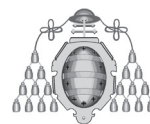




Questionário **Adolescentes**



■ CÓDIGO DE ANONIMATO

As tuas respostas serão **CONFIDENCIAIS** e **NÃO SERÃO MOSTRADAS** a mais ninguém. Como este projecto se focaliza no estudo das famílias, nós precisamos corresponder o teu questionário, ao questionário dos outros membros da tua família. **Nem os elementos da tua família nem nenhum membro da escola verão as tuas respostas**, isto é apenas para o investigador.

Para fazer isto iremos criar um código baseado em algumas informações. Por favor, preenche as informações abaixo apresentadas.

Primeiras 3 letras do nome da tua mãe (ex. Joana = **JOA**)

Dia do TEU aniversário (ex. 14 de Dezembro = **14**, 1 de Janeiro = **01**)

Primeiras 3 letras do TEU NOME (ex. Alberto = **ALB**)

O mês do TEU nascimento (ex. Julho = **07**; Dezembro = **12**)

COMO PREENCHER O QUESTIONÁRIO

No questionário podes responder à maioria das questões colocando um “X” na caixa ao lado da resposta que se aplica melhor à tua situação. Por exemplo:

X

Também será pedido que escrevas as tuas respostas nas caixas vazias. Por exemplo:

2	5
---	---

Se for pedido que escrevas repostas em caixas, utiliza letras maiúsculas, assim:

SOBRINHO

Podes ser instruído a “saltar” algumas questões. Quando isto acontecer, verás uma seta com uma indicação sobre qual a resposta que deves responder de seguida. Por exemplo:

--



POR FAVOR, PASSA PARA A Q 4.16 (Questão 4.16)

Se te enganares em alguma resposta deves riscar e escrever a resposta correcta ao lado.

Exemplo:

1.1 Que idade tens? (Escreve a tua idade no quadrado)

17	18
---------------	----

17

Office use only:

Code

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

 Site postcode _____ Country code _____

Secção 1**Sobre Ti****1.1** Que idade tens? (Escreve a tua idade no quadrado)

		anos
--	--	------

1.2 Qual o teu sexo? (Por favor, assinala com "X")

Masculino	
Feminino	

1.3 Com quem é que vives? (Por favor escolhe todas as que se aplicam)

1) Mãe e Pai	
2) Só com a Mãe	
3) Só com o Pai	
4) Avós	
5) Mãe e Padrasto	
6) Pai e Madrasta	
7) Irmão (s)	
8) Irmã (s)	
9) Outros (Por favor, escreve na caixa)	

1.4 Quantos irmãos (rapazes) tens?

(Escreve o número na caixa)

--	--	--

1.5 Quantas irmãs (raparigas) tens?

(Escreve o número na caixa)

--	--	--

1.6 Tu és o filho...?

Mais velho	
Do meio	
Mais novo	
Gémeo	

**1.7** Em que país nasceste? (Ex. Portugal)

--

1.8 Qual das seguintes opções descreve melhor a tua etnia?

1) Branca	
2) Mestiça	
3) Negra	
4) Cigana	
5) Asiática	
6) Outra (Por favor, escreva na caixa)	

1.9 Quantas vezes mudaste de casa/apartamento nos últimos 5 anos?Mudei

--	--

 vezes**Secção 2****Sobre álcool****2.1** Com que frequência bebes álcool? (Bebida completa, não só um gole, ou experimentar)

1) Nunca bebi álcool	
2) Menos de uma vez por mês	
3) Mensalmente	
4) Semanalmente	
5) 2-4 vezes por semana	
6) Diariamente ou quase	
7) Não sei	



Passa para a Q 2.7

2.2 Que idade tinhas quando bebeste a tua 1ª bebida alcoólica? (Bebida completa, não só um gole, ou experimentar)Eu tinha

--	--

 anos

Secção 2

Sobre álcool

2.3 Quantas vezes ficaste embriagado no ultimo mês?

(Se ficaste embriagado uma vez por semana, serão 4 vezes)

vezes Não sei

2.4 Pensa nos últimos 30 dias. Em quantas ocasiões bebeste as seguintes bebidas?

(Coloca um "x" em cada linha)

