

• TESTE EXPRESS Unidade 1 Nutrientes	1
• TESTE EXPRESS Unidade 1 Cuidados com a alimentação	3
• TESTE EXPRESS Unidade 2	5
• TESTE EXPRESS Unidade 3	7
• TESTE EXPRESS Unidade 4	9
• TESTE EXPRESS Unidade 5	11
• TESTE EXPRESS Unidade 6	13
• TESTE EXPRESS Unidade 7 Constituição do sistema circulatório	15
• TESTE EXPRESS Unidade 7 Circulação sanguínea	17
• TESTE EXPRESS Unidade 8	19
• TESTE EXPRESS Unidade 9	21
• TESTE EXPRESS Unidade 10	23
• TESTE EXPRESS Unidade 11	25
• TESTE EXPRESS Unidade 12	27
• TESTE EXPRESS Unidade 13	29
• TESTE EXPRESS Unidade 14	31
• TESTE EXPRESS Unidade 15	33
• TESTE EXPRESS Unidade 16	35
• TESTE EXPRESS Unidade 17	37
• TESTE EXPRESS Unidade 18	39

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 1 Nutrientes

Completa as frases com os termos adequados.

1. Os alimentos são formados por _____.
2. Os glúcidos e os _____ fornecem energia para todas as funções do organismo.
3. A carência de _____ causa atrasos de crescimento, dificuldades de aprendizagem e pouca resistência às doenças.
4. A falta de vitamina D causa _____, uma doença que afeta os ossos.
5. A prisão de ventre é devida a uma alimentação pobre em _____.
6. Uma criança tem uma maior necessidade de nutrientes com função _____ do que um adulto.
7. Uma ementa diária equilibrada deve ser variada e seguir as orientações da _____.
8. Na ementa de um desportista, antes da realização de atividade física, não podem faltar alimentos ricos em _____.
9. O consumo de álcool antes dos 17 anos pode causar danos graves no fígado e no _____.
10. Para evitar hipertensão arterial, o _____ deve ser substituído por ervas aromáticas.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____ Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 1 Nutrientes

Completa as frases com os termos adequados.

1. Os alimentos são formados por _____.
2. Os glúcidos e os _____ fornecem energia para todas as funções do organismo.
3. A carência de _____ causa atrasos de crescimento, dificuldades de aprendizagem e pouca resistência às doenças.
4. A falta de vitamina D causa _____, uma doença que afeta os ossos.
5. A prisão de ventre é devida a uma alimentação pobre em _____.
6. Uma criança tem uma maior necessidade de nutrientes com função _____ do que um adulto.
7. Uma ementa diária equilibrada deve ser variada e seguir as orientações da _____.
8. Na ementa de um desportista, antes da realização de atividade física, não podem faltar alimentos ricos em _____.
9. O consumo de álcool antes dos 17 anos pode causar danos graves no fígado e no _____.
10. Para evitar hipertensão arterial, o _____ deve ser substituído por ervas aromáticas.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____ Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 1 Nutrientes

1. Os alimentos são formados por **NUTRIENTES**.
2. Os glúcidos e os **LÍPIDOS** fornecem energia para todas as funções do organismo.
3. A carência de **PROTEÍNAS** causa atrasos de crescimento, dificuldades de aprendizagem e pouca resistência às doenças.
4. A falta de vitamina D causa **RAQUITISMO**, uma doença que afeta os ossos.
5. A prisão de ventre é devida a uma alimentação pobre em **FIBRAS**.
6. Uma criança tem uma maior necessidade de nutrientes com função **PLÁSTICA** do que um adulto.
7. Uma ementa diária equilibrada deve ser variada e seguir as orientações da **PIRÂMIDE DA ALIMENTAÇÃO MEDITERRÂNICA/RODA DA ALIMENTAÇÃO MEDITERRÂNICA**.
8. Na ementa de um desportista, antes da realização de atividade física, não podem faltar alimentos ricos em **GLÚCIDOS**.
9. O consumo de álcool antes dos 17 anos pode causar danos graves no fígado e no **CÉREBRO**.
10. Para evitar hipertensão arterial, o **SAL** deve ser substituído por ervas aromáticas.

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 1 Cuidados com a alimentação

Selecione em cada frase a opção correta.

1. A publicidade **exerce/não exerce** influência nos hábitos alimentares das crianças.
2. Os rótulos dos alimentos **devem/não devem** apresentar o nome ou firma do fabricante ou importador.
3. Os aditivos alimentares que evitam alterações provocadas pelo contacto com o oxigénio do ar são os **conservantes/antioxidantes**.
4. Uma das desvantagens do uso de aditivos alimentares é **impedir o desenvolvimento de microrganismos/poderem causar alergias**.
5. O desenvolvimento da ciência e da tecnologia **permite/não permite** produzir alimentos e bebidas de uma forma mais segura e eficiente.
6. Os alimentos frescos devem ser lavados em **água com sal/água corrente** antes de serem ingeridos ou cozinhados.
7. No processamento alimentar, os intervenientes **têm/não têm** a obrigação de assegurar as condições de conservação e higiene.
8. Um alimento *light* apresenta uma redução **inferior/superior** a 25 % de um dos seus componentes ou do seu valor calórico original.
9. Os novos alimentos podem apresentar riscos como, por exemplo, **causar/não causar** obesidade.
10. A utilização de probióticos em grandes quantidades **não é útil/é útil** para o bom funcionamento da flora intestinal.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

 1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 1 Cuidados com a alimentação

Selecione em cada frase a opção correta.

