

RESULTADOS DA ENQUISA SOBRE A ALIMENTACIÓN

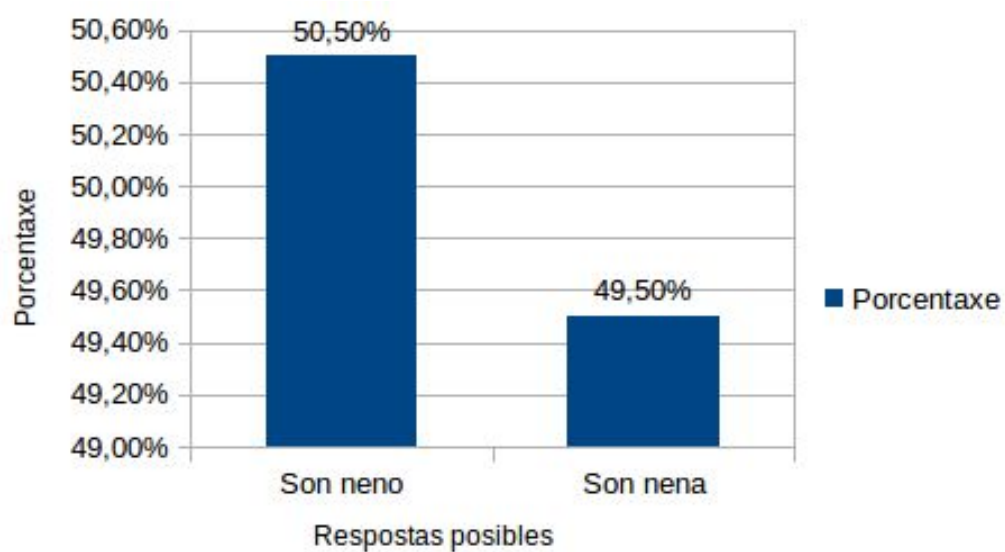


Este documento foi elaborado por alumnado da materia de Tecnoloxía da Información e da Comunicación de 1º de Bacharelato, tomando os datos da Enquisa do proxecto "Aliméntate ben" (Plan Proxecta Xermolón)

Sexo	2
Na última semana, cantos DÍAS tomaches refrescos ou bebidas con sabor a froita (non zumes naturais) ou bebidas lacteadas (que levan leite) e saborizadas ou bebidas enerxéticas?	3
Na última semana, cantos DÍAS tomaches produtos de aperitivo (snacks fritos de millo, ganchiños, boliñas de sabores, palliñas, cortizas, estrelas, rodas, aros, pipas de xirasol, palomitas...) ?	4
Na última semana, cantos DÍAS tomaches legumes (garavanzos, fabas, lentellas...)?	5
Na última semana, cantos DÍAS tomaches peixe?	6
Na última semana, cantos DÍAS tomaches verduras (en ensalada ou cociñadas)?	7
Na última semana, cantas racións de froita máis verdura tomaches AO DÍA?	8
Nunha galleta, como consideras o aporte de 25 g de azucre por 100 g de produto?	9
Leo as etiquetas de información nutricional	10
Por que non as consultas	11
Que é o que consultas cando les a etiqueta nutricional dun produto? (podes elixir máis dunha opción)	12
Que identificas como algo saudable e seguro na publicidade dun alimento? (podes elixir máis dunha opción)	13
Cales afirmacións sinalarías como correctas? (podes elixir máis dunha opción).	14
Con respecto ás dietas, cales son as afirmacións que mellor te describen? (podes elixir máis dunha opción).	15

Sexo

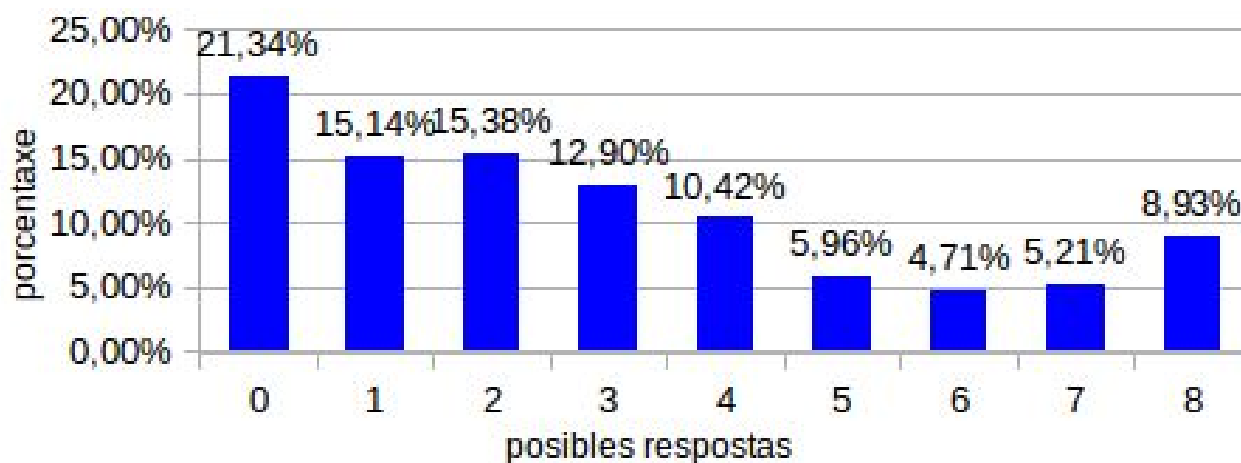
Respostas posibles	Nº de alumnos/as	Porcentaxe
Son neno	202	50,50%
Son nena	198	49,50%
Total	400	