	0	1-2	3-5	6-9	10-19	20-39	40 ou mais
1) Cerveja (não inclui cerveja sem álcool)							
2) Cidra (não inclui cidra sem álcool)							
3) Alcopops (martini metz, Smirnoff ice, sangria, etc)							
4) Vinho							
5) Bebidas Espirituosas (whisky, cognac, shots, etc) (inclui bebidas brancas com sumos)							

2.5 Como, ou através de quem, arranjas álcool? (Escolhe todas as opções que se apliquem)

1) Não sei	<input type="checkbox"/>	6) Outros Adultos	<input type="checkbox"/>
2) Dadas pelos pais	<input type="checkbox"/>	7) Arranjo em casa	<input type="checkbox"/>
3) Irmãos mais velhos	<input type="checkbox"/>	8) Em Bares/pubs/discotecas	<input type="checkbox"/>
4) Amigos	<input type="checkbox"/>	9) Em lojas/supermercados	<input type="checkbox"/>
5) Pais de Amigos	<input type="checkbox"/>	10) Outra (especifica, pf)	<input type="text"/>

2.6 Onde é que bebes álcool? (Escolhe todas as opções que se apliquem)

1) Não sei	<input type="checkbox"/>
2) Em casa	<input type="checkbox"/>
3) Num local público (parquet, rua, praia)	<input type="checkbox"/>
4) Casa de amigos	<input type="checkbox"/>
5) Casa de familiares	<input type="checkbox"/>
6) Em Bares/pubs/discotecas	<input type="checkbox"/>
7) Noutros locais (especifica, pf)	<input type="text"/>

2.7 Quantos dos teus amigos bebem álcool? (Escolhe uma opção)

1) Nenhum deles bebe álcool	<input type="checkbox"/>
2) Alguns deles bebem álcool	<input type="checkbox"/>
3) A maioria bebe álcool	<input type="checkbox"/>
4) Todos bebem álcool	<input type="checkbox"/>

2.8 Quantas vezes achas que o teu Pai/Mãe ou Educadores bebem álcool?

(Por favor escolhe uma opção para cada)

	Mãe	Pai
1) Nunca bebi álcool	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Menos de uma vez por mês	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Mensalmente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Semanalmente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) 2-4 vezes por semana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Diariamente ou quase	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Secção 3

Sobre Tabaco

3.1 Lê as seguintes afirmações e escolhe apenas aquela que melhor te descreve:

1) Nunca fumei	<input type="checkbox"/>
2) Só experimentei fumar uma vez	<input type="checkbox"/>
3) Fumava às vezes, mas agora não fumo	<input type="checkbox"/>
4) Fumo, mas não mais que um por semana	<input type="checkbox"/>
5) Fumo entre um a seis cigarros por semana	<input type="checkbox"/>
6) Normalmente fumo mais de seis cigarros por semana	<input type="checkbox"/>

➡ Passa para a Q 3.3

3.2 Que idade tinhas quando experimentaste um cigarro? Mesmo que tenha sido apenas um "bafo" ou dois?

Eu tinha anos

3.3 Quantos dos teus amigos fumam? (Escolhe uma opção)

1) Nenhum deles	
2) Alguns deles	
3) A maioria	
4) Todos	

3.4 Algum dos membros da tua família fuma? (Escolhe uma opção por cada linha)

	Sim	Não	Não Sei	Não tenho/ nunca vi
1) Mãe				
2) Pai				
3) Irmão				
4) Irmã				

Secção 4

Sobre Drogas Ilegais

4.1 Alguma vez usaste alguma das seguintes drogas? Escolhe uma ou mais caixas por cada linha e escreve a idade com que experimentaste cada substância (se aplicável)

	Não	Sim, nos últimos 30 dias	Sim, nos últimos 12 meses	Sim, durante a minha vida	Se SIM-com-que idade experimentaste esta droga? (escreve o número na caixa)
1) Cannabis (Marijuana/haxixe)					
2) Cocaína					
3) Ecstasy					
4) Anfetaminas					
5) Semeron					
6) Heroína					
7) Mefedrona					
8) Outras drogas (por favor, escreve o nome em baixo)					

4.2 Classifica quão difícil era para ti obteres alguma das seguintes substâncias através desta escala (Muito Difícil, Relativamente Difícil, Relativamente Fácil e Muito Fácil)? (Escolhe uma opção por cada linha)