1. A publicidade **exerce/não exerce** influência nos hábitos alimentares das crianças.
2. Os rótulos dos alimentos **devem/não devem** apresentar o nome ou firma do fabricante ou importador.
3. Os aditivos alimentares que evitam alterações provocadas pelo contacto com o oxigénio do ar são os **conservantes/antioxidantes**.
4. Uma das desvantagens do uso de aditivos alimentares é **impedir o desenvolvimento de microrganismos/poderem causar alergias**.
5. O desenvolvimento da ciência e da tecnologia **permite/não permite** produzir alimentos e bebidas de uma forma mais segura e eficiente.
6. Os alimentos frescos devem ser lavados em **água com sal/água corrente** antes de serem ingeridos ou cozinhados.
7. No processamento alimentar, os intervenientes **têm/não têm** a obrigação de assegurar as condições de conservação e higiene.
8. Um alimento *light* apresenta uma redução **inferior/superior** a 25 % de um dos seus componentes ou do seu valor calórico original.
9. Os novos alimentos podem apresentar riscos como, por exemplo, **causar/não causar** obesidade.
10. A utilização de probióticos em grandes quantidades **não é útil/é útil** para o bom funcionamento da flora intestinal.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

 1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 1 Cuidados com a alimentação

1. A publicidade **EXERCE** influência nos hábitos alimentares das crianças.
2. Os rótulos dos alimentos **DEVEM** apresentar o nome ou firma do fabricante ou importador.
3. Os aditivos alimentares que evitam alterações provocadas pelo contacto com o oxigénio do ar são os **ANTIOXIDANTES**.
4. Uma das desvantagens do uso de aditivos alimentares é **PODEREM CAUSAR ALERGIAS**.
5. O desenvolvimento da ciência e da tecnologia **PERMITE** produzir alimentos e bebidas de uma forma mais segura e eficiente.
6. Os alimentos frescos devem ser lavados em **ÁGUA CORRENTE** antes de serem ingeridos ou cozinhados.
7. No processamento alimentar, os intervenientes **TÊM** a obrigação de assegurar as condições de conservação e higiene.
8. Um alimento *light* apresenta uma redução **SUPERIOR** a 25 % de um dos seus componentes ou do seu valor calórico original.
9. Os novos alimentos podem apresentar riscos como, por exemplo, **CAUSAR** obesidade.
10. A utilização de probióticos em grandes quantidades **NÃO É ÚTIL** para o bom funcionamento da flora intestinal.

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 2

Selecione a opção que completa corretamente cada uma das questões.

- O sistema digestivo é constituído por órgãos que têm como função...
☐ ... recolher os alimentos. ☐ ... transformar os alimentos.
☐ ... ingerir os alimentos.
- O sistema digestivo é formado por tubo digestivo e...
☐ ... ânus. ☐ ... órgãos excretores. ☐ ... órgãos anexos.
- O órgão que produz a bílis é...
☐ ... o pâncreas. ☐ ... o fígado. ☐ ... o estômago.
- A função dos dentes pré-molares é...
☐ ... amassar os alimentos. ☐ ... rasgar os alimentos.
☐ ... triturar os alimentos.
- O bolo alimentar forma-se...
☐ ... no estômago. ☐ ... no esófago. ☐ ... na boca.
- O órgão comum às vias digestivas e respiratórias é...
☐ ... a laringe. ☐ ... o esófago. ☐ ... a faringe.
- A digestão no estômago está completa com a formação do...
☐ ... bolo alimentar. ☐ ... quimo. ☐ ... suco entérico.
- A absorção digestiva faz-se através...
☐ ... das vilosidades intestinais. ☐ ... do intestino grosso.
☐ ... do duodeno.
- A absorção da maior parte da água e dos sais minerais faz-se no...
☐ ... intestino delgado. ☐ ... intestino grosso. ☐ ... estômago.
- Um dos cuidados a ter com o sistema digestivo é comer...
☐ ... só quando temos fome. ☐ ... depressa. ☐ ... moderadamente.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 2

Selecione a opção que completa corretamente cada uma das questões.