1. Na última semana, cantos DÍAS tomaches refrescos ou bebidas con sabor a froita (non zumes naturais) ou bebidas lacteadas (que levan leite) e saborizadas ou bebidas enerxéticas?

Posibles respostas	Nº de alumnos/as	Porcentaxe
0	86	21,34%
1	61	15,14%
2	62	15,38%
3	52	12,90%
4	42	10,42%
5	24	5,96%
6	19	4,71%
7	21	5,21%
8	36	8,93%
Total	403	

Media	2,92
--------------	------



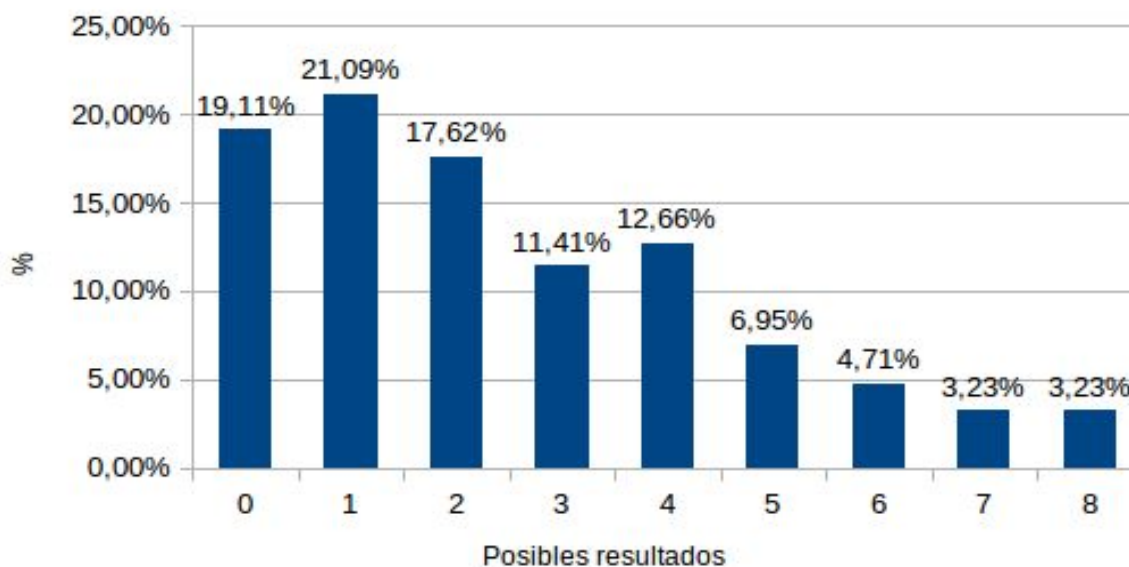
Nota: A resposta "8" significaba que tomaran todos os días e mais dunha vez ao día

2. Na última semana, cantos DÍAS tomaches produtos de aperitivo (snacks fritos de millo, ganchiños, boliñas de sabores, palliñas, cortizas, estrelas, rodas, aros, pipas de xirasol, palomitas...)?

