

Ao longo da vida temos diferentes necessidades _____. Por exemplo, durante a infância e adolescência devemos ingerir alimentos que contenham nutrientes com função _____, pois estamos a crescer. Os idosos têm uma vida mais _____ e, por isso, não necessitam de ingerir tantos glícidos como os jovens ativos. Os glícidos têm função _____, essencialmente.