

ESCOLA: \_\_\_\_\_ DATA: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

PROF: \_\_\_\_\_ TURMA: \_\_\_\_\_

NOME: \_\_\_\_\_

**Leia:**

### **As frutas mais poderosas para salvar seu sono à noite**

Entre as muitas estratégias para dormir melhor, como meditação e controle de telas à noite, a alimentação aparece como um fator decisivo que costuma ser subestimado. Alguns alimentos, especialmente determinadas frutas, fornecem nutrientes que participam diretamente da regulação do sono, como melatonina, serotonina, magnésio e vitaminas do complexo B. Inserir essas opções na rotina noturna pode favorecer um descanso mais contínuo e restaurador, sem depender de medidas extremas, desde que o consumo seja feito em porções leves e dentro de um padrão alimentar equilibrado.

Disponível em: <<https://catracalivre.com.br/saude-bem-estar>>. (Fragmento).

**Questão 1** – Grife o verbo transitivo indireto na frase:

“Entre as muitas estratégias para dormir melhor, como meditação e controle de telas à noite, a alimentação aparece como um fator decisivo que costuma ser subestimado.”

**Questão 2** – O verbo grifado anteriormente é transitivo indireto, pois exigiu complemento com preposição. Qual preposição?

“como”.

**Questão 3** – Releia:

“Alguns alimentos [...] fornecem nutrientes que participam diretamente da regulação do sono [...]”

Nesse trecho, há um verbo transitivo indireto. Identifique-o:

“participam”.

**Questão 4** – A que pessoa gramatical se refere o verbo transitivo indireto identificado acima?

Ele refere-se à 3ª pessoa do plural.

**Questão 5** – Observe:

“[...] pode favorecer um descanso mais contínuo e restaurador, sem depender de medidas extremas [...]”

Informe o complemento (objeto indireto) do verbo transitivo indireto usado nessa passagem:

“de medidas extremas”.