Respostas posibles	Nº de alumnos/as	Porcentaxe
0	77	19,11%
1	85	21,09%
2	71	17,62%
3	46	11,41%
4	51	12,66%
5	28	6,95%
6	19	4,71%
7	13	3,23%
8	13	3,23%
Total	403	

Media	2,53
--------------	------

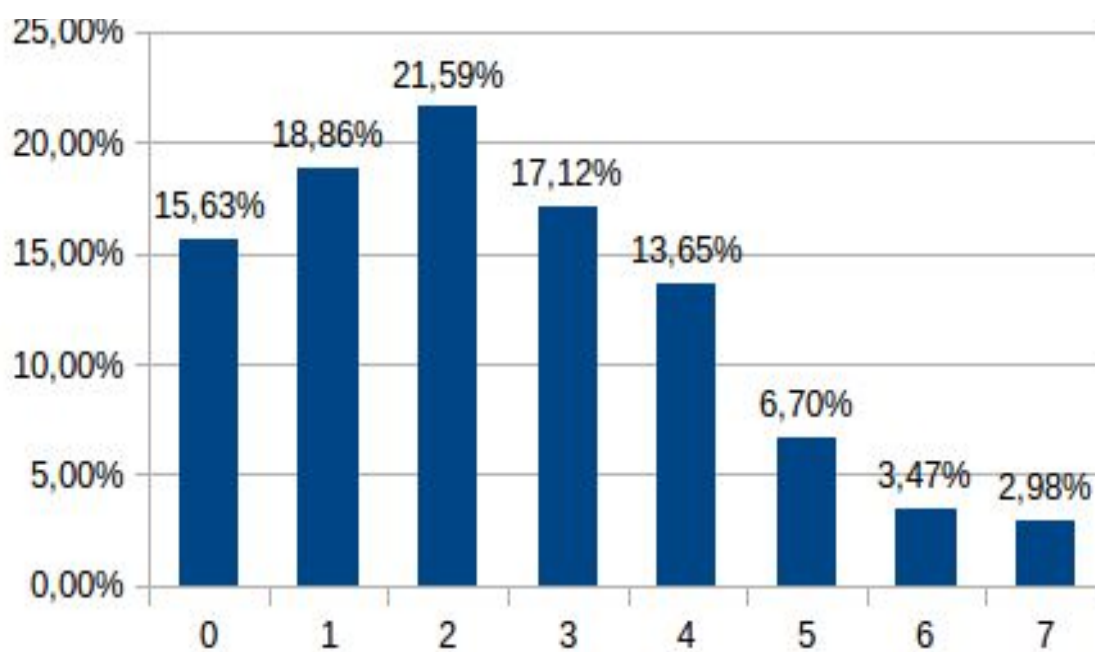
2.Cantos dias tomaches aperitivos na última semana



3. Na última semana, cantos DÍAS tomaches legumes (garavanzos, fabas, lentellas...)?

Respostas posibles	Nº de alumnos/as	Porcentaxe
0	63	15,63%
1	76	18,86%
2	87	21,59%
3	69	17,12%
4	55	13,65%
5	27	6,70%
6	14	3,47%
7	12	2,98%
Total	403	

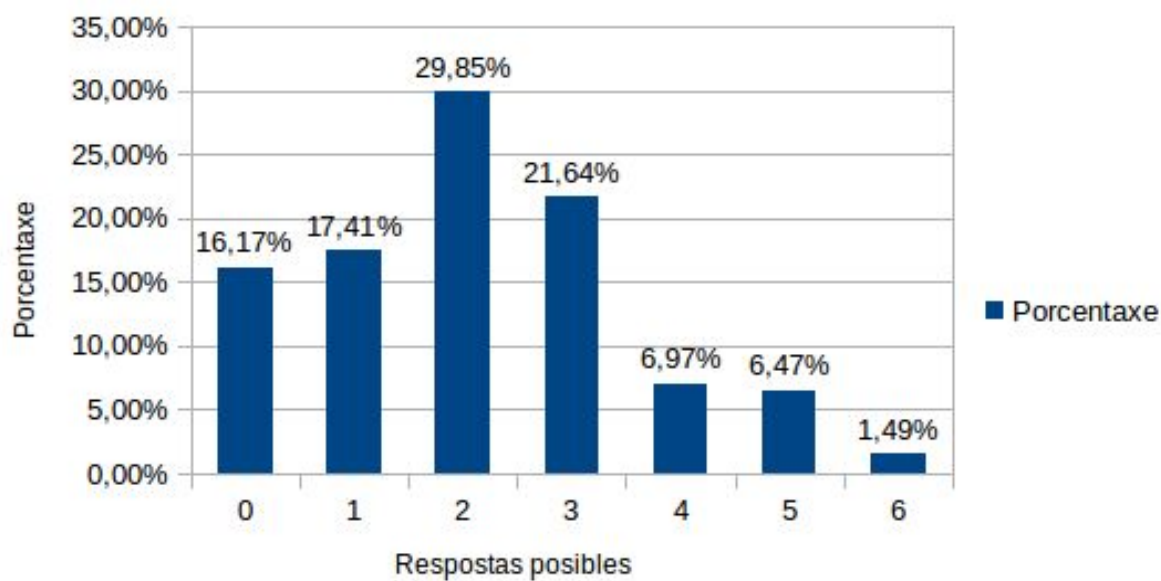
Media	2,43
--------------	------



4. Na última semana, cantos DÍAS tomaches peixe?

Respostas posibles	Nº de alumnos/as	Porcentaxe
0	65	16,17%
1	70	17,41%
2	120	29,85%
3	87	21,64%
4	28	6,97%
5	26	6,47%
6	6	1,49%
Total	402	