	Muito difícil	Relativamente difícil	Relativamente fácil	Muito fácil
1) Cannabis (Marijuana/haxixe)				
2) Heroína				
3) Cocaína				
4) Anfetaminas				
5) Semeron				
6) Heroína				
7) Mefedrona				

4.3 Quantos dos teus amigos consomem drogas? (Escolhe apenas uma opção)

Nenhum deles	
Alguns deles	
A maioria	
Todos	

4.4 Qual pensas que é o RISCO de as PESSOAS se prejudicarem (fisicamente ou de outras formas) se elas... (Escolhe uma opção por cada linha)

	Nenhum Risco	Algum Risco	Risco Moderado	Grande Risco	Não sei
1) Fumarem marijuana ou haxixe (cannabis) ocasionalmente					
2) Fumarem marijuana or haxixe (cannabis) regularmente					
3) Experimentar ecstacy uma ou duas vezes					
4) Tomar ecstacy regularmente					
5) Experimentar anfetaminas (speeds, estimulantes) uma ou duas vezes					
6) Tomar anfetaminas (speeds, estimulantes) regularmente					

5.1 Em baixo está uma lista de afirmações sobre a vida familiar e regras que podem ser utilizadas pelos teus pais/educadores. Por favor escolhe aquela caixa que indica de que modo a afirmação se aplica a ti. (Escolhe uma opção por cada linha)

	Nunca	Às vezes	Muitas vezes	Sempre
1) Os meus pais/educadores perguntam se faço os meus trabalhos de casa				
2) Os meus pais/educadores querem que telefone se chegar mais tarde a casa				
3) As regras na minha família são muito claras				
4) Quando <u>estou em casa</u> , um dos meus pais/educadores sabe onde eu estou e com quem estou				
5) É-me permitido fumar				
6) É-me permitido beber álcool em casa				
7) É-me permitido beber álcool fora de casa				
8) Existe álcool em minha casa mas não me é permitido beber				
9) Os meus pais/educadores falam comigo sobre álcool e os riscos associados				
10) Os meus pais/educadores falam comigo sobre drogas e os riscos associados				
11) Os meus pais/educadores falam comigo sobre tabaco e os riscos associados				
12) Os meus pais/educadores conhecem os amigos com quem normalmente saio				
13) Os meus pais estão em contacto com os pais dos meus amigos				
14) Os meus pais discutem				

5.2 Por favor lê as seguintes afirmações que descrevem o modo como as mães por vezes actuam com os seus filhos. Pensa como é que cada uma delas se adequa à forma como a tua MÃE te trata. Por favor escolhe a opção que verdadeiramente indica a tua situação através da escala: quase sempre verdade, às vezes é verdade, raramente é verdade e nunca é verdade. Lembra-te que não há respostas certas ou erradas. **Se não tens mãe, passa para a pergunta Q 5.3.**

SOBRE A MINHA MÃE OU EDUCADORA FEMININA

	VERDADE SOBRE MIM		NÃO É VERDADE SOBRE MIM	
	Quase sempre verdade	Às vezes é verdade	Raramente é verdade	Nunca é verdade
1) Pensa que eu sei sempre o que devo/posso fazer				
2) Diz-me exactamente a que horas devo chegar a casa				
3) Está sempre a dizer-me como me devo comportar				
4) Acredita em muitas regras e pede-me que as siga				
5) Dá-me a liberdade que eu quero				
6) Diz-me exactamente como devo fazer o meu trabalho (Ex. TPC, tarefas)				
7) Deixa-me ir a qualquer sítio que eu queira e não faz perguntas				
8) Insiste que eu devo fazer as coisas exactamente como me são ditas				
9) Deixa-me sair às horas que eu quiser				
10) Gostava de estar sempre a dizer-me como devo fazer as coisas				
11) Dá-me certas tarefas para fazer e não me deixa fazer mais nada até que as acabe				
12) Deixa-me fazer o que eu quiser				
13) Quer controlar tudo o que faço				
14) Diz coisas simpáticas sobre mim				
15) Faz com que seja fácil para mim partilhar coisas importantes com ela				
16) Está realmente interessada no que eu faço				
17) Faz-me sentir querido e importante				
18) Faz-me sentir que o que eu faço é importante				
19) Importa-se com aquilo que eu penso e gosta que eu fale sobre isso				
20) Diz-me que gosta de mim				
21) Trata-me com carinho				



