Atividade de ciências

Nome: _____

Turma: 8º ano

Data: 08/03 á 12/03/21

A tabela mostra o conteúdo nutricional de 100 g de polpa de pitanga.

Componente	Unidade	Valor
Valor energético	kcal	42
Proteína	g	0,19
Gordura	g	0,34
Carboidratos	g	10,1
Fibras	g	3,5
Retinol	mg	2,1
Tiamina	mg	0,3
Riboflavina	mg	0,6
Ácido ascórbico	mg	14,0
Cálcio	mg	170,14
Fósforo	mg	17,14
Ferro	mg	0,33

Fonte: dados das vitaminas provenientes de G. Franco. *Tabela de composição química dos alimentos*. 9. ed. São Paulo: Atheneu, 2007. Demais dados provenientes de Embrapa. *Valor nutricional da pitanga*. Colombo (Paraná): Embrapa, s.d.

12. A pitanga é mais rica em proteínas, carboidratos ou lipídios?

13. Qual dos componentes relacionados **não** é absorvido pelo corpo quando ingerimos pitangas?

14. Quais dos componentes são vitaminas?

15. Quais dos componentes são nutrientes minerais?

Reprodução proibida. Art. 184 do Código Penal e Lei 9.610 de 19 de fevereiro de 1998.

TRECHO DE PROGRAMA

17. Em programas de divulgação científica para crianças é comum a explicação de que "a cárie se forma quando bactérias presentes na boca se alimentam de restos de comida, ficam fortes e cavam buracos nos dentes".
Ao dizer isso para crianças, essa visão simplificada pode até ajudar a explicar a importância de escovar os dentes.

Diga qual é o mineral que protege os nossos dentes ?

TIRINHA

A tirinha mostra os personagens em uma lanchonete *fast-food*. Qual o tipo de nutriente presente em quantidade exagerada nos alimentos pedidos pelo dono do gato? Por que eles podem ser prejudiciais à saúde se ingeridos em excesso?

LIVEWORKSHEETS

TABELA

As atividades 19 a 23 se referem à tabela.

Massa de proteínas, lipídios e carboidratos e conteúdo calórico em 100 g de alguns alimentos

Alimento	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)	Conteúdo calórico (kcal)
Presunto	20	29	0	342
Frango	18	5	menos de 1	109
Peixe	20	1	0	97
Ovo	13	12	menos de 1	158
Pão	8	menos de 1	58	277
Torrada	11	2	64	313
Amendoim	23	51	22	595

Fonte: G. Franco. *Tabela de composição química dos alimentos*. 9. ed. São Paulo: Atheneu, 2007.

19. Qual é a diferença entre **ingrediente** e **aditivo** de um alimento?

20. Na tirinha acima, o personagem do lado direito sugere que o fabricante do produto escolhido dá mais importância ao lucro do que a outros aspectos. Na sua opinião, quais devem ser as prioridades de um fabricante de alimentos?

Reprodução proibida. Art. 184 do Código Penal e Lei 9.610 de 19 de fevereiro de 1998.

Seu aprendizado não termina aqui

"Se você pretende comer na rua, é bom estar atento."

Esse conselho é válido em qualquer tempo e lugar. Debata com seus colegas e com o professor a que fatores devemos estar atentos ao "comer na rua".

Lembre-se de sempre refletir sobre isso e, principalmente, de colocar as conclusões em prática!

LIVEWORKSHEETS