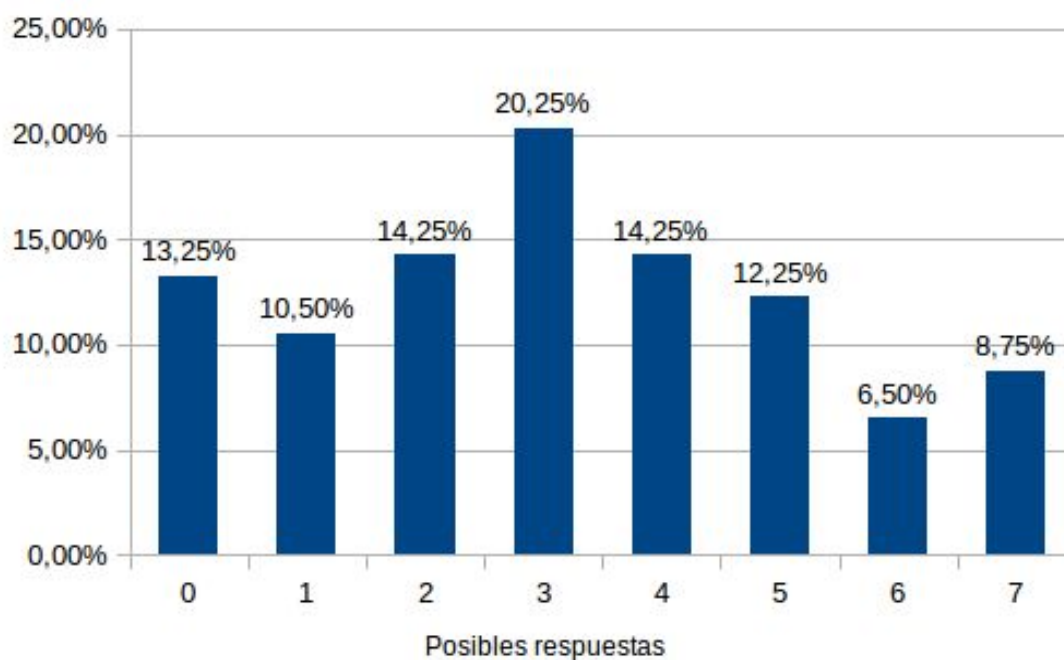
Media	2,11
--------------	------



5. Na última semana, cantos DÍAS tomaches verduras (en ensalada ou cociñadas)?

Respostas posibles	Nº de alumnos/as	Porcentaxe
0	53	13,25%
1	42	10,50%
2	57	14,25%
3	81	20,25%
4	57	14,25%
5	49	12,25%
6	26	6,50%
7	35	8,75%
Total	400	

