

ESCOLA: _____ DATA: ____ / ____ / ____

PROF: _____ TURMA: _____

NOME: _____

Leia com atenção o texto. Em seguida, responda às questões interpretativas propostas:

Chocolate engorda?

Depende da quantidade. Geila Felipe, nutricionista da Fiocruz e do Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição da região Sudeste, diz que as pessoas tendem a superestimar as calorias do chocolate. Um tablete pequeno de 20 gramas de chocolate ao leite, por exemplo, tem aproximadamente 110 quilocalorias (Kcal).

Agora, se você é daqueles que devoram facilmente uma barra grande de 100 gramas ou uma caixa inteira de bombons, é bom tomar cuidado. Uma pessoa adulta precisa em média entre 2.000 e 2.500 Kcal. Se você ultrapassar suas necessidades diárias, vai engordar.

O mesmo vale para quem quer emagrecer. Geila defende que, se a pessoa gosta muito de chocolate, não haverá problema em incluí-lo na dieta, desde que seja só um pedacinho. E não adianta recorrer aos do tipo *diet*. Eles são para quem tem diabetes. Por isso, apesar de não conterem açúcar, podem ser até mais calóricos do que os outros, por causa da maior quantidade de gordura.

Os nutricionistas recomendam para uma pessoa saudável o máximo de 30 a 50 gramas de chocolate por dia.

Maria Ramos. Disponível em: <<http://www.invivo.fiocruz.br/cgi/cgilua.exe/sys/start.htm?infoid=871&sid=8>>.

(Com adaptação).

Questão 1 – O texto sobre o chocolate foi construído com base:

- () em um livro de referência.
- () em uma experiência pessoal.
- () em uma entrevista com uma profissional.

Questão 2 – O segmento “Um tablete pequeno de 20 gramas de chocolate ao leite [...] tem aproximadamente 110 quilocalorias (Kcal).” é:

- () uma narração.
- () uma descrição.
- () uma argumentação.

Questão 3 – Em “Agora, se você é daqueles que devoram facilmente uma barra grande de 100 gramas ou uma caixa inteira de bombons, é bom tomar cuidado.”, o texto:

- () faz um alerta.
- () dá uma ordem.
- () expõe um desejo.

Questão 4 – Na passagem “Se você ultrapassar suas necessidades diárias, vai engordar.”, a locução sublinhada equivale ao verbo:

- () “engorda”.
- () “engordará”.
- () “engordaria”.

Questão 5 – No fragmento “O mesmo vale para quem quer emagrecer.”, a parte grifada:

- () retoma uma informação.
- () anuncia uma informação.
- () complementa uma informação.

Questão 6 – Releia:

“Geila defende que, se a pessoa gosta muito de chocolate, não haverá problema em incluí-lo na dieta, desde que seja só um pedacinho.”

O trecho destacado expressa:

- () uma condição.
- () uma finalidade.
- () uma consequência.

Questão 7 – Segundo o texto, os chocolates do tipo *diet* só devem ser consumidos por pessoas que têm diabetes. Por quê?

Questão 8 – Na frase “Os nutricionistas recomendam para uma pessoa saudável o máximo de 30 a 50 gramas de chocolate por dia.”, a expressão grifada indica:

- () lugar.
- () modo.
- () tempo.