

TRABALHO DE RECUPERAÇÃO PARALELA 1ª TRIMESTRE

QUESTÃO 01: Sabemos que temos a necessidade de termos uma alimentação saudável e balanceada. Porém, o ritmo de vida nas cidades nos impede de obtermos uma qualidade alimentar satisfatória. Então, sofreremos conseqüências, como distúrbios digestivos e câncer. Cite exemplos de alimentos e hábitos inadequados que favorecem o surgimento de doenças do sistema digestório.

QUESTÃO 02: Após a digestão das proteínas no sistema digestivo humano, os aminoácidos passam para a corrente sanguínea. É CORRETO afirmar que, no organismo, a absorção de aminoácidos ocorre no:

- a) estômago
- b) fígado
- c) intestino delgado
- d) intestino grosso

QUESTÃO 03: A digestão ocorre através da mistura dos alimentos, do movimento destes ao longo do tubo digestivo e da decomposição química de grandes moléculas de alimento para moléculas menores. Considerando-se que o processo químico se diferencia para cada tipo de alimento, é CORRETO afirmar que:

- a) no estômago inicia-se a digestão das proteínas, que se finaliza no intestino delgado pela atuação do suco pancreático e secreções biliares.
- b) o amido ingerido presente nos pães e nos legumes é decomposto por enzimas presentes na saliva, no suco gástrico e no intestino delgado.
- c) a parte não digerida, que são as fibras e restos celulares da mucosa do intestino, é conduzida ao cólon, mantendo-se lá até ser expelida.
- d) os ácidos biliares produzidos no fígado atuam diretamente sobre as gorduras permitindo a ação das enzimas gástricas, transformando-as em moléculas menores de ácidos graxos e colesterol.

QUESTÃO 04: Na praça de alimentação de um “Shopping Center”, um jovem casal resolveu lanchar. O rapaz comeu um sanduíche de carne bovina, ovo frito, bacon e queijo e tomou um refrigerante. A moça comeu um pedaço de pizza de rúcula e tomou suco natural.

Analise as afirmativas abaixo e assinale a alternativa que indica as corretas.

- I. O pão do sanduíche do rapaz começou a ser digerido quimicamente no estômago.
- II. O processo digestivo da refeição da moça teve início na boca, pois era rica em carboidratos.
- III. O rapaz necessitou de maiores quantidades de pepsina para concluir a sua digestão.
- IV. O intestino delgado não é o local que ocorre o final da digestão das proteínas, lipídios e carboidratos.

- a) I e III.
- b) I, III e IV.
- c) II e III.
- d) II, III e IV.

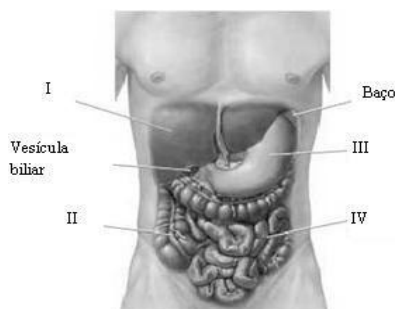
QUESTÃO 05: Parte da bile produzida pelo nosso organismo não é reabsorvida na digestão. Ela se liga às fibras vegetais ingeridas na alimentação e é eliminada pelas fezes. Recomenda-se uma dieta rica em fibras para pessoas com altos níveis de colesterol no sangue.

a) Onde a bile é produzida em nosso organismo?

b) Qual é a relação que existe entre a dieta rica em fibras e a diminuição dos níveis de colesterol no organismo? Justifique.

QUESTÃO 06: O **IMC** (Índice de Massa Corpórea) é reconhecido pela OMS como a principal referência para classificação das diferentes faixas de peso. Mas, atenção: não deve ser o único parâmetro para definir os riscos relacionados à obesidade. Outros fatores, como circunferência abdominal e taxa de colesterol, também são muito importantes. Procure orientação médica para saber a melhor forma de se manter no peso ideal. Para mantermos o IMC nas taxas normais e combatermos a obesidade como devemos nos alimentar? Construa uma dieta básica, com base nas seis refeições diárias para uma boa qualidade de vida.

QUESTÃO 07: Aparelho digestivo ou sistema digestório, como recomenda a nova nomenclatura, é composto de uma série de órgãos tubulares interligados, formando um único tubo que se estende desde a boca até o ânus. Alguns órgãos que compõem esse sistema estão evidenciados na figura abaixo. Considerando a figura e o assunto abordado, analise as alternativas abaixo e assinale a QUE REPRESENTA o órgão em que é produzida a enzima pepsina.



- a) II
- b) III
- c) IV
- d) I

QUESTÃO 08: Descreva o processo de digestão humano desde a ingestão do alimento até a eliminação das fezes.

QUESTÃO 09: Dê as funções estruturais e a composição de todos os grupos nutricionais.

QUESTÃO 10: Elabore um texto abordando os altos índices de obesidade infantil.
