tipo saloio em vez do pão mais branco.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
3- Sempre	144 25.4	122 25.8	22 22.9	26 25.0	106 25.5	12 25.0	105 24.9	39 26.5	14 19.7	30 21.3	48 23.2	52 34.9	68 33.8	64 21.6	12 16.9	16 17.2	49 28.2	21 28.0	34 27.4	24 23.5
2- Às vezes	347 61.1	284 60.2	63 65.6	59 56.7	264 63.5	24 50.0	268 63.7	79 53.7	44 62.0	86 61.0	130 62.8	87 58.4	104 51.7	193 65.2	50 70.4	66 71.0	109 62.6	37 49.3	74 59.7	61 59.8
1- Nunca	66 11.6	57 12.1	9 9.4	16 15.4	39 9.4	11 22.9	40 9.5	26 17.7	12 16.9	20 14.2	25 12.1	9 6.0	23 11.4	37 12.5	6 8.5	11 11.8	13 7.5	15 20.0	13 10.5	14 13.7
Não responde	11 1.9	9 1.9	2 2.1	3 2.9	7 1.7	1 2.1	8 1.9	3 2.0	1 1.4	5 3.5	4 1.9	1 0.7	6 3.0	2 0.7	3 4.2	0 0.0	3 1.7	2 2.7	3 2.4	3 2.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.14	2.14	2.14	2.10	2.16	2.02	2.16	2.09	2.03	2.07	2.11	2.29	2.23	2.09	2.09	2.05	2.21	2.08	2.17	2.10

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.17. Na seleção das ementas das refeições tem-se em conta as preferências da maior parte dos elementos da família.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	dário/ Profiss	or				r	Ciclo	Ciclo	Ciclo	Secun dário/ Profiss
3- Sempre	151 26.6	133 28.2	18 18.8	28 26.9	102 24.5	21 43.8	104 24.7	47 32.0	22 31.0	36 25.5	60 29.0	33 22.1	62 30.8	71 24.0	18 25.4	19 20.4	43 24.7	16 21.3	33 26.6	40 39.2
2- Às vezes	325 57.2	263 55.7	62 64.6	60 57.7	242 58.2	23 47.9	249 59.1	76 51.7	37 52.1	85 60.3	117 56.5	86 57.7	104 51.7	172 58.1	49 69.0	57 61.3	97 55.7	45 60.0	72 58.1	54 52.9
1- Nunca	35 6.2	29 6.1	6 6.2	6 5.8	26 6.2	3 6.2	22 5.2	13 8.8	8 11.3	11 7.8	9 4.3	7 4.7	11 5.5	22 7.4	2 2.8	5 5.4	12 6.9	4 5.3	8 6.5	6 5.9
Não responde	57 10.0	47 10.0	10 10.4	10 9.6	46 11.1	1 2.1	46 10.9	11 7.5	4 5.6	9 6.4	21 10.1	23 15.4	24 11.9	31 10.5	2 2.8	12 12.9	22 12.6	10 13.3	11 8.9	2 2.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.23	2.24	2.14	2.23	2.21	2.38	2.22	2.25	2.21	2.19	2.27	2.21	2.29	2.18	2.23	2.17	2.20	2.18	2.22	2.34

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.18. Durante a refeição vê-se televisão.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
3- Sempre	109 19.2	93 19.7	16 16.7	19 18.3	77 18.5	13 27.1	76 18.1	33 22.4	16 22.5	39 27.7	38 18.4	16 10.7	31 15.4	65 22.0	13 18.3	9 9.7	19 10.9	16 21.3	26 21.0	39 38.2
2- Às vezes	333 58.6	276 58.5	57 59.4	56 53.8	251 60.3	26 54.2	247 58.7	86 58.5	38 53.5	73 51.8	126 60.9	96 64.4	128 63.7	162 54.7	43 60.6	63 67.7	106 60.9	44 58.7	75 60.5	45 44.1
1- Nunca	116 20.4	96 20.3	20 20.8	26 25.0	82 19.7	8 16.7	88 20.9	28 19.0	16 22.5	23 16.3	41 19.8	36 24.2	37 18.4	64 21.6	15 21.1	19 20.4	47 27.0	12 16.0	21 16.9	17 16.7
Não responde	10 1.8	7 1.5	3 3.1	3 2.9	6 1.4	1 2.1	10 2.4	0 0.0	1 1.4	6 4.3	2 1.0	1 0.7	5 2.5	5 1.7	0 0.0	2 2.2	2 1.1	3 4.0	2 1.6	1 1.0
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	1.99	1.99	1.96	1.93	1.99	2.11	1.97	2.03	2.00	2.12	1.99	1.86	1.97	2.00	1.97	1.89	1.84	2.06	2.04	2.22

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.19. As sobremesas são fruta da época.