- O sistema digestivo é constituído por órgãos que têm como função...
☐ ... recolher os alimentos. ☐ ... transformar os alimentos.
☐ ... ingerir os alimentos.
- O sistema digestivo é formado por tubo digestivo e...
☐ ... ânus. ☐ ... órgãos excretores. ☐ ... órgãos anexos.
- O órgão que produz a bílis é...
☐ ... o pâncreas. ☐ ... o fígado. ☐ ... o estômago.
- A função dos dentes pré-molares é...
☐ ... amassar os alimentos. ☐ ... rasgar os alimentos.
☐ ... triturar os alimentos.
- O bolo alimentar forma-se...
☐ ... no estômago. ☐ ... no esófago. ☐ ... na boca.
- O órgão comum às vias digestivas e respiratórias é...
☐ ... a laringe. ☐ ... o esófago. ☐ ... a faringe.
- A digestão no estômago está completa com a formação do...
☐ ... bolo alimentar. ☐ ... quimo. ☐ ... suco entérico.
- A absorção digestiva faz-se através...
☐ ... das vilosidades intestinais. ☐ ... do intestino grosso.
☐ ... do duodeno.
- A absorção da maior parte da água e dos sais minerais faz-se no...
☐ ... intestino delgado. ☐ ... intestino grosso. ☐ ... estômago.
- Um dos cuidados a ter com o sistema digestivo é comer...
☐ ... só quando temos fome. ☐ ... depressa. ☐ ... moderadamente.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 2

1. O sistema digestivo é constituído por órgãos que têm como função **TRANSFORMAR OS ALIMENTOS**.
2. O sistema digestivo é formado por tubo digestivo e **ÓRGÃOS ANEXOS**.
3. O órgão que produz a bÍlis é **O FÍGADO**.
4. A função dos dentes pré-molares é **AMASSAR OS ALIMENTOS**.
5. O bolo alimentar forma-se **NA BOCA**.
6. O órgão comum às vias digestivas e respiratórias é **A FARINGE**.
7. A digestão no estômago está completa com a formação do **QUIMO**.
8. A absorção digestiva faz-se através **DAS VILOSIDADES INTESTINAIS**.
9. A absorção da maior parte da água e dos sais minerais faz-se através **INTESTINO GROSSO**.
10. Um dos cuidados a ter com o sistema digestivo é comer **MODERADAMENTE**.

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 3

Completa as frases com os termos adequados.

1. O esfôgado das aves apresenta uma dilatação chamada _____.
2. As aves granívoras possuem um estômago composto formado por moela e _____.
3. A moela _____ os alimentos com a ajuda dos grãos de areia.
4. Os animais que ingerem uma grande quantidade de vegetais sem os mastigar e que, mais tarde, os fazem voltar à boca para serem mastigados, ensalivados e novamente engolidos são chamados de _____.
5. Os ruminantes têm um estômago _____.
6. O compartimento do estômago dos ruminantes onde se dão as transformações químicas tem o nome de _____.
7. O intestino delgado dos animais herbívoros ruminantes é _____ longo do que o dos animais omnívoros.
8. Uma ave granívora não tem dentes mas tem _____ adaptado ao seu regime alimentar.
9. Um herbívoro ruminante não tem dentes _____.
10. O tubo digestivo de um animal omnívoro está adaptado para digerir e absorver _____ tipos de alimentos.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____ Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 3

Completa as frases com os termos adequados.

1. O esfôgado das aves apresenta uma dilatação chamada _____.
2. As aves granívoras possuem um estômago composto formado por moela e _____.
3. A moela _____ os alimentos com a ajuda dos grãos de areia.
4. Os animais que ingerem uma grande quantidade de vegetais sem os mastigar e que, mais tarde, os fazem voltar à boca para serem mastigados, ensalivados e novamente engolidos são chamados de _____.
5. Os ruminantes têm um estômago _____.
6. O compartimento do estômago dos ruminantes onde se dão as transformações químicas tem o nome de _____.
7. O intestino delgado dos animais herbívoros ruminantes é _____ longo do que o dos animais omnívoros.
8. Uma ave granívora não tem dentes mas tem _____ adaptado ao seu regime alimentar.
9. Um herbívoro ruminante não tem dentes _____.
10. O tubo digestivo de um animal omnívoro está adaptado para digerir e absorver _____ tipos de alimentos.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____ Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 3

1. O esófago das aves apresenta uma dilatação chamada **PAPO**.
2. As aves granívoras possuem um estômago composto formado por moela e **PROVENTRÍCULO**.
3. A moela **TRITURA** os alimentos com a ajuda dos grãos de areia.
4. Os animais que ingerem uma grande quantidade de vegetais sem os mastigar e que, mais tarde, os fazem voltar à boca para serem mastigados, ensalivados e novamente engolidos são chamados de **RUMINANTES**.
5. Os ruminantes têm um estômago **COMPOSTO**.
6. O compartimento do estômago dos ruminantes onde se dão as transformações químicas tem o nome de **COALHEIRA**.
7. O intestino delgado dos animais herbívoros ruminantes é **MAIS** longo do que o dos animais omnívoros.
8. Uma ave granívora não tem dentes mas tem **BICO** adaptado ao seu regime alimentar.
9. Um herbívoro ruminante não tem dentes **CANINOS**.
10. O tubo digestivo de um animal omnívoro está adaptado para digerir e absorver **DIFERENTES** tipos de alimentos.

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 4

Risca em cada frase a opção incorreta.

