

## UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS

Centro de Ciências Químicas, Farmacêuticas e de Alimentos

Programa de Pós-graduação em Bioquímica e Bioprospecção

Disciplina de Bioquímica e Bioprospecção na Escola

### ATIVIDADE

*Olá!*

*Hoje aprendemos com a Cá e a Ana um pouco sobre a importância dos nutrientes presentes nos alimentos.*

*Será que você saberia me falar um pouco sobre este assunto?*

*Quem sabe você responde a cruzadinha a seguir?*

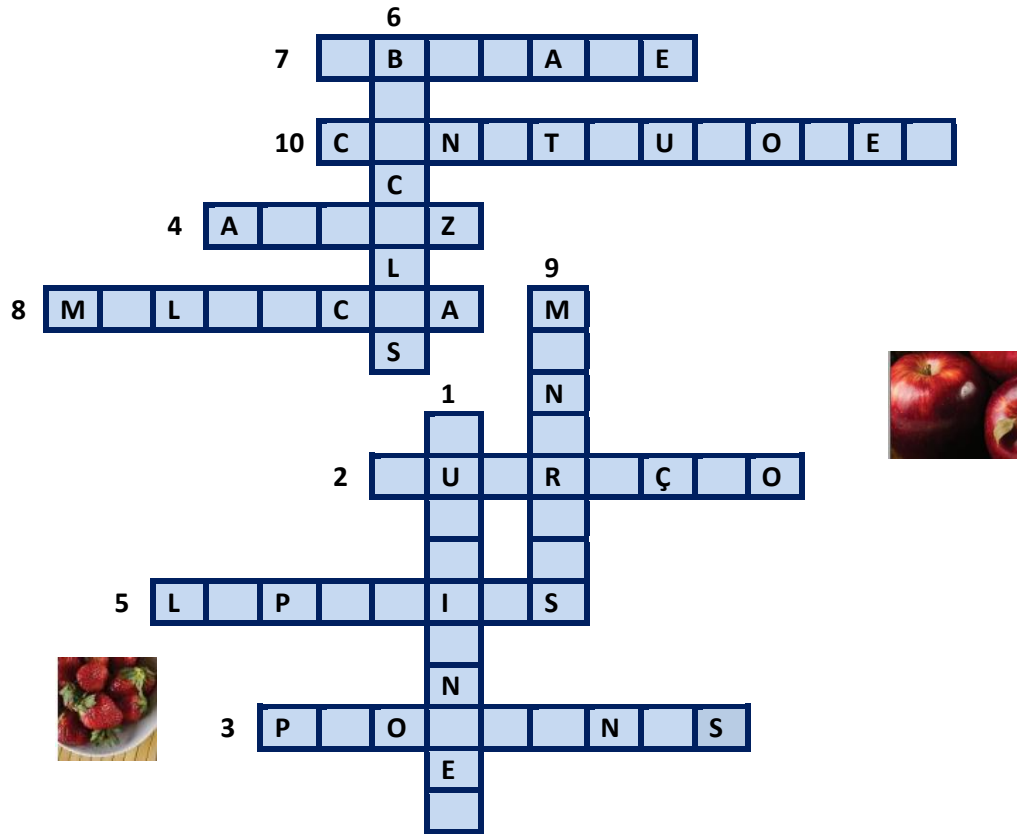
### CRUZADINHA DO CONHECIMENTO

**Encontre as palavras que completam as lacunas e preencha a cruzadinha**

1. A alimentação é saudável quando se consome alimentos que fornecem \_\_\_\_\_ capazes de manter uma nutrição adequada.
2. Para que haja \_\_\_\_\_ é necessário comer alimentos saudáveis, e que o nosso organismo aproveite os nutrientes que neles estejam presentes.
3. As \_\_\_\_\_ são responsáveis pela construção, crescimento e a reparação de tecidos do corpo humano.
4. O \_\_\_\_\_ é um alimento fonte de carboidrato.
5. Os \_\_\_\_\_ são nutrientes que funcionam como pequenos pacotes de energia para o nosso organismo.
6. O \_\_\_\_\_ é um alimento vegetal fonte de vitaminas e minerais.
7. O \_\_\_\_\_ é uma fruta fonte de lipídios.
8. A \_\_\_\_\_ é um alimento que contém bastante água.

9. Os \_\_\_\_\_ atuam na regulação da utilização de nutrientes em nosso organismo.

10. As proteínas são reconhecidas como alimentos \_\_\_\_\_ na nossa alimentação.



Gabarito:

Gabarito: 1. Nutrientes/2. Nutrição/3. Proteínas/4. Arroz/5. Lipídios/6. Bactérias/7. Bactérias/8. Melancia/9. Minerais/10. Construtores.