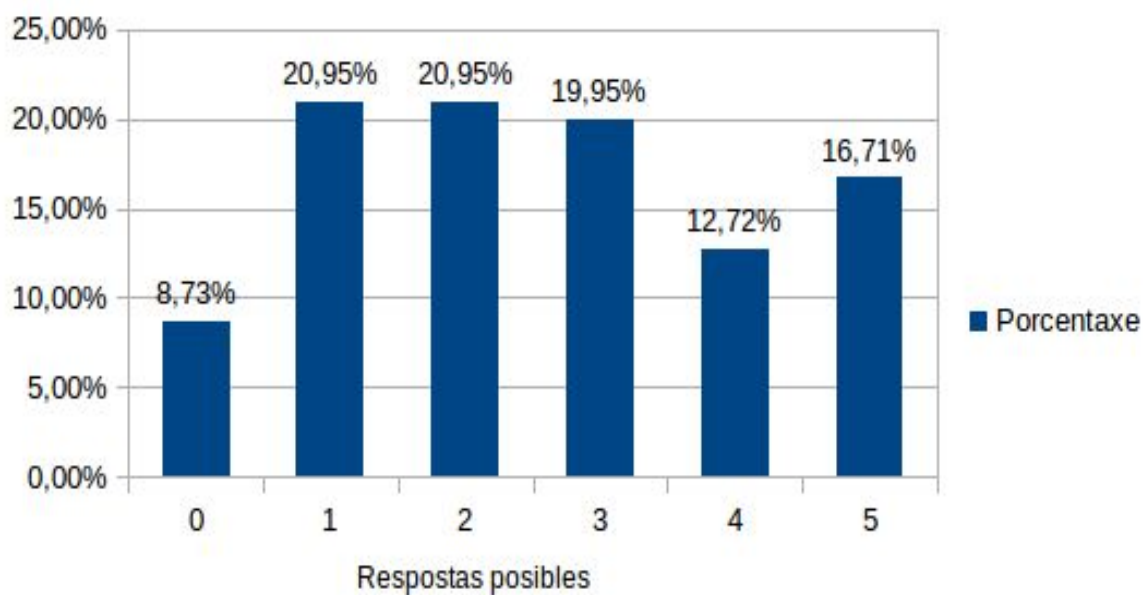
Media	2,08
Desviación típica	3,19



6. Na última semana, cantas racións de froita máis verdura tomaches AO DÍA?

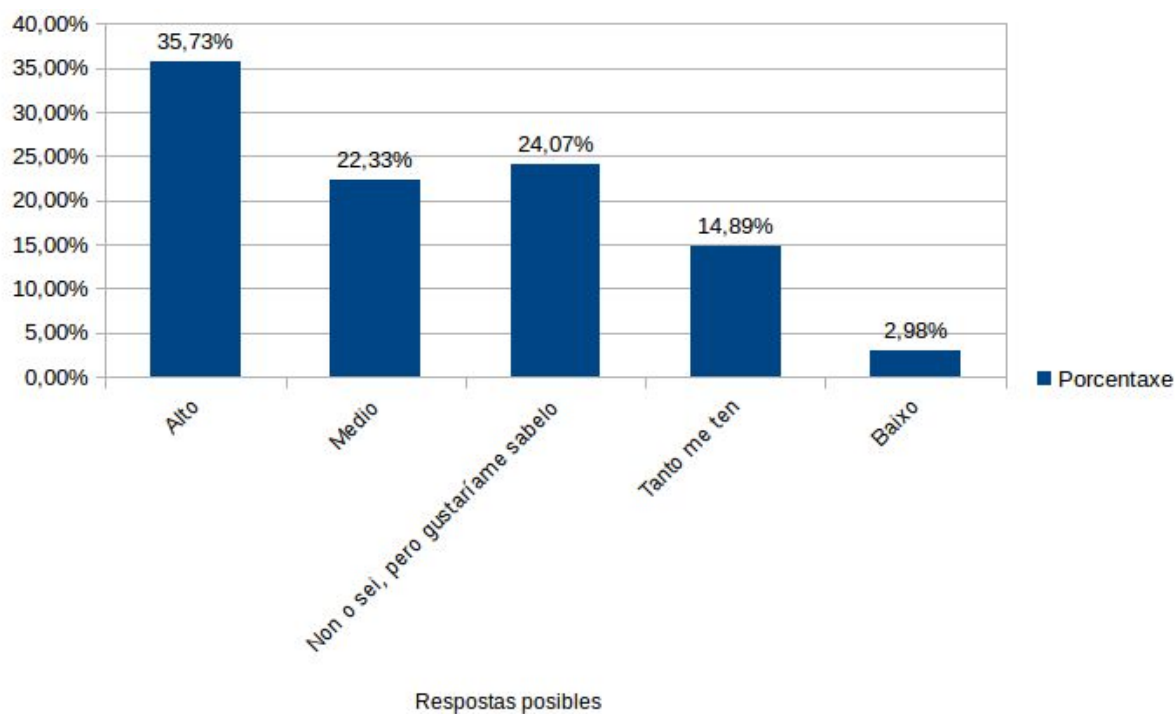
Respostas posibles	Nº de alumnos/as	Porcentaxe
0	35	8,73%
1	84	20,95%
2	84	20,95%
3	80	19,95%
4	51	12,72%
5	67	16,71%
Total	401	

