



**UME: EDMÉA LADEVIG**

**ANO: 8º**

**COMPONENTE CURRICULAR: Ciências**

**PROFESSOR: Marcelino Souza**

**Nome do Aluno:** \_\_\_\_\_

1. (1,0) O corredor jamaicano Usain Bolt tricampeão olímpico, gasta diariamente 5.000 Calorias de energia. Que tipo de alimento ele pode comer para poder ter tanta energia?

---

---

---

---

2. (1,0) Explique a frase: “Quem como bem pode ter uma boa saúde e quem come mau não”.

---

---

---

---

---

---

3. (2,0) Relacione a primeira coluna com a segunda:

- A. Principal fonte de energia do corpo humano
- B. Lipídio que faz mal ao coração
- C. Local do seu corpo onde ocorre a digestão
- D. A maioria dos nutrientes é absorvida neste lugar
- E. Trituram os alimentos
- F. Alimentos ricos em Lipídios de origem animal
- G. Onde são formadas as fezes
- H. Participam da formação da pele, músculos, unhas e cabelos.
- I. Alimentos ricos em Lipídios de origem vegetal
- J. Alimentos ricos em vitaminas e sais minerais

- |                          |                    |
|--------------------------|--------------------|
| <input type="checkbox"/> | Proteínas          |
| <input type="checkbox"/> | Frutas e Verduras  |
| <input type="checkbox"/> | Dentes             |
| <input type="checkbox"/> | Óleos e abacate    |
| <input type="checkbox"/> | Carne e leites     |
| <input type="checkbox"/> | Carboidratos       |
| <input type="checkbox"/> | Intestino Grosso   |
| <input type="checkbox"/> | Colesterol LDL     |
| <input type="checkbox"/> | Sistema Digestório |
| <input type="checkbox"/> | Intestino Delgado  |

5. (1,0) Qual é importância da digestão para o nosso corpo?

---

---

---

---

---

---

---

## ALIMENTAÇÃO INADEQUADA

jornalhoje.globo.com - Ache esta matéria em: <http://jornalhoje.globo.com/JHoje/0,19125,VJS0-3076-20071016-306143,00.html>

No Dia Mundial da Alimentação, os médicos fazem um alerta: geladeira cheia em casa não significa que o brasileiro esteja comendo bem. Pelo contrário: pesquisa revela que falta muito para a dieta nacional ficar realmente equilibrada.

No centro da mesa da família Rodrigues, há pães, bolos, bolachas, manteiga e queijos. No canto, as frutas. Num único pote fechado, cereais. Ao lado, leite. Mas esses últimos alimentos costumam ser esquecidos durante as refeições. "Dificilmente eu como salada. Fruta, só se estiver com muita vontade. Prefiro arroz, pão e carne" confessa a empresária Margarete Rodrigues.

Uma pesquisa da UNIFESP/USP revelou que a maioria dos brasileiros tem esses mesmos hábitos. Foram ouvidas pessoas de todo o país e de todas as classes sociais para compor o resultado. "Não é um problema de dinheiro essencialmente e sim de hábito cultural" conclui o coordenador da pesquisa, Marcelo Pinheiro.

A mesa brasileira é rica em carboidratos, proteínas e gordura, mas pobre em frutas e verduras. Mas está escondida aí o que os especialistas chamam de "fome oculta". Nesses casos, a pessoa pode até achar que come demais e por isso está acima do peso. Mas o corpo está com fome de vitaminas e nutrientes, revela a pesquisa.

6a) (1,0) Segundo a matéria ao lado qual é o problema que os médicos estão alertando?

---

---

---

---

6b) (1,0) Que tipo de alimento está faltando na geladeira das pessoas? E por quê?

---

---

---

---

6c) (1,0) Quantas pessoas no Brasil estariam acima do seu peso?

---

---

---

---

6d) (2,0) Por que nem sempre quem tem mais dinheiro se alimenta melhor do que tem pouco dinheiro?

---

---

---

---

---

---

---

---