ESCOLA \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_DATA:\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

PROF:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_TURMA:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_NOME:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**A utilização dos nutrientes e o papel das vitaminas**

1. Como os nutrientes chegam ao nosso organismo?

R.

1. Após serem distribuídos a todas as células, como são utilizados?

R.

1. Em que função especialmente é importante o papel das vitaminas?

R.

1. O que são as vitaminas?

R.

1. Como podemos assegurar a ingestão diária de vitaminas?

R.

1. Como as vitaminas estão divididas?

R.

1. Por que é necessário cuidado com o excesso de vitaminas lipossolúveis?

R.