	Total	Sexo Femini no	Masculino	Idade Até 34 anos	35-49 anos	50+anos	Sit prof Empre gado	Dese mpreg ado	Nível de escolaridade 1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	Nº de filhos 1	2	3+	Ciclo(fil Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
3- Sempre	240 42.3	207 43.9	33 34.4	37 35.6	188 45.2	15 31.2	187 44.4	53 36.1	26 36.6	48 34.0	89 43.0	77 51.7	83 41.3	135 45.6	22 31.0	35 37.6	88 50.6	30 40.0	54 43.5	33 32.4
2- Às vezes	296 52.1	242 51.3	54 56.2	56 53.8	210 50.5	30 62.5	212 50.4	84 57.1	41 57.7	85 60.3	106 51.2	64 43.0	100 49.8	148 50.0	48 67.6	53 57.0	80 46.0	38 50.7	65 52.4	60 58.8
1- Nunca	18 3.2	14 3.0	4 4.2	5 4.8	13 3.1	0 0.0	12 2.9	6 4.1	2 2.8	3 2.1	6 2.9	7 4.7	9 4.5	9 3.0	0 0.0	1 1.1	5 2.9	4 5.3	2 1.6	6 5.9
Não responde	14 2.5	9 1.9	5 5.2	6 5.8	5 1.2	3 6.2	10 2.4	4 2.7	2 2.8	5 3.5	6 2.9	1 0.7	9 4.5	4 1.4	1 1.4	4 4.3	1 0.6	3 4.0	3 2.4	3 2.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	2.40	2.42	2.32	2.33	2.43	2.33	2.43	2.33	2.35	2.33	2.41	2.47	2.39	2.43	2.31	2.38	2.48	2.36	2.43	2.27

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.20. As compras de alguns produtos alimentares são influenciadas pela mensagem promocional.

	Total	Sexo Femini no	Masculino	Idade Até 34 anos	35-49 anos	50+anos	Sit prof Empre gado	Dese mpreg ado	Nível de escolaridade 1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	Nº de filhos 1	2	3+	Ciclo(fil Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
3- Sempre	23 4.0	19 4.0	4 4.2	4 3.8	14 3.4	5 10.4	19 4.5	4 2.7	6 8.5	9 6.4	4 1.9	4 2.7	10 5.0	10 3.4	3 4.2	2 2.2	6 3.4	2 2.7	7 5.6	6 5.9
2- Às vezes	368 64.8	314 66.5	54 56.2	70 67.3	271 65.1	27 56.2	268 63.7	100 68.0	48 67.6	98 69.5	128 61.8	94 63.1	113 56.2	210 70.9	45 63.4	59 63.4	108 62.1	50 66.7	81 65.3	70 68.6
1- Nunca	155 27.3	123 26.1	32 33.3	25 24.0	116 27.9	14 29.2	121 28.7	34 23.1	12 16.9	29 20.6	64 30.9	50 33.6	69 34.3	65 22.0	21 29.6	30 32.3	51 29.3	18 24.0	33 26.6	23 22.5
Não responde	22 3.9	16 3.4	6 6.2	5 4.8	15 3.6	2 4.2	13 3.1	9 6.1	5 7.0	5 3.5	11 5.3	1 0.7	9 4.5	11 3.7	2 2.8	2 2.2	9 5.2	5 6.7	3 2.4	3 2.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	1.76	1.77	1.69	1.79	1.75	1.80	1.75	1.78	1.91	1.85	1.69	1.69	1.69	1.81	1.74	1.69	1.73	1.77	1.79	1.83

BASE: Totalidade dos entrevistados

3.21. Compram-se alimentos açucarados (bolos, rebuçados, refrigerantes, etc.).

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Secun	dário/	or	Profiss	r	Ciclo	Ciclo	Ciclo	dário/
							ado	ado			Profiss	Profiss	ional	ional	ional					ional
3- Sempre	18 3.2	14 3.0	4 4.2	2 1.9	14 3.4	2 4.2	14 3.3	4 2.7	2 2.8	7 5.0	3 1.4	6 4.0	7 3.5	10 3.4	1 1.4	3 3.2	5 2.9	1 1.3	9 7.3	0 0.0
2- Às vezes	482 84.9	410 86.9	72 75.0	91 87.5	354 85.1	37 77.1	356 84.6	126 85.7	61 85.9	115 81.6	185 89.4	121 81.2	161 80.1	259 87.5	62 87.3	81 87.1	154 88.5	61 81.3	103 83.1	83 81.4
1- Nunca	56 9.9	40 8.5	16 16.7	7 6.7	42 10.1	7 14.6	41 9.7	15 10.2	7 9.9	14 9.9	14 6.8	21 14.1	26 12.9	24 8.1	6 8.5	9 9.7	12 6.9	10 13.3	11 8.9	14 13.7
Não responde	12 2.1	8 1.7	4 4.2	4 3.8	6 1.4	2 4.2	10 2.4	2 1.4	1 1.4	5 3.5	5 2.4	1 0.7	7 3.5	3 1.0	2 2.8	0 0.0	3 1.7	3 4.0	1 0.8	5 4.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102
Média	1.93	1.94	1.87	1.95	1.93	1.89	1.93	1.92	1.93	1.95	1.95	1.90	1.90	1.95	1.93	1.94	1.96	1.88	1.98	1.86

BASE: Totalidade dos entrevistados

4- A criança/jovem que foi portador deste questionário durante o período de aulas faz (todos os dias ou alguns) algumas das refeições na Escola?