1. Os **pulmões/movimentos respiratórios** permitem que o ar entre e saia do organismo.
2. Durante a prática de exercício físico, os movimentos respiratórios ficam **menos/mais** acelerados.
3. A troca de gases entre o ar e o sangue que ocorre nos pulmões tem o nome de **respiração externa/respiração celular**.
4. Ao conjunto de reações e de trocas gasosas que ocorrem nas células dá-se o nome de **respiração externa/respiração celular**.
5. O ar expirado é **mais/menos** rico em dióxido de carbono e vapor de água do que o ar inspirado.
6. Geralmente, a temperatura do ar expirado é **mais/menos** elevada do que a do ar inspirado.
7. O dióxido de carbono presente no ar expirado pode ser identificado usando **sulfato de cobre anidro/água de cal**.
8. Na respiração celular, o **dióxido de carbono/oxigénio** é utilizado para libertar a energia dos nutrientes.
9. O **dióxido de carbono/oxigénio** é transportado pelo sangue até às células.
10. Nas células, o **dióxido de carbono/oxigénio** passa para o sangue, que o transporta até aos pulmões.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 4

Risca em cada frase a opção incorreta.

1. Os **pulmões/movimentos respiratórios** permitem que o ar entre e saia do organismo.
2. Durante a prática de exercício físico, os movimentos respiratórios ficam **menos/mais** acelerados.
3. A troca de gases entre o ar e o sangue que ocorre nos pulmões tem o nome de **respiração externa/respiração celular**.
4. Ao conjunto de reações e de trocas gasosas que ocorrem nas células dá-se o nome de **respiração externa/respiração celular**.
5. O ar expirado é **mais/menos** rico em dióxido de carbono e vapor de água do que o ar inspirado.
6. Geralmente, a temperatura do ar expirado é **mais/menos** elevada do que a do ar inspirado.
7. O dióxido de carbono presente no ar expirado pode ser identificado usando **sulfato de cobre anidro/água de cal**.
8. Na respiração celular, o **dióxido de carbono/oxigénio** é utilizado para libertar a energia dos nutrientes.
9. O **dióxido de carbono/oxigénio** é transportado pelo sangue até às células.
10. Nas células, o **dióxido de carbono/oxigénio** passa para o sangue, que o transporta até aos pulmões.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 4

1. Os **MOVIMENTOS RESPIRATÓRIOS** permitem que o ar entre e saia do organismo.
2. Durante a prática de exercício físico, os movimentos respiratórios ficam **MAIS** acelerados.
3. A troca de gases entre o ar atmosférico e o sangue que ocorre nos pulmões tem o nome de **RESPIRAÇÃO EXTERNA**.
4. Ao conjunto de reações e de trocas gasosas que ocorrem nas células dá-se o nome de **RESPIRAÇÃO CELULAR**.
5. O ar expirado é **MAIS** rico em dióxido de carbono e vapor de água do que o ar inspirado.
6. Geralmente, a temperatura do ar expirado é **MAIS** elevada do que a do ar inspirado.
7. O dióxido de carbono presente no ar expirado pode ser identificado usando **ÁGUA DE CAL**.
8. Na respiração celular, o **OXIGÉNIO** é utilizado para libertar a energia dos nutrientes.
9. O **OXIGÉNIO** é transportado pelo sangue até às células.
10. Nas células, o **DIÓXIDO DE CARBONO** passa para o sangue, que o transporta até aos pulmões.

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 5

Selecione a opção que completa corretamente cada uma das questões.

1. As trocas gasosas que se realizam nas superfícies respiratórias têm o nome de...
☐ ... respiração. ☐ ... hematose. ☐ ... absorção.
2. Os sistemas respiratórios dos animais estão adaptados...
☐ ... à sua alimentação. ☐ ... ao ar atmosférico. ☐ ... ao meio onde vivem.
3. Nos mamíferos e nas aves, as trocas gasosas realizam-se através...
☐ ... de pulmões. ☐ ... das brânquias. ☐ ... da pele.
4. Os anfíbios, nos primeiros tempos de vida, respiram por...
☐ ... brânquias e pele. ☐ ... brânquias e pulmões. ☐ ... pulmões e pele.
5. A rã no estado adulto, realiza hematose...
☐ ... pulmonar. ☐ ... branquial e pulmonar. ☐ ... pulmonar e cutânea.
6. Os crustáceos, como o camarão e o caranguejo, respiram por...
☐ ... brânquias e pele. ☐ ... brânquias. ☐ ... pulmões e pele.
7. Nos peixes, as trocas gasosas são realizadas diretamente com...
☐ ... o ar atmosférico. ☐ ... a água e o ar atmosférico. ☐ ... a água.
8. Nos peixes, a água com o dióxido de carbono sai...
☐ ... pela boca. ☐ ... pela fenda opercular. ☐ ... pelos opérculos.
9. Para facilitar as trocas gasosas, as aves têm ligados aos pulmões...
☐ ... sacos aéreos. ☐ ... traqueias. ☐ ... espiráculos.
10. O gafanhoto e a abelha respiram através...
☐ ... da pele. ☐ ... das brânquias. ☐ ... de traqueias.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 5

Selecione a opção que completa corretamente cada uma das questões.

1. As trocas gasosas que se realizam nas superfícies respiratórias têm o nome de...
☐ ... respiração. ☐ ... hematose. ☐ ... absorção.
2. Os sistemas respiratórios dos animais estão adaptados...
☐ ... à sua alimentação. ☐ ... ao ar atmosférico. ☐ ... ao meio onde vivem.
3. Nos mamíferos e nas aves, as trocas gasosas realizam-se através...
☐ ... de pulmões. ☐ ... das brânquias. ☐ ... da pele.
4. Os anfíbios, nos primeiros tempos de vida, respiram por...
☐ ... brânquias e pele. ☐ ... brânquias e pulmões. ☐ ... pulmões e pele.
5. A rã no estado adulto, realiza hematose...
☐ ... pulmonar. ☐ ... branquial e pulmonar. ☐ ... pulmonar e cutânea.
6. Os crustáceos, como o camarão e o caranguejo, respiram por...
☐ ... brânquias e pele. ☐ ... brânquias. ☐ ... pulmões e pele.
7. Nos peixes, as trocas gasosas são realizadas diretamente com...
☐ ... o ar atmosférico. ☐ ... a água e o ar atmosférico. ☐ ... a água.
8. Nos peixes, a água com o dióxido de carbono sai...
☐ ... pela boca. ☐ ... pela fenda opercular. ☐ ... pelos opérculos.
9. Para facilitar as trocas gasosas, as aves têm ligados aos pulmões...
☐ ... sacos aéreos. ☐ ... traqueias. ☐ ... espiráculos.
10. O gafanhoto e a abelha respiram através...
☐ ... da pele. ☐ ... das brânquias. ☐ ... de traqueias.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 5

1. As trocas gasosas que se realizam nas superfícies respiratórias têm o nome de **HEMATOSE**.
2. Os sistemas respiratórios dos animais estão adaptados **AO MEIO ONDE VIVEM**.
3. Nos mamíferos e nas aves, as trocas gasosas realizam-se através **DE PULMÕES**.
4. Os anfíbios, nos primeiros tempos de vida, respiram por **BRÂNQUIAS E PELE**.
5. A rã no estado adulto, realiza hematose **PULMONAR E CUTÂNEA**.
6. Os crustáceos, como o camarão e o caranguejo, respiram por **BRÂNQUIAS**.
7. Nos peixes, as trocas gasosas são realizadas diretamente com **A ÁGUA**.
8. Nos peixes, a água com o dióxido de carbono sai **PELA FENDA OPERCULAR**.
9. Para facilitar as trocas gasosas, as aves têm ligados aos pulmões **SACOS AÉREOS**.
10. O gafanhoto e a abelha respiram através **DE TRAQUEIAS**.

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 6

Completa as frases com os termos adequados.

1. O sistema respiratório humano está organizado em duas partes: _____ e _____.
2. O pulmão direito é _____ do que o pulmão esquerdo.
3. Os alvéolos pulmonares estão situados na terminação dos _____.
4. A _____ é o processo de entrada e saída do ar que permite a renovação do ar nos pulmões.
5. Na inspiração, o volume da caixa torácica _____.
6. Na expiração, a pressão no interior dos pulmões é _____ do que a pressão atmosférica.
7. Os alvéolos pulmonares têm paredes muito finas e húmidas envolvidas por _____.
8. O sangue transporta o oxigénio até _____.
9. Entre as causas mais frequentes de doenças respiratórias estão o fumo do tabaco e a _____.
10. Para manter o equilíbrio do sistema respiratório, devemos: não fumar, praticar exercício físico e atividades ao ar livre e evitar _____.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____ Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 6

Completa as frases com os termos adequados.

1. O sistema respiratório humano está organizado em duas partes: _____ e _____.
2. O pulmão direito é _____ do que o pulmão esquerdo.
3. Os alvéolos pulmonares estão situados na terminação dos _____.
4. A _____ é o processo de entrada e saída do ar que permite a renovação do ar nos pulmões.
5. Na inspiração, o volume da caixa torácica _____.
6. Na expiração, a pressão no interior dos pulmões é _____ do que a pressão atmosférica.
7. Os alvéolos pulmonares têm paredes muito finas e húmidas envolvidas por _____.
8. O sangue transporta o oxigénio até _____.
9. Entre as causas mais frequentes de doenças respiratórias estão o fumo do tabaco e a _____.
10. Para manter o equilíbrio do sistema respiratório, devemos: não fumar, praticar exercício físico e atividades ao ar livre e evitar _____.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____ Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 6

1. O sistema respiratório humano está organizado em duas partes: **VIAS RESPIRATÓRIAS** e **PULMÕES**.
2. O pulmão direito é **MAIOR** do que o pulmão esquerdo.
3. Os alvéolos pulmonares estão situados na terminação dos **BRONQUÍOLOS**.
4. A **VENTILAÇÃO PULMONAR** é o processo de entrada e saída do ar que permite a renovação do ar nos pulmões.
5. Na inspiração, o volume da caixa torácica **AUMENTA**.
6. Na expiração, a pressão no interior dos pulmões é **MAIOR** do que a pressão atmosférica.
7. Os alvéolos pulmonares têm paredes muito finas e húmidas envolvidas por **CAPILARES SANGUÍNEOS**.
8. O sangue transporta o oxigénio até **ÀS CÉLULAS**.
9. Entre as causas mais frequentes de doenças respiratórias estão o fumo do tabaco e a **POLUIÇÃO DO AR INTERIOR**.
10. Para manter o equilíbrio do sistema respiratório, devemos: não fumar, praticar exercício físico e atividades ao ar livre e evitar **AMBIENTES POLUÍDOS**.

