

COLÉGIO: _____

Nome: nº Turma: **8º** / /

Trabalho de Ciências – composição química dos seres vivos:

1. O que são glicídeos ou carboidratos? Cite exemplos:
2. Qual a importâncias dos glicídios para a célula?
3. Como são classificadas as vitaminas?
4. Quais os tipos de vitaminas e onde são encontradas cada uma delas?
5. Qual a importância das proteínas para o organismo?
6. O que são ácidos nucleicos? Quais os tipos e suas diferenças?
7. Qual a importância dos lipídios para o organismo?
8. Diferencie colesterol: LDL de HDL:
9. Os que são triglicerídeos?
10. Qual a importância da camada lipídica sobre as células?
11. Por que uma pessoa magra sente mais frio que as demais?
12. Por que os ursos não morrem de fome durante a hibernação? Qual a relação com a alimentação dele?
13. Por que é aconselhado a ingestão de peixes no cardápio?
14. Diferencie verduras de hortaliças e legumes:
15. Porque devemos ingerir uns 2 litros de água pura diariamente?
16. Cite alimentos ricos em (e sua importância para o organismo):
 - a. Cálcio
 - b. Ferro
 - c. Sódio
 - d. Potássio
 - e. Fósforo
17. O que é IMC? Como é calculado?
18. O que são calorias? Qual sua importância?
19. Quantos calorias devem ingerir:
 - a. Uma criança de 7 anos:
 - b. Um atleta:
 - c. Um estudante de 15 anos
 - d. Um bôia-fria:
 - e. Um pedreiro
20. Qual é o seu IMC? Você está com a massa ideal? Justifique: