

Atividade de Revisão - Ensino Médio

Temas: Etapas do Método Científico, Nutrientes (Proteínas, Carboidratos, Lipídios e Vitaminas)

Parte 1: Questões de Múltipla Escolha

1. Qual é a primeira etapa do método científico?
 - a) Formulação de hipóteses
 - b) Observação
 - c) Experimentação
 - d) Conclusão
2. Os carboidratos são responsáveis principalmente por:
 - a) Transporte de oxigênio
 - b) Fornecimento de energia
 - c) Formação de membranas celulares
 - d) Regulação hormonal
3. As proteínas são formadas por unidades chamadas:
 - a) Ácidos graxos
 - b) Monossacarídeos
 - c) Aminoácidos
 - d) Nucleotídeos
4. Qual vitamina é essencial para a coagulação sanguínea?
 - a) Vitamina A
 - b) Vitamina C
 - c) Vitamina K
 - d) Vitamina D
5. Os lipídios desempenham qual função principal no organismo?
 - a) Síntese de proteínas
 - b) Armazenamento de energia
 - c) Produção de glicose
 - d) Transporte de oxigênio

Parte 2: Questões de Relacionar

Relacione as colunas (cada item da coluna A deve corresponder a um da coluna B):

- | | |
|----------------|-------------------------------------|
| • Coluna A: | Coluna B |
| (A)Observação | () Fonte primária de energia |
| (B)Hipótese | () Unidade estrutural do corpo |
| (C)Carboidrato | () Perceber fenômenos naturais |
| (D)Proteína | () Reserva de energia |
| (E)Lipídios | () Suposição inicial a ser testada |

Parte 3: Questões Dissertativas

1.1 Explique como as etapas do método científico ajudam a validar o conhecimento científico.

1.2 Compare as funções dos carboidratos e lipídios no corpo humano.

1.3 Descreva a importância das proteínas no crescimento e reparo celular.

1. Explique a diferença entre macronutrientes e micronutrientes, destacando o papel de cada um no organismo humano.
2. Descreva as principais funções dos carboidratos no corpo humano e cite exemplos de alimentos ricos nesse nutriente.
3. As proteínas são essenciais ao nosso corpo. Explique por quê, destacando suas funções e os aminoácidos essenciais.
4. As gorduras (lipídios) nem sempre são vilãs da alimentação. Justifique essa afirmação com base nas funções dos lipídios no organismo.
 1. A água é considerada um nutriente essencial, apesar de não fornecer calorias. Explique sua importância para o bom funcionamento do organismo.
 2. Os micronutrientes, embora necessários em pequenas quantidades, são indispensáveis. Escolha um vitamínico e um mineral, e explique suas funções e os efeitos da deficiência.
 3. Analise a importância de uma alimentação balanceada que contenha todos os tipos de nutrientes. O que pode ocorrer em casos de dietas muito restritivas?
 4. Explique por que os atletas ou pessoas com grande esforço físico precisam ajustar a ingestão de macronutrientes. Dê exemplos.
 5. Como os micronutrientes contribuem para o sistema imunológico humano? Dê exemplos de vitaminas ou minerais com esse papel.
 6. Compare os efeitos do consumo excessivo e do consumo insuficiente de gorduras, considerando os diferentes tipos.

Parte 4: Questões de Completar

1. O método científico é composto pelas seguintes etapas: _____, formulação de hipóteses, _____, experimentação e conclusão.
2. Os carboidratos são divididos em três principais grupos: monossacarídeos, _____ e polissacarídeos.
3. A vitamina D é essencial para a absorção de _____ no organismo.
4. Os ácidos graxos são componentes básicos dos _____.
5. As proteínas são compostas por cadeias de _____ ligadas entre si.