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 7 Constituição do sistema circulatório

Selecione em cada frase a opção correta.

1. Na parte superior do coração encontram-se **as aurículas/os ventrículos**.
2. Devido à sua função, as paredes das cavidades do coração não apresentam todas a mesma espessura sendo as dos ventrículos **menos/mais** espessas do que as das aurículas.
3. No coração, as aurículas **não comunicam/comunicam** com os ventrículos.
4. O coração está protegido externamente pelo **miocárdio/pericárdio**.
5. Os vasos sanguíneos que transportam sangue até ao coração são as **artérias/veias**.
6. As paredes das artérias são **mais/menos** espessas do que as das veias.
7. **As hemácias/os leucócitos** são as células que transportam gases.
8. Os leucócitos têm como função **a defesa do organismo/o transporte de nutrientes e produtos de excreção**.
9. As plaquetas são o constituinte do sangue responsável pela **defesa do organismo/coagulação do sangue**.
10. O plasma é o constituinte do sangue que transporta **nutrientes e produtos de excreção/hemoglobina**.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 7 Constituição do sistema circulatório

Selecione em cada frase a opção correta.

1. Na parte superior do coração encontram-se **as aurículas/os ventrículos**.
2. Devido à sua função, as paredes das cavidades do coração não apresentam todas a mesma espessura sendo as dos ventrículos **menos/mais** espessas do que as das aurículas.
3. No coração, as aurículas **não comunicam/comunicam** com os ventrículos.
4. O coração está protegido externamente pelo **miocárdio/pericárdio**.
5. Os vasos sanguíneos que transportam sangue até ao coração são as **artérias/veias**.
6. As paredes das artérias são **mais/menos** espessas do que as das veias.
7. **As hemácias/os leucócitos** são as células que transportam gases.
8. Os leucócitos têm como função **a defesa do organismo/o transporte de nutrientes e produtos de excreção**.
9. As plaquetas são o constituinte do sangue responsável pela **defesa do organismo/coagulação do sangue**.
10. O plasma é o constituinte do sangue que transporta **nutrientes e produtos de excreção/hemoglobina**.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 7 Constituição do sistema circulatório

1. Na parte superior do coração encontram-se **AS AURÍCULAS**.
2. Devido à sua função, as paredes das cavidades do coração não apresentam todas a mesma espessura sendo as dos ventrículos **MAIS** espessas do que as das aurículas.
3. No coração, as aurículas **COMUNICAM** com os ventrículos.
4. O coração está protegido externamente pelo **PERICÁRDIO**.
5. Os vasos sanguíneos que transportam sangue até ao coração são as **VEIAS**.
6. As paredes das artérias são **MAIS** espessas do que as das veias.
7. **AS HEMÁCIAS** são as células que transportam gases.
8. Os leucócitos têm como função **A DEFESA DO ORGANISMO**.
9. As plaquetas são o constituinte do sangue responsável pela **COAGULAÇÃO DO SANGUE**.
10. O plasma é o constituinte do sangue que transporta **NUTRIENTES E PRODUTOS DE EXCREÇÃO**.

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 7 Circulação sanguínea

Responde a cada questão com a expressão correta.

1. Como se chama a circulação que tem início no ventrículo esquerdo?

2. Quais são os vasos sanguíneos que abrem na aurícula direita?

3. Em que cavidade do coração termina a circulação pulmonar?

4. Qual é o fenómeno que ocorre nos alvéolos pulmonares?

5. Que tipo de sangue circula no lado esquerdo do coração? _____
6. Que tipo de sangue é rico em dióxido de carbono? _____
7. Que nome se dá ao período de relaxamento do músculo cardíaco?

8. Que nome se dá à doença em que as artérias vão endurecendo e perdendo elasticidade? _____
9. O que significa a sigla «SBV»? _____
10. O que se deve fazer de imediato quando uma pessoa está em paragem cardiorrespiratória? _____

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 7 Circulação sanguínea

Responde a cada questão com a expressão correta.

1. Como se chama a circulação que tem início no ventrículo esquerdo?

2. Quais são os vasos sanguíneos que abrem na aurícula direita?

3. Em que cavidade do coração termina a circulação pulmonar?

4. Qual é o fenómeno que ocorre nos alvéolos pulmonares?

5. Que tipo de sangue circula no lado esquerdo do coração? _____
6. Que tipo de sangue é rico em dióxido de carbono? _____
7. Que nome se dá ao período de relaxamento do músculo cardíaco?