5.3 Por favor lê as seguintes afirmações que descrevem o modo como as mães por vezes actuam com os seus filhos. Pensa como é que cada uma delas se adequa à forma como o teu PAI te trata. Por favor escolhe a opção que verdadeiramente indica a tua situação através da escala: quase sempre verdade, às vezes é verdade, raramente é verdade e nunca é verdade. Lembra-te que não há respostas certas ou erradas. **Se não tens pai, passa para a pergunta Q 5.4**

SOBRE O MEU PAI OU EDUCADOR MASCULINO

	VERDADE SOBRE MIM		NÃO É VERDADE SOBRE MIM	
	Quase sempre verdade	Às vezes é verdade	Raramente é verdade	Nunca é verdade
1) Pensa que eu sei sempre o que devo/posso fazer				
2) Diz-me exactamente a que horas devo chegar a casa				
3) Está sempre a dizer-me como me devo comportar				
4) Acredita em muitas regras e pede-me que as siga				
5) Dá-me a liberdade que eu quero				
6) Diz-me exactamente como devo fazer o meu trabalho (Ex. TPC, tarefas)				
7) Deixa-me ir a qualquer sítio que eu queira e não faz perguntas				
8) Insiste que eu devo fazer as coisas exactamente como me são ditas				
9) Deixa-me sair às horas que eu quiser				
10) Gostava de estar sempre a dizer-me como devo fazer as coisas				
11) Dá-me certas tarefas para fazer e não me deixa fazer mais nada até que as acabe				
12) Deixa-me fazer o que eu quiser				
13) Quer controlar tudo o que faço				
14) Diz coisas simpáticas sobre mim				
15) Faz com que seja fácil para mim partilhar coisas importantes com ela				
16) Está realmente interessada no que eu faço				
17) Faz-me sentir querido e importante				
18) Faz-me sentir que o que eu faço é importante				
19) Importa-se com aquilo que eu penso e gosta que eu fale sobre isso				
20) Diz-me que gosta de mim				
21) Trata-me com carinho				



5.4 **Quantas vezes discutes os seguintes problemas/assuntos com os teus pais/educadores?**

Problemas com...	Nunca	Às vezes	Muitas vezes	Sempre
1) Performance Escolar (notas, trabalhos)				
2) O tipo de amigos que tens				
3) Chegar mais tarde a casa do que é suposto				
4) A maneira como te vestes (roupas que escolhes usar)				
5) A tua utilização de internet				
6) A tua utilização de televisão				
7) A quantidade de trabalhos de casa que tens para fazer				
8) Os teus consumos de álcool				
9) Os teus consumos de tabaco				
10) Os teus consumos de cannabis				
11) A tua utilização do telemóvel				
12) Os teus comportamentos sexuais				
13) A quantidade de dinheiro que gastas				

Code

Site postcode

Country code

Secção 6

Sobre a Escola

6.1 Por favor lê as seguintes afirmações sobre a escola e escolhe a opção (nunca, às vezes, muitas vezes ou sempre) que se refere a ti nas últimas DUAS SEMANAS:

	Nunca	Às vezes	Muitas vezes	Sempre
1) Foi difícil prestar atenção nas aulas				
2) Eu esqueci-me de coisas				
3) Tive dificuldade em acompanhar a matéria				
4) Faltei às aulas porque não me sentia bem				
5) Eu fui à escola mas algumas vezes faltei às aulas (Ex. baldei-me)				
6) Algumas vezes não fui à escola porque não quis				
7) Algumas vezes não fui às aulas porque os meus pais me deixaram faltar				
8) Gostei de estar na escola				
9) Senti-me seguro na minha escola				

6.2 O que é que achas que vai acontecer no futuro? (Escolhe uma opção por cada afirmação)

	Sim	Não	Não sei	Já faço isto
1) Vou continuar a estudar (continuar o E.básico ou secundário)				
2) Vou para a Universidade				
3) Vou ser desempregado				
4) Vou deixar os estudos e vou arranjar um emprego (sem um estudo mais aprofundado)				
5) Vou abrir um negócio próprio				
6) <i>Otro</i>				