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Secun	dário/	or	Profiss	r	Ciclo	Ciclo	Ciclo	dário/
							ado	ado			Profiss	Profiss	ional	ional	ional					ional
Sim	475 83.6	399 84.5	76 79.2	89 85.6	353 84.9	33 68.8	349 82.9	126 85.7	63 88.7	116 82.3	178 86.0	118 79.2	170 84.6	249 84.1	56 78.9	88 94.6	163 93.7	66 88.0	92 74.2	66 64.7
Não	75 13.2	63 13.3	12 12.5	10 9.6	53 12.7	12 25.0	59 14.0	16 10.9	4 5.6	19 13.5	26 12.6	26 17.4	24 11.9	40 13.5	11 15.5	1 1.1	10 5.7	5 6.7	29 23.4	30 29.4
Não responde	18 3.2	10 2.1	8 8.3	5 4.8	10 2.4	3 6.2	13 3.1	5 3.4	4 5.6	6 4.3	3 1.4	5 3.4	7 3.5	7 2.4	4 5.6	4 4.3	1 0.6	4 5.3	3 2.4	6 5.9
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102

BASE: Totalidade dos entrevistados

4.1- Habitualmente, quais são as refeições que são feitas pelo seu filho(a)/educando(a) e são fornecidas pelos serviços (refeitório, bar, bufete ou outros) da Escola?

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Superi				escola	Ciclo	Ciclo	Ciclo	Secun
								ado			dário/	or				r				dário/
											Profiss	ional								ional
Almoço	452	379	73	83	337	32	333	119	61	113	166	112	159	239	54	84	157	64	87	60
	95.2	95.0	96.1	93.3	95.5	97.0	95.4	94.4	96.8	97.4	93.3	94.9	93.5	96.0	96.4	95.5	96.3	97.0	94.6	90.9
Merenda da manhã	85	71	14	24	56	5	65	20	8	17	41	19	32	46	7	35	19	4	9	18
	17.9	17.8	18.4	27.0	15.9	15.2	18.6	15.9	12.7	14.7	23.0	16.1	18.8	18.5	12.5	39.8	11.7	6.1	9.8	27.3
Lanche	46	39	7	13	32	1	33	13	10	7	20	9	8	31	7	6	13	5	15	7
	9.7	9.8	9.2	14.6	9.1	3.0	9.5	10.3	15.9	6.0	11.2	7.6	4.7	12.4	12.5	6.8	8.0	7.6	16.3	10.6
Pequeno-almoço	9	6	3	1	7	1	6	3	2	1	5	1	1	6	2	1	3	1	1	3
	1.9	1.5	3.9	1.1	2.0	3.0	1.7	2.4	3.2	0.9	2.8	0.8	0.6	2.4	3.6	1.1	1.8	1.5	1.1	4.5
Amostra	475	399	76	89	353	33	349	126	63	116	178	118	170	249	56	88	163	66	92	66

BASE: Entrevistados cujo educando faz refeições na escola

4.1.a.1) São servidos produtos com qualidade alimentar.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré-	1º	2º	3º	Ensino
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg	Ciclo	Ciclo	Secun	Superi				escola	Ciclo	Ciclo	Ciclo	Secun
								ado			dário/	or				r				dário/
											Profiss	ional								ional
4- Concordo totalmente	55	52	3	18	33	4	35	20	8	12	25	10	24	26	5	15	18	5	14	3
	11.6	13.0	3.9	20.2	9.3	12.1	10.0	15.9	12.7	10.3	14.0	8.5	14.1	10.4	8.9	17.0	11.0	7.6	15.2	4.5
3- Concordo	273	224	49	51	203	19	198	75	43	65	98	67	89	150	34	43	104	30	51	45
	57.5	56.1	64.5	57.3	57.5	57.6	56.7	59.5	68.3	56.0	55.1	56.8	52.4	60.2	60.7	48.9	63.8	45.5	55.4	68.2
2- Discordo	55	43	12	12	39	4	44	11	6	18	17	14	17	34	4	2	18	14	13	8
	11.6	10.8	15.8	13.5	11.0	12.1	12.6	8.7	9.5	15.5	9.6	11.9	10.0	13.7	7.1	2.3	11.0	21.2	14.1	12.1
1- Discordo totalmente	5	5	0	0	5	0	3	2	0	0	2	3	2	2	1	0	1	2	0	2
	1.1	1.3	0.0	0.0	1.4	0.0	0.9	1.6	0.0	0.0	1.1	2.5	1.2	0.8	1.8	0.0	0.6	3.0	0.0	3.0
Não Sabe	75	63	12	6	63	6	60	15	5	20	28	22	33	30	12	25	18	14	10	8
	15.8	15.8	15.8	6.7	17.8	18.2	17.2	11.9	7.9	17.2	15.7	18.6	19.4	12.0	21.4	28.4	11.0	21.2	10.9	12.1
Não responde	12	12	0	2	10	0	9	3	1	1	8	2	5	7	0	3	4	1	4	0
	2.5	3.0	0.0	2.2	2.8	0.0	2.6	2.4	1.6	0.9	4.5	1.7	2.9	2.8	0.0	3.4	2.5	1.5	4.3	0.0
Amostra	475	399	76	89	353	33	349	126	63	116	178	118	170	249	56	88	163	66	92	66
Média	2.97	3.00	2.86	3.07	2.94	3.00	2.95	3.05	3.04	2.94	3.03	2.89	3.02	2.94	2.98	3.22	2.99	2.75	3.01	2.84

