

ESCOLA: _____ DATA: ____ / ____ / ____

PROF: _____ TURMA: _____

NOME: _____

Leia:

Banana: a fruta que é a cara do Brasil

De tão abundante, ela se tornou uma marca do país e referência da cultura brasileira

Essa fruta tão democrática, prática e cheia de nutrientes é muito popular no Brasil e altamente consumida pela população. Ela é rica em carboidratos e potássio. Contém vitamina A, C, as do complexo B, cálcio, ferro, fósforo, zinco e sódio, como destaca o livro do Ministério da Saúde “Na cozinha com as frutas, legumes e verduras”.

As frutas, incluindo a banana, são alimentos com papel fundamental na promoção e manutenção da saúde. Melhor ainda: elas são exemplos de alimentos in natura e devem fazer parte da nossa rotina alimentar. Suas características nutricionais beneficiam o funcionamento intestinal, devido ao teor de fibras, e o equilíbrio das funções vitais do corpo, além de auxiliar na prevenção de doenças crônicas.

E por falar em saúde, a banana é uma fonte de energia! Seus carboidratos são absorvidos rapidamente pelo organismo. Ela também é a queridinha dos atletas, já que o potássio ajuda a evitar a fadiga e a cãibra muscular, enquanto as vitaminas do complexo B são responsáveis pela renovação celular e dos músculos. A fruta também é ótima para crianças e para quem sofre de distúrbios digestivos, por auxiliar no tratamento de diarreia.

Não à toa, ela é considerada por muitos a fruta perfeita: amadurece aos poucos, fora do pé, facilitando a colheita. É de fácil transporte, tem bom aproveitamento e pode ser encontrada durante o ano inteiro. Mas apesar dessa enorme disponibilidade em terras brasileiras, a banana tem seu período de safra em janeiro, fevereiro, março, junho e outubro. [...]

[...] Banana-da-terra, banana-maçã, banana-nanica, banana-prata, banana-ouro... Não importa qual seja o tipo, essa fruta amarela de formato alongado é sucesso absoluto na cozinha, seja comendo a fruta em seu modo natural ou em receitas doces ou salgadas. [...]

“Ministério da Saúde”. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-alimentar-melhor/noticias/2022/sim-nos-temos-banana-a-fruta-que-e-a-cara-do-brasil>>. (Com corte e adaptação).

Questão 1 – Em “De tão abundante, ela se tornou uma marca do país e referência da cultura brasileira”, o texto refere-se:

à banana.

Questão 2 – O trecho “Ela é rica em carboidratos e potássio.” é:

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

Questão 3 – Observe:

“As frutas, incluindo a banana, são alimentos com papel fundamental na promoção e manutenção da saúde.”

Nesse fragmento, o vocábulo destacado indica:

- (**x**) a soma de fatos.
- () a conclusão de um fato.
- () a comparação entre fatos.

Questão 4 – Na frase “Seus carboidratos são absorvidos rapidamente pelo organismo.”, o termo sublinhado exprime:

- () lugar.
- (**x**) modo.
- () intensidade.

Questão 5 – No segmento “Ela também é a queridinha dos atletas, já que o potássio ajuda a evitar a fadiga e a cãibra muscular [...]”, a expressão grifada introduz:

- (**x**) causas.
- () finalidades.
- () conseqüências.

Questão 6 – Na passagem “[...] são responsáveis pela renovação celular e dos músculos.”, o texto revela funções:

- () dos carboidratos.
- () das vitaminas A e C.
- (**x**) das vitaminas do complexo B.

Questão 7 – Segundo o texto, a colheita da banana é facilitada porque ela:

- () “é de fácil transporte”.
- (**x**) “amadurece aos poucos, fora do pé”.
- () “pode ser encontrada durante o ano inteiro”.