Secção 7

Sobre ti e os problemas que possas ter vivido

7.1 Aconteceu-te alguma das seguintes situações nos ÚLTIMOS SEIS MESES?

(Escolhe uma opção em cada linha)

	Sim	Não
1) Parei de fazer desporto ou outra actividade		
2) Fiquei lesionado depois de ter bebido		
3) Tive problemas com a polícia		
4) Consumi drogas ilegais		
5) Tive pouco dinheiro		
6) Tive um problema familiar		
7) Arrependi-me de uma relação sexual		
8) Apanhei uma Infecção Transmitida Sexualmente		
9) Perdi/Mudei de amigos		
10) <u>Ganhei peso/Fiquei mais gordo(a)</u>		

7.2 Em baixo está uma lista de afirmações que falam dos sentimentos em geral sobre ti próprio. Para cada afirmação escolhe uma opção.

	Concordo fortemente	Concordo	Discordo	Discordo fortemente
1) Sinto que sou uma pessoa com valor, ao mesmo nível que os outros.				
2) Sinto que tenho várias qualidades.				
3) Em geral, estou <u>inclinado</u> para dizer que me sinto um fracassado.				
4) Sou capaz de fazer as coisas tão bem como outras pessoas				
5) Sinto que não tenho motivos de orgulho				
6) Tenho uma atitude positiva sobre mim próprio(a)				
7) No geral, estou satisfeito comigo próprio(a)				
8) Gostava de ter mais respeito por mim				
9) Por vezes sinto-me inútil				
10) Às vezes sinto que não sou <u>bom</u> em nada				

8.1 Usas Internet?

Sim ➡ Salta para a Q 8.2

Não ➡ Responde a Q 8.1b depois salta para a Q 9.1

8.1b Se não, porque é que não usas internet?

(Por favor escreve na caixa em baixo)

8.2 Onde é que acedes à Internet? (Selecciona todas as opções que se aplicam)

- 1) Casa
- 2) Escola
- 3) Ciber café
- 4) Telemóvel/iPad
- 5) Centro Comunitário
- 6) Outro (por favor, especifica)

8.3 Aproximadamente quanto tempo passas (em horas) na internet EM TUA CASA cada semana?

(Selecciona uma opção)

- 1) Nenhuma
- 2) 1-5 horas por semana
- 3) 6-10 horas por semana
- 4) 10-20 horas por semana
- 5) Mais de 20 horas por semana

8.4 Aproximadamente quanto tempo passas (em horas) na internet FORA DE CASA cada semana?

(Selecciona uma opção)

- 1) Nenhuma
- 2) 1-5 horas por semana
- 3) 6-10 horas por semana
- 4) 10-20 horas por semana
- 5) Mais de 20 horas por semana

8.5 Para que actividades usas mais frequentemente a Internet (Ex. diariamente ou semanalmente)?

- 1) Redes Sociais (ex. Facebook)
- 2) Salas de Chat
- 3) Download de música/filmes/séries/jogos
- 4) Ver programas de TV (ex. séries)
- 5) Compras
- 6) Email ou Messenger
- 7) Jogos (Ex. Xbox Live)
- 8) Trabalhos de Escola
- 9) Outras (Por favor indica)

8.6 Os teus pais limitam o tempo que podes passar na Internet?

- Sim
- Não
- Não sei

8.7 Sabes se os teus pais/educadores controlam os sites que visitas?

- Sim
- Não
- Não sei

8.8 Alguma vez viste publicidade a álcool na Internet?

- Sim
- Não
- Não sei

Secção 9

Sobre amigos, família, tempos livres e o sítio onde vives

9.1 ~~As próximas questões são sobre quantas vezes contactas pessoalmente com os teus familiares, amigos e vizinhos. Por favor lê cada item e escolhe a opção que diz QUANTAS VEZES tu...~~

	Quase todos os dias	1-2 vezes por semana	1-2 vezes por mês	Menos de uma vez por mês	Nunca	Não sei
1) Falas ao telefone com familiares						
2) Falas ao telefone com amigos						
3) Falas com os teus vizinhos (face-a-face)						
4) Te encontras familiares que não vivem contigo						
5) Te encontras com amigos						

9.2 Pensa nas últimas cinco vezes que saíste com amigos. Em média com quantos amigos rapazes e com quantas amigas raparigas saíste? (Por favor escreve os números em média na caixa. Escreve zero se não saíste com amigos desse sexo).