BASE: Entrevistados cujo educando faz refeições na escola

4.1.a.2) A oferta alimentar no refeitório é bem confeccionada.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Des empreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	47 9.9	43 10.8	4 5.3	18 20.2	25 7.1	4 12.1	31 8.9	16 12.7	4 6.3	10 8.6	18 10.1	15 12.7	16 9.4	28 11.2	3 5.4	15 17.0	18 11.0	4 6.1	7 7.6	3 4.5
3- Concordo	265 55.8	218 54.6	47 61.8	47 52.8	201 56.9	17 51.5	197 56.4	68 54.0	41 65.1	66 56.9	103 57.9	55 46.6	92 54.1	136 54.6	37 66.1	52 59.1	98 60.1	28 42.4	49 53.3	38 57.6
2- Discordo	74 15.6	63 15.8	11 14.5	13 14.6	57 16.1	4 12.1	56 16.0	18 14.3	9 14.3	19 16.4	24 13.5	22 18.6	21 12.4	48 19.3	5 8.9	1 1.1	23 14.1	20 30.3	17 18.5	13 19.7
1- Discordo totalmente	6 1.3	6 1.5	0 0.0	0 0.0	6 1.7	0 0.0	3 0.9	3 2.4	0 0.0	2 1.7	2 1.1	2 1.7	3 1.8	2 0.8	1 1.8	0 0.0	0 0.0	4 6.1	0 0.0	2 3.0
Não Sabe	71 14.9	58 14.5	13 17.1	7 7.9	56 15.9	8 24.2	51 14.6	20 15.9	8 12.7	18 15.5	23 12.9	22 18.6	33 19.4	29 11.6	9 16.1	16 18.2	20 12.3	10 15.2	16 17.4	9 13.6
Não responde	12 2.5	11 2.8	1 1.3	4 4.5	8 2.3	0 0.0	11 3.2	1 0.8	1 1.6	1 0.9	8 4.5	2 1.7	5 2.9	6 2.4	1 1.8	4 4.5	4 2.5	0 0.0	3 3.3	1 1.5
Amostra	475	399	76	89	353	33	349	126	63	116	178	118	170	249	56	88	163	66	92	66
Média	2.90	2.90	2.89	3.06	2.85	3.00	2.89	2.92	2.91	2.87	2.93	2.88	2.92	2.89	2.91	3.21	2.96	2.57	2.86	2.75

BASE: Entrevistados cujo educando faz refeições na escola

4.1.a.3) São cumpridas as regras de Higiene e Segurança Alimentar na Escola.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Des empreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	91 19.2	83 20.8	8 10.5	20 22.5	66 18.7	5 15.2	64 18.3	27 21.4	18 28.6	17 14.7	37 20.8	19 16.1	31 18.2	54 21.7	6 10.7	13 14.8	32 19.6	9 13.6	23 25.0	14 21.2
3- Concordo	248 52.2	200 50.1	48 63.2	46 51.7	187 53.0	15 45.5	183 52.4	65 51.6	35 55.6	58 50.0	90 50.6	65 55.1	81 47.6	125 50.2	42 75.0	46 52.3	93 57.1	34 51.5	44 47.8	31 47.0
2- Discordo	9 1.9	4 1.0	5 6.6	3 3.4	5 1.4	1 3.0	5 1.4	4 3.2	0 0.0	5 4.3	4 2.2	0 0.0	3 1.8	5 2.0	1 1.8	0 0.0	0 0.0	2 3.0	4 4.3	3 4.5
1- Discordo totalmente	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
Não Sabe	115 24.2	101 25.3	14 18.4	16 18.0	88 24.9	11 33.3	87 24.9	28 22.2	10 15.9	34 29.3	39 21.9	32 27.1	52 30.6	57 22.9	6 10.7	26 29.5	34 20.9	21 31.8	17 18.5	17 25.8
Não responde	12 2.5	11 2.8	1 1.3	4 4.5	7 2.0	1 3.0	10 2.9	2 1.6	0 0.0	2 1.7	8 4.5	2 1.7	3 1.8	8 3.2	1 1.8	3 3.4	4 2.5	0 0.0	4 4.3	1 1.5
Amostra	475	399	76	89	353	33	349	126	63	116	178	118	170	249	56	88	163	66	92	66
Média	3.24	3.28	3.05	3.25	3.24	3.19	3.23	3.24	3.34	3.15	3.25	3.23	3.24	3.27	3.10	3.22	3.26	3.16	3.27	3.23

BASE: Entrevistados cujo educando faz refeições na escola

4.1.a.4) Há acompanhamento no refeitório.