Media	2,57
Desviación típica	1,56



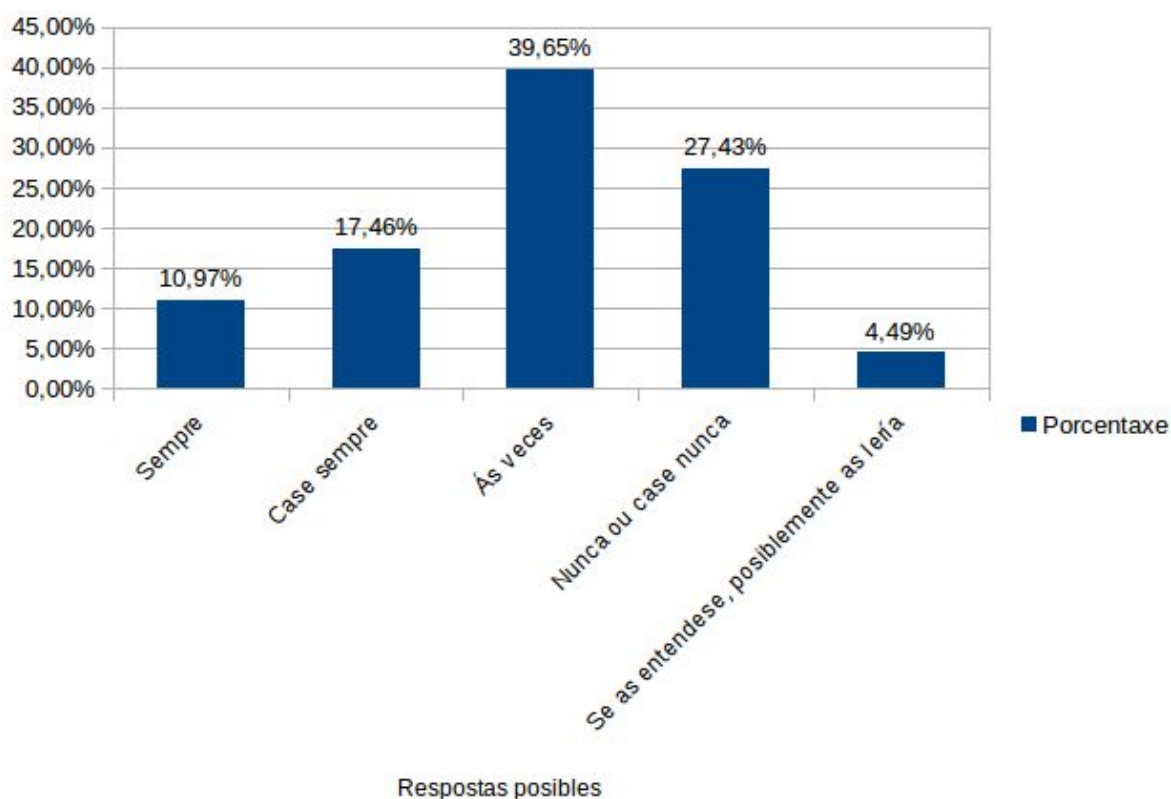
7. Nunha galleta, como consideras o aporte de 25 g de azucre por 100 g de produto?

Respostas posibles	Nº de alumnos/as	Porcentaxe
Alto	144	35,73%
Medio	90	22,33%
Non o sei, pero gustaríame sabelo	97	24,07%
Tanto me ten	60	14,89%
Baixo	12	2,98%
Total	403	



8. Leo as etiquetas de información nutricional

Respostas posibles	Nº de alumnos/as	Porcentaxe
Sempre	44	10,97%
Case sempre	70	17,46%
Ás veces	159	39,65%
Nunca ou case nunca	110	27,43%
Se as entendese, posiblemente as lería	18	4,49%
Total	401	