Saí com amigos rapazes
 Saí com amigas raparigas

9.3 Quantas vezes (se alguma) fazes as seguintes actividades?

	Nunca	Algumas vezes por ano	1-2 vezes por mês	Pelo menos uma vez por semana	Quase todos os dias
1) Jogo jogos de computador					
2) Pratico desporto, atletismo, actividade física					
3) Leio livros por gosto (sem contar com livros escolares)					
4) Saio à noite (para uma discoteca, festa, café, etc)					
5) Outros passatempos (toco instrumentos, canto, escrevo, etc.)					
6) Saio com amigos para o shopping, parques, ruas, só para me divertir					
7) Uso internet para actividades de lazer (chats, procurar música, jogar, etc)					
8) Jogo em slot machines (naquelas máquinas onde podes ganhar dinheiro)					

9.4 Entras em espaços nocturnos (Ex. discotecas) onde a entrada é proibida a pessoas da tua idade? (i.e. tu és 'menor')

Sim
 Não

9.5 Nos últimos 4 fins-de-semana, quantas vezes saíste à noite para um bar/café/discoteca? (Por favor escreve o número na caixa)

fins-de-semana

9.6 Num fim-de-semana normal (incluindo Sexta-Feira, Sábado e Domingo), quantas noites costumas ir a uma discoteca? (Por favor escreve o número na caixa)

noites 

Secção 9

Sobre amigos, família, tempos livres e o sítio onde vives

9.7 Outro tópico em que estamos interessados é na confiança. Globalmente falando, dirias que se pode confiar na maioria das pessoas, ou dirias que nunca se é cuidadoso demais quando se lida com os outros? (Escolhe uma opção)

- | | |
|---|--|
| 1) Podemos confiar na maioria das pessoas | |
| 2) Temos que ter cuidado com as pessoas | |
| 3) Depende das pessoas/circunstâncias | |
| 4) Não sei | |

9.8 Durante os últimos 12 meses fizeste algum tipo de trabalho não pago no sentido de ajudar (trabalho voluntário) a algum dos seguintes grupos, clubes ou organizações? Selecciona todas as opções que se aplicam, e escreve o número de horas que trabalhaste por semana.

Tipo de trabalho voluntário	Fiz parte	Média de horas por semana
1) Eventos escolares (por ex.: fundos para a escola)	<input type="checkbox"/>	
2) Grupos políticos (por ex.: actividades de campanhas eleitorais)	<input type="checkbox"/>	
3) Grupos de igreja (por ex.: bazares; vendas de natal, etc.)	<input type="checkbox"/>	
4) Grupos de jovens (por ex.: escuteiros)	<input type="checkbox"/>	
5) Clubes desportivos (por ex.: angariação de fundos para equipamento desportivo)	<input type="checkbox"/>	
6) Outros (por favor especifica)	<input type="checkbox"/>	

9.9 Por favor, lê as seguintes frases e indica quanto concordas com elas. (Selecciona uma opção)

	Muito	Um pouco	Não muito	Nada	Não tenho experiência para comentar	Não sei
1) Posso confiar na polícia.						
2) Posso confiar nos professores.						
3) Posso confiar nos tribunais (por ex.: Ministério Público)						
4) Posso confiar nos médicos.						
5) As pessoas na minha vizinhança tentam ajudar-se mutuamente						
6) As pessoas na minha vizinhança tentam cuidar umas das outras.						
7) As pessoas na minha vizinhança são de confiança.						
8) Onde moro as pessoas são próximas (relacionam-se entre si)						
9) Onde moro, as pessoas estão dispostas a ajudar os seus vizinhos.						
10) Onde moro as pessoas não se relacionam entre si						
11) No sítio onde moro as pessoas não partilham os mesmos valores (Ex. valores de vida)						

**Muito Obrigado pelo teu tempo dedicado
a responder a este questionário!**

**Verifica rapidamente se
respondeste a todas as perguntas.**

**Lembra-te que ninguém verá
as tuas respostas.**

