



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DO OESTE DO PARÁ

PROTOCOLO DE PESQUISA

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Nome: _____ Sexo: F M
Idade: _____ Profissão: _____

Escolaridade

Fundamental incompleto Médio incompleto Superior incompleto
 Fundamental completo Médio completo Superior completo

Estado civil: _____ Peso: _____ kg Altura: _____

AVALIAÇÃO DE PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E SEDENTARISMO

Qual o tipo de atividade física que você realiza?
 Musculação Aeróbica Musculação e aeróbica Nenhuma

Há quanto tempo você treina? _____

Quantos dias na semana você treina? _____

Quantos minutos você treina/dia? _____

AVALIAÇÃO DO CONHECIMENTO E CONSUMO DE TERMOGÊNICOS

Você usa termogênicos?
 Sim Não

Qual tipo de termogênico você consome?
 Cafeína Gengibre Café verde Pimenta vermelha
 Chá-verde Guaraná Laranja amarga Canela Inositol

Outros: _____

Quanto em miligramas você consome ao dia? _____

Qual a forma farmacêutica utilizada?
 Comprimidos Cápsulas Líquido Pó

Qual o objetivo do consumo do termogênico?
 Função estimulante Perda de peso
 Diminuição de medidas abdominais Perda de peso e função estimulante

Outros: _____

Há quanto tempo você utiliza o termogênico? _____

Quantas vezes você consome ao dia? _____

O termogênico atingiu as suas expectativas?

Sim Não

Quais os resultados satisfatórios que você obteve?

Perda de massa corporal Maior disposição
 Redução do percentual de gordura Melhor rendimento físico

Outros: _____

Você sabia que o termogênico pode causar efeitos adversos?

Sim Não

Você sentiu algum efeito adverso após o uso? Quais?

Nenhum Insônia Tremores
 Euforia Ansiedade Efeito depressor
 Irritação, nervosismo Irritação da mucosa gástrica
 Desconforto gastrointestinal Hemorragia
 Agitação Transtornos visuais e auditivos
 Tontura Dor de cabeça Diarreia
 Tensão muscular Confusão mental Estimulação da diurese

Outros: _____

Quem prescreveu ou indicou o suplemento termogênico?

Nutricionista Instrutor Amigos
 Médico Vontade própria Outros: _____

Em sua opinião, você acredita que o suplemento termogênico realmente possa causar prejuízo a saúde?

Sim Não

Obrigada pela colaboração!