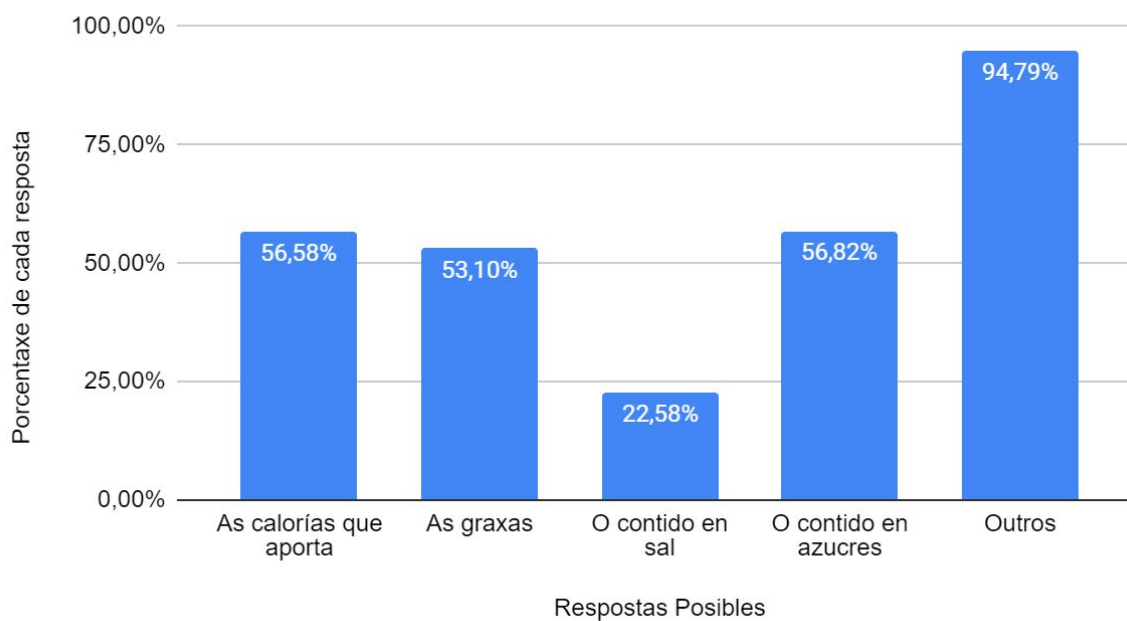
9. Por que non as consultas

Respostas posibles	Nº de alumnos/as	Porcentaxe
Tanto me ten	104	25.81%
Non vou cambiar as miñas escollas por ler a etiqueta	63	15,63%
Non as entendo	55	13,65%
É máis importante o prezo que a etiqueta	31	7,69%
Non me parece necesario	44	10,92%
En branco	106	26.30%
Total	403	



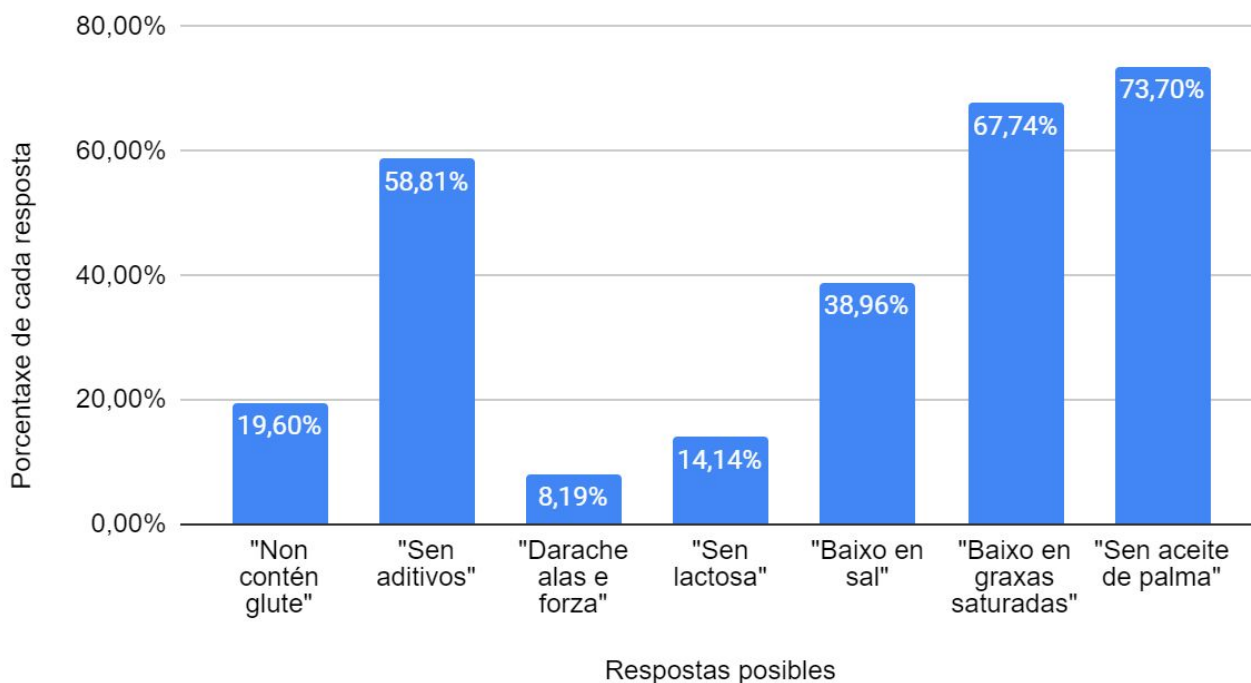
10. Que é o que consultas cando les a etiqueta nutricional dun produto? (podes elixir máis dunha opción)

Respostas posibles	Nº de respostas	Porcentaxe
As calorías que aporta	228	56,58%
As graxas	214	53,10%
O contido en sal	91	22,58%
O contido en azucres	229	56,82%
Outros	382	94,79%
Total respostadas	1144	
Total alumnos	403	