8. Que nome se dá à doença em que as artérias vão endurecendo e perdendo elasticidade? _____
9. O que significa a sigla «SBV»? _____
10. O que se deve fazer de imediato quando uma pessoa está em paragem cardiorrespiratória? _____

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 7 Circulação sanguínea

1. Como se chama a circulação que tem início no ventrículo esquerdo? **SISTÉMICA.**
2. Quais são os vasos sanguíneos que abrem na aurícula direita? **VEIAS CAVAS.**
3. Em que cavidade do coração termina a circulação pulmonar? **AURÍCULA ESQUERDA.**
4. Qual é o fenómeno que ocorre nos alvéolos pulmonares? **HEMATOSE PULMONAR.**
5. Que tipo de sangue circula no lado esquerdo do coração? **ARTERIAL.**
6. Que tipo de sangue é rico em dióxido de carbono? **VENOSO.**
7. Que nome se dá ao período de relaxamento do músculo cardíaco? **DIÁSTOLE.**
8. Que nome se dá à doença em que as artérias vão endurecendo e perdendo elasticidade? **ATEROSCLEROSE.**
9. O que significa a sigla «SBV»? **SUPORTE BÁSICO DE VIDA.**
10. O que se deve fazer de imediato quando uma pessoa está em paragem cardiorrespiratória? **ACIONAR O SISTEMA INTEGRADO DE EMERGÊNCIA MÉDICA (Ligar o 112).**

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 8

Completa as frases com os termos adequados.

1. O processo de expulsão do organismo das substâncias que lhe são prejudiciais tem o nome de _____.
2. Os órgãos excretores são responsáveis pela regulação dos níveis de _____ no organismo.
3. O sistema urinário é constituído por: rins, _____, bexiga e uretra.
4. Os rins situam-se um de cada lado da coluna vertebral e têm como função _____.
5. A bexiga _____ a urina até esta ser expulsa.
6. O canal que liga a bexiga ao exterior é a _____.
7. Os principais produtos de excreção são a urina, o _____ e o suor.
8. O sangue chega aos rins transportado pelas _____.
9. O principal constituinte da urina é _____.
10. Deve evitar-se uma alimentação rica em carne vermelha e sal pois pode dar origem a uma doença, a _____.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____ Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 8

Completa as frases com os termos adequados.

1. O processo de expulsão do organismo das substâncias que lhe são prejudiciais tem o nome de _____.
2. Os órgãos excretores são responsáveis pela regulação dos níveis de _____ no organismo.
3. O sistema urinário é constituído por: rins, _____, bexiga e uretra.
4. Os rins situam-se um de cada lado da coluna vertebral e têm como função _____.
5. A bexiga _____ a urina até esta ser expulsa.
6. O canal que liga a bexiga ao exterior é a _____.
7. Os principais produtos de excreção são a urina, o _____ e o suor.
8. O sangue chega aos rins transportado pelas _____.
9. O principal constituinte da urina é _____.
10. Deve evitar-se uma alimentação rica em carne vermelha e sal pois pode dar origem a uma doença, a _____.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____ Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 8

1. O processo de expulsão do organismo das substâncias que lhe são prejudiciais tem o nome de **FUNÇÃO EXCRETORA**.
2. Os órgãos excretores são responsáveis pela regulação dos níveis de **ÁGUA E SAIS MINERAIS** no organismo.
3. O sistema urinário é constituído por rins, **URETERES**, bexiga e uretra.
4. Os rins situam-se um de cada lado da coluna vertebral e têm como função **PRODUZIR URINA**.
5. A bexiga **ARMAZENA** a urina até esta ser expulsa.
6. O canal que liga a bexiga ao exterior é a **URETRA**.
7. Os principais produtos de excreção são a urina, o **DIÓXIDO DE CARBONO** e o suor.
8. O sangue chega aos rins transportado pelas **ARTÉRIAS RENAIAS**.
9. O principal constituinte da urina é **ÁGUA**.
10. Deve evitar-se uma alimentação rica em carne vermelha e sal pois pode dar origem a uma doença, a **GOTA**.

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 9

Classifica as seguintes afirmações como verdadeiras (V) ou falsas (F).

1. A pele é o maior órgão do corpo humano. ☐
2. A pele é formada por epiderme e hipoderme. ☐
3. A epiderme não contém vasos sanguíneos. ☐
4. Os nervos encontram-se na derme. ☐
5. A hipoderme é rica em células adiposas. ☐
6. As glândulas sudoríparas encontram-se na epiderme. ☐
7. O sebo é produzido nas glândulas sudoríparas. ☐
8. O suor é uma excreção produzida nas glândulas sebáceas. ☐
9. A transpiração regula a temperatura do corpo e elimina resíduos resultantes da atividade celular. ☐
10. Tomar banho diariamente, vestir roupa lavada e desinfetar golpes e feridas são alguns dos cuidados a ter com a pele. ☐

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____ Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 9

Classifica as seguintes afirmações como verdadeiras (V) ou falsas (F).