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
4- Concordo totalmente	82 17.3	69 17.3	13 17.1	24 27.0	52 14.7	6 18.2	60 17.2	22 17.5	12 19.0	14 12.1	32 18.0	24 20.3	36 21.2	39 15.7	7 12.5	25 28.4	31 19.0	6 9.1	15 16.3	5 7.6
3- Concordo	268 56.4	220 55.1	48 63.2	47 52.8	210 59.5	11 33.3	201 57.6	67 53.2	31 49.2	68 58.6	102 57.3	67 56.8	87 51.2	149 59.8	32 57.1	55 62.5	109 66.9	33 50.0	44 47.8	27 40.9
2- Discordo	31 6.5	27 6.8	4 5.3	6 6.7	21 5.9	4 12.1	19 5.4	12 9.5	7 11.1	3 2.6	15 8.4	6 5.1	12 7.1	16 6.4	3 5.4	1 1.1	6 3.7	7 10.6	10 10.9	7 10.6
1- Discordo totalmente	8 1.7	6 1.5	2 2.6	1 1.1	6 1.7	1 3.0	5 1.4	3 2.4	2 3.2	0 0.0	3 1.7	3 2.5	2 1.2	5 2.0	1 1.8	0 0.0	1 0.6	0 0.0	2 2.2	5 7.6
Não Sabe	74 15.6	65 16.3	9 11.8	8 9.0	56 15.9	10 30.3	54 15.5	20 15.9	11 17.5	30 25.9	18 10.1	15 12.7	25 14.7	36 14.5	13 23.2	3 3.4	13 8.0	20 30.3	17 18.5	21 31.8
Não responde	12 2.5	12 3.0	0 0.0	3 3.4	8 2.3	1 3.0	10 2.9	2 1.6	0 0.0	1 0.9	8 4.5	3 2.5	8 4.7	4 1.6	0 0.0	4 4.5	3 1.8	0 0.0	4 4.3	1 1.5
Amostra	475	399	76	89	353	33	349	126	63	116	178	118	170	249	56	88	163	66	92	66
Média	3.09	3.09	3.07	3.21	3.07	3.00	3.11	3.04	3.02	3.13	3.07	3.12	3.15	3.06	3.05	3.30	3.16	2.98	3.01	2.73

BASE: Entrevistados cujo educando faz refeições na escola

4.2. A criança/jovem que foi portador deste questionário não faz as refeições na Escola porque:

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade				Nº de filhos			Ciclo(fil				
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
Pode comer em casa/casa perto	30 40.0	24 38.1	6 50.0	5 50.0	20 37.7	5 41.7	23 39.0	7 43.8	2 50.0	7 36.8	9 34.6	12 46.2	9 37.5	17 42.5	4 36.4	0 0.0	1 10.0	3 60.0	12 41.4	14 46.7
Não gosta dos alimentos servidos no bar e/refeitório da Escola	19 25.3	19 30.2	0 0.0	2 20.0	14 26.4	3 25.0	15 25.4	4 25.0	1 25.0	8 42.1	8 30.8	2 7.7	7 29.2	9 22.5	3 27.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	8 27.6	11 36.7
Pode comer com familiares	12 16.0	10 15.9	2 16.7	1 10.0	10 18.9	1 8.3	9 15.3	3 18.8	0 0.0	1 5.3	3 11.5	8 30.8	2 8.3	9 22.5	1 9.1	1 100.0	6 60.0	0 0.0	5 17.2	0 0.0
Fica caro comer na Escola.	7 9.3	6 9.5	1 8.3	2 20.0	5 9.4	0 0.0	6 10.2	1 6.2	0 0.0	3 15.8	4 15.4	0 0.0	3 12.5	1 2.5	3 27.3	0 0.0	1 10.0	2 40.0	3 10.3	1 3.3
Não responde	7 9.3	4 6.3	3 25.0	0 0.0	5 9.4	2 16.7	6 10.2	1 6.2	1 25.0	1 5.3	2 7.7	3 11.5	3 12.5	4 10.0	0 0.0	0 0.0	2 20.0	0 0.0	3 10.3	2 6.7
Outra	2 2.7	2 3.2	0 0.0	0 0.0	1 1.9	1 8.3	2 3.4	0 0.0	0 0.0	1 5.3	0 0.0	1 3.8	0 0.0	2 5.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	2 6.7
Amostra	75	63	12	10	53	12	59	16	4	19	26	26	24	40	11	1	10	5	29	30

BASE: Entrevistados cujo educando não faz refeições na escola

4.2 a - Em alternativa à Escola:

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
faz as refeições em casa.	65 86.7	53 84.1	12 100.0	10 100.0	47 88.7	8 66.7	52 88.1	13 81.2	4 100.0	14 73.7	21 80.8	26 100.0	21 87.5	35 87.5	9 81.8	1 100.0	10 100.0	5 100.0	27 93.1	22 73.3
leva as refeições de casa.	3 4.0	3 4.8	0 0.0	0 0.0	2 3.8	1 8.3	2 3.4	1 6.2	0 0.0	1 5.3	1 3.8	1 3.8	2 8.3	1 2.5	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	2 6.9	1 3.3
vai comer a um bar/restaurante fora da Escola.	8 10.7	8 12.7	0 0.0	0 0.0	4 7.5	4 33.3	6 10.2	2 12.5	0 0.0	4 21.1	4 15.4	0 0.0	1 4.2	5 12.5	2 18.2	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	8 26.7
Amostra	75	63	12	10	53	12	59	16	4	19	26	26	24	40	11	1	10	5	29	30

BASE: Entrevistados cujo educando não faz refeições na escola

5- Gostaria de saber mais e participar em ações de esclarecimento/formação sobre Alimentação Saudável e Sustentável?