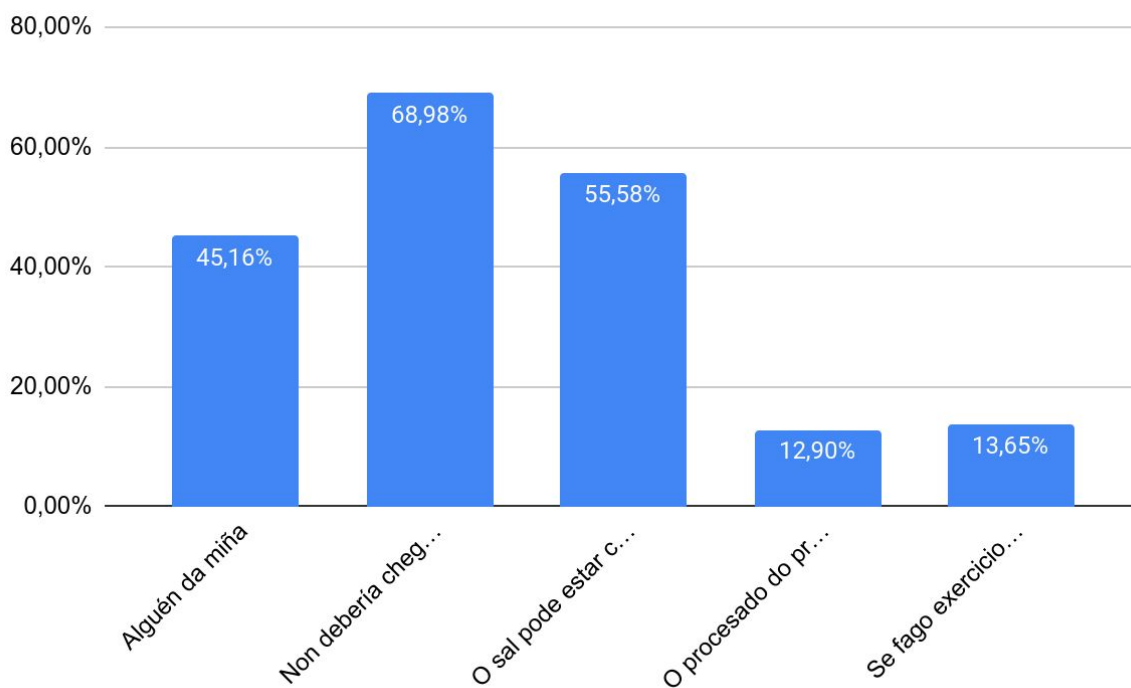
11. Que identificas como algo saudable e seguro na publicidade dun alimento?
(podes elixir máis dunha opción)

Respostas posibles	Nº de respostas	Porcentaxe
"Non contén glute"	79	19,6%
"Sen aditivos"	237	58,81%
"Darache alas e forza"	33	8,19%
"Sen lactosa"	57	14,14%
"Baixo en sal"	157	38,96%
"Baixo en graxas saturadas"	273	67,74%
"Sen aceite de palma"	297	73,7%
Total respostadas	1133	
Total alumnos	403	



12. Cales afirmacións sinalarías como correctas? (podes elixir máis dunha opción).

Respostas posibles	Nº de respostas	Porcentaxe
Alguén da miña idade non debería tomar máis de 5 gramos de sal ao día.	182	45,16%
Non debería chegar aos 200 gramos de azucres ao día.	278	68,98%
O sal pode estar camuflado en alimentos doces.	224	55,58%
O procesado do produto non ten relación coa saúde.	52	12,90%
Se fago exercicio con regularidade podo tomar todas as lambetadas que queira.	55	13,65%
Total respostadas	791	
Total alumnos	403	



13. Con respecto ás dietas, cales son as afirmacións que mellor te describen? (podes elixir máis dunha opción).

Respostas posibles	Nº de respostas	Porcentaxe
Teño algunha patoloxía (alerxias ou intolerancias alimentarias, outras) que me fan seguir unha dieta.	43	10,67%
De vez en cando sigo algunha dieta para baixar peso.	87	21,59%
De seguir unha dieta, deixaríame aconsellar antes por amigos/as, publicidade, redes sociais, antes que por persoal sanitario.	39	9,68%
Como de todo o que quero, non fago dietas.	174	43,18%
Habitualmente, procuro tomar cousas que "non engordan".	175	43,42%
Total respostadas	518	
Total alumnos	403	

