

ATIVIDADE INTERATIVA AVALIATIVA CIÊNCIAS- HÁBITOS ALIMENTARES "1"



APRENDEMOS SOBRE A
IMPORTÂNCIA DE SELECIONAR
ALIMENTOS SAUDÁVEIS PARA
UMA ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA!

LEIA AS AFIRMAÇÕES A SEGUIR E
SELECIONE SOMENTE AS QUE
TÊM INFORMAÇÕES CORRETAS

DEVEMOS ESCOLHER SOMENTE UM TIPO DE ALIMENTOS PARA A NOSSA DIETA. ASSIM NOSSO ORGANISMO NÃO CORRE O RISCO DE DESENVOLVER ALERGIAS ALIMENTARES.

PARA MANTER NOSSA SAÚDE EM DIA É NECESSÁRIO TER ACESSO A UMA ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA COM PROTEÍNAS, GORDURAS BOAS, CARBOIDRATOS, VITAMINAS, MINERAIS E FIBRAS.

A FONTE DE ENERGIA DE NOSSO CORPO É ALIMENTAÇÃO. E CABE AO SISTEMA DIGESTÓRIO TRANSFORMAR TODOS OS ALIMENTOS QUE INGERIMOS EM ENERGIA PARA FAZER TODO O NOSSO CORPO FUNCIONAR.

NÃO É NECESSÁRIO HAVER PREOCUPAÇÕES COM RELAÇÃO A OBESIDADE INFANTIL, POIS ELA É CONSIDERADA UMA ASPECTO NORMAL QUE AO LONGO DA VIDA IRÁ SE RESOLVER SOZINHO.

A OBESIDADE INFANTIL PODE ESTAR RELACIONADA A OUTRAS DOENÇAS OU COMPLICAÇÕES DA SAÚDE.