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade				Nº de filhos			Ciclo(fil				
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
Sim	320 56.3	267 56.6	53 55.2	54 51.9	245 58.9	21 43.8	247 58.7	73 49.7	29 40.8	61 43.3	128 61.8	102 68.5	127 63.2	157 53.0	36 50.7	67 72.0	114 65.5	38 50.7	61 49.2	40 39.2
Não	162 28.5	136 28.8	26 27.1	36 34.6	113 27.2	13 27.1	114 27.1	48 32.7	21 29.6	54 38.3	55 26.6	32 21.5	50 24.9	92 31.1	20 28.2	14 15.1	31 17.8	26 34.7	42 33.9	49 48.0
Não responde	86 15.1	69 14.6	17 17.7	14 13.5	58 13.9	14 29.2	60 14.3	26 17.7	21 29.6	26 18.4	24 11.6	15 10.1	24 11.9	47 15.9	15 21.1	12 12.9	29 16.7	11 14.7	21 16.9	13 12.7
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102

BASE: Totalidade dos entrevistados

5.1 Qual o dia da semana que considera mais conveniente para participar nessas ações?

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade				Nº de filhos			Ciclo(fil				
		Feminino	Masculino	Até 34 anos	35-49 anos	50+anos	Empregado	Desempregado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secundário/ Profissional	Ensino Superior	1	2	3+	Pré-escolar	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secundário/ Profissional
Sábado	111 34.7	89 33.3	22 41.5	9 16.7	97 39.6	5 23.8	90 36.4	21 28.8	11 37.9	19 31.1	38 29.7	43 42.2	43 33.9	56 35.7	12 33.3	24 35.8	42 36.8	9 23.7	16 26.2	20 50.0
Sexta-feira	87 27.2	77 28.8	10 18.9	18 33.3	61 24.9	8 38.1	66 26.7	21 28.8	6 20.7	14 23.0	37 28.9	30 29.4	37 29.1	40 25.5	10 27.8	23 34.3	24 21.1	11 28.9	20 32.8	9 22.5
Segunda-feira	47 14.7	38 14.2	9 17.0	8 14.8	37 15.1	2 9.5	34 13.8	13 17.8	8 27.6	5 8.2	23 18.0	11 10.8	19 15.0	21 13.4	7 19.4	9 13.4	21 18.4	8 21.1	8 13.1	1 2.5
Quarta-feira	28 8.8	25 9.4	3 5.7	10 18.5	16 6.5	2 9.5	19 7.7	9 12.3	4 13.8	3 4.9	13 10.2	8 7.8	9 7.1	15 9.6	4 11.1	4 6.0	9 7.9	6 15.8	5 8.2	4 10.0
Quinta-feira	17 5.3	14 5.2	3 5.7	5 9.3	10 4.1	2 9.5	15 6.1	2 2.7	0 0.0	8 13.1	3 2.3	6 5.9	9 7.1	8 5.1	0 0.0	4 6.0	7 6.1	0 0.0	5 8.2	1 2.5
Terça-feira	17 5.3	16 6.0	1 1.9	2 3.7	13 5.3	2 9.5	11 4.5	6 8.2	0 0.0	8 13.1	8 6.2	1 1.0	5 3.9	10 6.4	2 5.6	0 0.0	6 5.3	2 5.3	4 6.6	5 12.5
Domingo	13 4.1	8 3.0	5 9.4	2 3.7	11 4.5	0 0.0	12 4.9	1 1.4	0 0.0	4 6.6	6 4.7	3 2.9	5 3.9	7 4.5	1 2.8	3 4.5	5 4.4	2 5.3	3 4.9	0 0.0
Amostra	320	267	53	54	245	21	247	73	29	61	128	102	127	157	36	67	114	38	61	40

BASE: Entrevistados que gostariam de participar em ações de esclarecimento/formação sobre Alimentação Saudável e Sustentável

5.1a- Qual o horário que considera mais conveniente para participar nessas ações?

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Masculi no	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
Final da tarde	134 41.9	117 43.8	17 32.1	17 31.5	102 41.6	15 71.4	111 44.9	23 31.5	10 34.5	19 31.1	51 39.8	54 52.9	50 39.4	65 41.4	19 52.8	30 44.8	36 31.6	12 31.6	36 59.0	20 50.0
Manhã	59 18.4	43 16.1	16 30.2	9 16.7	49 20.0	1 4.8	43 17.4	16 21.9	7 24.1	14 23.0	15 11.7	23 22.5	18 14.2	32 20.4	9 25.0	9 13.4	28 24.6	7 18.4	12 19.7	3 7.5
Noite	57 17.8	50 18.7	7 13.2	11 20.4	45 18.4	1 4.8	45 18.2	12 16.4	2 6.9	10 16.4	34 26.6	11 10.8	23 18.1	28 17.8	6 16.7	10 14.9	20 17.5	11 28.9	6 9.8	10 25.0
Princípio da tarde	36 11.2	30 11.2	6 11.3	11 20.4	24 9.8	1 4.8	24 9.7	12 16.4	4 13.8	7 11.5	15 11.7	10 9.8	15 11.8	21 13.4	0 0.0	7 10.4	17 14.9	3 7.9	4 6.6	5 12.5
Não Sabe	34 10.6	27 10.1	7 13.2	6 11.1	25 10.2	3 14.3	24 9.7	10 13.7	6 20.7	11 18.0	13 10.2	4 3.9	21 16.5	11 7.0	2 5.6	11 16.4	13 11.4	5 13.2	3 4.9	2 5.0
Amostra	320	267	53	54	245	21	247	73	29	61	128	102	127	157	36	67	114	38	61	40

BASE: Entrevistados que gostariam de participar em ações de esclarecimento/formação sobre Alimentação Saudável e Sustentável

5.1b. Em sua opinião, qual o local mais adequado para realizar essas ações?