1. A pele é o maior órgão do corpo humano. ☐
2. A pele é formada por epiderme e hipoderme. ☐
3. A epiderme não contém vasos sanguíneos. ☐
4. Os nervos encontram-se na derme. ☐
5. A hipoderme é rica em células adiposas. ☐
6. As glândulas sudoríparas encontram-se na epiderme. ☐
7. O sebo é produzido nas glândulas sudoríparas. ☐
8. O suor é uma excreção produzida nas glândulas sebáceas. ☐
9. A transpiração regula a temperatura do corpo e elimina resíduos resultantes da atividade celular. ☐
10. Tomar banho diariamente, vestir roupa lavada e desinfetar golpes e feridas são alguns dos cuidados a ter com a pele. ☐

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____ Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 9

1. A pele é o maior órgão do corpo humano. **V**
2. A pele é formada por epiderme e hipoderme. **F**
3. A epiderme não contém vasos sanguíneos. **V**
4. Os nervos encontram-se na derme. **V**
5. A hipoderme é rica em células adiposas. **V**
6. As glândulas sudoríparas encontram-se na epiderme. **F**
7. O sebo é produzido nas glândulas sudoríparas. **F**
8. O suor é uma excreção produzida nas glândulas sebáceas. **F**
9. A transpiração regula a temperatura do corpo e elimina resíduos resultantes da atividade celular. **V**
10. Tomar banho diariamente, vestir roupa lavada e desinfetar golpes e feridas são alguns dos cuidados a ter com a pele. **V**

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 10

Completa as frases com os termos adequados.

1. A _____ é a função realizada pelas plantas que lhes permite produzirem nutrientes orgânicos.
2. Os elementos do meio necessários para o processo fotossintético são: água, sais minerais, _____ e luz.
3. As plantas têm a capacidade de realizar a fotossíntese porque possuem pigmentos fotossintéticos, como a _____.
4. Do processo fotossintético resulta a formação de um gás, o _____, que é libertado para o meio.
5. A fotossíntese pode ser representada pelo esquema:
dióxido de carbono + água (+ clorofila/luz) → _____ + oxigénio
6. A seiva _____ é transportada até às folhas por vasos condutores da raiz e do caule.
7. À água com nutrientes orgânicos produzidos pela planta, que circula no sentido descendente, em vasos condutores próprios, chamamos seiva _____.
8. Os vasos que conduzem a seiva bruta situam-se na parte mais _____ do caule da planta.
9. As células utilizam glucose na respiração _____, onde se liberta a energia necessária para o desenvolvimento da planta.
10. A glucose também pode ser armazenada na forma de _____ em órgãos de reserva, como o caule ou a raiz.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 10

Completa as frases com os termos adequados.

1. A _____ é a função realizada pelas plantas que lhes permite produzirem nutrientes orgânicos.
2. Os elementos do meio necessários para o processo fotossintético são: água, sais minerais, _____ e luz.
3. As plantas têm a capacidade de realizar a fotossíntese porque possuem pigmentos fotossintéticos, como a _____.
4. Do processo fotossintético resulta a formação de um gás, o _____, que é libertado para o meio.
5. A fotossíntese pode ser representada pelo esquema:
dióxido de carbono + água (+ clorofila/luz) → _____ + oxigénio
6. A seiva _____ é transportada até às folhas por vasos condutores da raiz e do caule.
7. À água com nutrientes orgânicos produzidos pela planta, que circula no sentido descendente, em vasos condutores próprios, chamamos seiva _____.
8. Os vasos que conduzem a seiva bruta situam-se na parte mais _____ do caule da planta.
9. As células utilizam glucose na respiração _____, onde se liberta a energia necessária para o desenvolvimento da planta.
10. A glucose também pode ser armazenada na forma de _____ em órgãos de reserva, como o caule ou a raiz.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 10

1. A **FOTOSSÍNTESE** é a função realizada pelas plantas que lhes permite produzirem nutrientes orgânicos.
2. Os elementos do meio necessários para o processo fotossintético são: água, sais minerais, **DIÓXIDO DE CARBONO** e luz.
3. As plantas têm a capacidade de realizar a fotossíntese porque possuem pigmentos fotossintéticos, como a **CLOROFILA**.
4. Do processo fotossintético resulta a formação de um gás, o **OXIGÉNIO**, que é libertado para o meio.
5. A fotossíntese pode ser representada pelo esquema:
dióxido de carbono + água (+ clorofila/luz) → **GLUCOSE** + oxigénio
6. A seiva **BRUTA** é transportada até às folhas por vasos condutores da raiz e do caule.
7. À água com nutrientes orgânicos produzidos pela planta, que circula no sentido descendente, em vasos condutores próprios, chamamos seiva **ELABORADA**.
8. Os vasos que conduzem a seiva bruta situam-se na parte mais **INTERNA** do caule da planta.
9. As células utilizam glucose na respiração **CELULAR**, onde se liberta a energia necessária para o desenvolvimento da planta.
10. A glucose também pode ser armazenada na forma de **AMIDO** em órgãos de reserva, como o caule ou a raiz.

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 11

Selecione a opção que completa corretamente cada uma das questões.

1. As plantas acumulam os nutrientes em excesso como reservas alimentares...
☐ ... na flor. ☐ ... apenas nas raízes. ☐ ... em diversos órgãos.
2. A maior parte das reservas são...
☐ ... glúcidos e lípidos. ☐ ... lípidos. ☐ ... lípidos e proteínas.
3. Na sociedade atual, as plantas são utilizadas...
☐ ... pouco ou nada. ☐ ... para muitos fins.
☐ ... só na alimentação.
4. Através da transpiração, as plantas libertam para a atmosfera...
☐ ... oxigénio. ☐ ... vapor de água. ☐ ... dióxido de carbono.
5. A transpiração é uma função que contribui para a...
☐ ... subida da seiva elaborada. ