

ESCOLA: _____ DATA: ____ / ____ / ____

PROF: _____ TURMA: _____

NOME: _____

Leia:

Cenoura

Pertencente ao grupo das raízes, a cenoura é fonte de um antioxidante chamado betacaroteno. Essa substância exerce um importante papel protetor das células diante da ação dos radicais livres que, quando em excesso, podem provocar um efeito tóxico no organismo, provocando o surgimento de diversos problemas de saúde. O betacaroteno, além de proteger o corpo, é o responsável por essa cor alaranjada tão característica da cenoura.

Falando um pouco mais sobre as características nutricionais, essa raiz tão saborosa é uma excelente fonte de vitamina A, além de ser rica em vitaminas do complexo B, vitamina C, fósforo, cálcio, potássio e sódio. Contribui para o bom funcionamento da visão, da pele, das mucosas e dos cabelos. Ajuda na formação dos ossos e dos dentes. Auxilia na regulação do sistema nervoso e do aparelho digestivo, como explica o livro “Na cozinha com as frutas, legumes e verduras”, produzido pelo Ministério da Saúde.

Cultivada em todo o Brasil, a cenoura está entre as dez hortaliças mais plantadas no país. E quando chega a hora de comer é que ela se mostra versátil, podendo ser consumida de várias maneiras: em saladas, bolos, pães, sucos, purê, suflê, farofa, sopas ou ainda cozida, grelhada, salteada e até mesmo crua. A cenoura pode, ainda, ser apresentada de diferentes formas: ralada, em rodela, tiras ou cubos.

[...]

“Ministério da Saúde”. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-queiro-me-alimentar-melhor/noticias/2022/caminhos-da-comida-de-verdade-da-terra-a-mesa-a-cenoura-surpreende>>.

(Com corte e adaptação).

Questão 1 – Releia:

“Essa substância exerce um importante papel protetor das células diante da ação dos radicais livres que, quando em excesso, podem provocar um efeito tóxico no organismo [...]”

Nessa passagem, o texto refere-se a uma substância presente na cenoura. Qual?

O texto refere-se ao betacaroteno.

Questão 2 – Em “O betacaroteno, além de proteger o corpo, é o responsável por essa cor alaranjada tão característica da cenoura.”, o fato destacado:

- () conclui outro.
- () opõe-se a outro.
- (**x**) soma-se a outro.

Questão 3 – Observe:

“[...] essa raiz tão saborosa é uma excelente fonte de vitamina A, além de ser rica em vitaminas do complexo B, vitamina C, fósforo, cálcio, potássio e sódio.”

Nesse segmento do texto, há um adjetivo que exprime uma opinião. Identifique-o:

- (**x**) “saborosa”.
- () “excelente”.
- () “rica”.

Questão 4 – O fragmento “Ajuda na formação dos ossos e dos dentes.” é:

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

Questão 5 – Na parte “Auxilia na regulação do sistema nervoso e do aparelho digestivo, como explica o livro [...]”, o vocábulo “como” assinala:

- () uma causa.
- () uma comparação.
- (**x**) uma conformidade.

Questão 6 – No trecho “Cultivada em todo o Brasil, a cenoura está entre as dez hortaliças mais plantadas no país.”, a expressão sublinhada indica:

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

Questão 7 – De acordo com o texto, a cenoura é “versátil” na hora de comer. Por quê?

Porque ela pode ser consumida de diversas maneiras: pratos, formas de preparado e apresentações variadas.