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini	Mascu	Até 34	35-49	50+an	Empre	Dese	1º/2º	3º	Ensino	Ensino	1	2	3+	Pré- escola	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
		no	lino	anos	anos	os	gado	mpreg ado	Ciclo	Ciclo	Secun dário/ Profiss ional	Superi or								
Auditório da Biblioteca Municipal	154 48.1	131 49.1	23 43.4	21 38.9	121 49.4	12 57.1	126 51.0	28 38.4	5 17.2	25 41.0	60 46.9	64 62.7	58 45.7	84 53.5	12 33.3	31 46.3	53 46.5	16 42.1	35 57.4	19 47.5
Cineteatro	36 11.2	29 10.9	7 13.2	4 7.4	29 11.8	3 14.3	24 9.7	12 16.4	6 20.7	7 11.5	21 16.4	2 2.0	17 13.4	14 8.9	5 13.9	7 10.4	12 10.5	2 5.3	8 13.1	7 17.5
Auditório da Escola Básica nº 1	30 9.4	23 8.6	7 13.2	11 20.4	19 7.8	0 0.0	25 10.1	5 6.8	3 10.3	7 11.5	12 9.4	8 7.8	14 11.0	10 6.4	6 16.7	6 9.0	12 10.5	9 23.7	3 4.9	0 0.0
Escola Secundária	18 5.6	17 6.4	1 1.9	1 1.9	15 6.1	2 9.5	15 6.1	3 4.1	2 6.9	5 8.2	9 7.0	2 2.0	7 5.5	8 5.1	3 8.3	0 0.0	2 1.8	2 5.3	6 9.8	8 20.0
Auditório do Museu Álvaro Viana de Lemos	10 3.1	6 2.2	4 7.5	0 0.0	10 4.1	0 0.0	9 3.6	1 1.4	0 0.0	0 0.0	2 1.6	8 7.8	5 3.9	4 2.5	1 2.8	2 3.0	4 3.5	0 0.0	1 1.6	3 7.5
Outros	9 2.8	9 3.4	0 0.0	0 0.0	8 3.3	1 4.8	9 3.6	0 0.0	1 3.4	1 1.6	3 2.3	4 3.9	3 2.4	5 3.2	1 2.8	2 3.0	5 4.4	0 0.0	1 1.6	1 2.5
Não responde	2 0.6	2 0.7	0 0.0	0 0.0	2 0.8	0 0.0	2 0.8	0 0.0	0 0.0	2 3.3	0 0.0	0 0.0	1 0.8	1 0.6	0 0.0	1 1.5	1 0.9	0 0.0	0 0.0	0 0.0
Não Sabe	61 19.1	50 18.7	11 20.8	17 31.5	41 16.7	3 14.3	37 15.0	24 32.9	12 41.4	14 23.0	21 16.4	14 13.7	22 17.3	31 19.7	8 22.2	18 26.9	25 21.9	9 23.7	7 11.5	2 5.0
Amostra	320	267	53	54	245	21	247	73	29	61	128	102	127	157	36	67	114	38	61	40

BASE: Entrevistados que gostariam de participar em ações de esclarecimento/formação sobre Alimentação Saudável e Sustentável

5.1c- Assinale 2 formas que considera mais pertinentes serem usadas na divulgação das ações?

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
Através da Escola dos seus filhos	166 51.9	142 53.2	24 45.3	26 48.1	126 51.4	14 66.7	133 53.8	33 45.2	13 44.8	33 54.1	62 48.4	58 56.9	56 44.1	91 58.0	19 52.8	37 55.2	58 50.9	19 50.0	29 47.5	23 57.5
Email	135 42.2	111 41.6	24 45.3	23 42.6	110 44.9	2 9.5	111 44.9	24 32.9	10 34.5	13 21.3	48 37.5	64 62.7	60 47.2	59 37.6	16 44.4	34 50.7	51 44.7	12 31.6	28 45.9	10 25.0
Facebook	88 27.5	72 27.0	16 30.2	21 38.9	62 25.3	5 23.8	70 28.3	18 24.7	10 34.5	14 23.0	35 27.3	29 28.4	30 23.6	43 27.4	15 41.7	18 26.9	27 23.7	8 21.1	20 32.8	15 37.5
Site da Câmara Municipal da Lousã	53 16.6	43 16.1	10 18.9	10 18.5	36 14.7	7 33.3	41 16.6	12 16.4	1 3.4	12 19.7	22 17.2	18 17.6	25 19.7	26 16.6	2 5.6	8 11.9	19 16.7	5 13.2	9 14.8	12 30.0
SMS	47 14.7	46 17.2	1 1.9	11 20.4	33 13.5	3 14.3	31 12.6	16 21.9	4 13.8	13 21.3	23 18.0	7 6.9	22 17.3	22 14.0	3 8.3	13 19.4	13 11.4	7 18.4	11 18.0	3 7.5
Correio normal	38 11.9	27 10.1	11 20.8	3 5.6	30 12.2	5 23.8	25 10.1	13 17.8	3 10.3	14 23.0	15 11.7	6 5.9	8 6.3	26 16.6	4 11.1	7 10.4	10 8.8	5 13.2	10 16.4	6 15.0
Não Sabe	14 4.4	13 4.9	1 1.9	3 5.6	11 4.5	0 0.0	8 3.2	6 8.2	7 24.1	2 3.3	5 3.9	0 0.0	8 6.3	5 3.2	1 2.8	0 0.0	9 7.9	3 7.9	2 3.3	0 0.0
Outro	2 0.6	2 0.7	0 0.0	0 0.0	2 0.8	0 0.0	2 0.8	0 0.0	0 0.0	0 0.0	2 1.6	0 0.0	2 1.6	0 0.0	0 0.0	0 0.0	2 1.8	0 0.0	0 0.0	0 0.0
Amostra	320	267	53	54	245	21	247	73	29	61	128	102	127	157	36	67	114	38	61	40

BASE: Entrevistados que gostariam de participar em ações de esclarecimento/formação sobre Alimentação Saudável e Sustentável

6- Além da alimentação, sobre que outro(s) tema(s), gostaria de participar em ações de sensibilização/formação?

	Total	Sexo		Idade			Sit prof		Nível de escolaridade			Nº de filhos			Ciclo(fil					
		Femini no	Mascu lino	Até 34 anos	35-49 anos	50+an os	Empre gado	Dese mpreg ado	1º/2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional	Ensino Superi or	1	2	3+	Pré- escola r	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Ensino Secun dário/ Profiss ional
Bullying	256 45.1	214 45.3	42 43.8	50 48.1	183 44.0	23 47.9	185 43.9	71 48.3	23 32.4	65 46.1	105 50.7	63 42.3	103 51.2	132 44.6	21 29.6	43 46.2	85 48.9	29 38.7	55 44.4	44 43.1
Métodos e Técnicas de Estudo	206 36.3	163 34.5	43 44.8	34 32.7	161 38.7	11 22.9	165 39.2	41 27.9	20 28.2	40 28.4	82 39.6	64 43.0	72 35.8	106 35.8	28 39.4	34 36.6	70 40.2	29 38.7	47 37.9	26 25.5
Adolescência	178 31.3	158 33.5	20 20.8	41 39.4	119 28.6	18 37.5	136 32.3	42 28.6	22 31.0	40 28.4	65 31.4	51 34.2	61 30.3	97 32.8	20 28.2	21 22.6	54 31.0	30 40.0	41 33.1	32 31.4
Indisciplina	142 25.0	121 25.6	21 21.9	34 32.7	98 23.6	10 20.8	111 26.4	31 21.1	15 21.1	25 17.7	44 21.3	58 38.9	53 26.4	74 25.0	15 21.1	28 30.1	46 26.4	16 21.3	32 25.8	20 19.6
Afetos e Sexualidade	117 20.6	100 21.2	17 17.7	23 22.1	81 19.5	13 27.1	86 20.4	31 21.1	7 9.9	20 14.2	44 21.3	46 30.9	40 19.9	58 19.6	19 26.8	20 21.5	31 17.8	16 21.3	27 21.8	23 22.5
Outros	98 17.3	84 17.8	14 14.6	21 20.2	70 16.8	7 14.6	66 15.7	32 21.8	18 25.4	28 19.9	36 17.4	16 10.7	24 11.9	58 19.6	16 22.5	18 19.4	35 20.1	16 21.3	19 15.3	10 9.8
Dependências	71 12.5	60 12.7	11 11.5	13 12.5	52 12.5	6 12.5	52 12.4	19 12.9	7 9.9	12 8.5	23 11.1	29 19.5	26 12.9	38 12.8	7 9.9	10 10.8	17 9.8	6 8.0	21 16.9	17 16.7
Amostra	568	472	96	104	416	48	421	147	71	141	207	149	201	296	71	93	174	75	124	102

BASE: Totalidade dos entrevistados

Dados de classificação:

	Total
Sexo	
Feminino	472 83.1
Masculino	96 16.9
Idade	
Menos de 20	27 4.8
20 a 34	77 13.6
35 a 49	416 73.2
50 a 64	45 7.9
Acima dos 64 anos	3 0.5
Situação Profissional	
Empregado	421 74.1
Desempregado	147 25.9
Escolaridade	
1º Ciclo	21 3.7
2º Ciclo	50 8.8
3º Ciclo	141 24.8
Ensino Secundário/Profissional	207 36.4
Ensino Superior	149 26.2
Nº filhos	
1	201 35.4
2	296 52.1
3	50 8.8
4 ou mais	21 3.7
Ciclo (educando)	
Pré-escolar	93 16.4
1º Ciclo	174 30.6
2º Ciclo	75 13.2
3º Ciclo	124 21.8
Ensino Secundário/Profissional	102 18.0
Amostra	568

BASE: Totalidade dos entrevistados

ANEXO IV – APRESENTAÇÃO GRÁFICA GLOBAL DOS RESULTADOS

(Documento em ficheiro anexo)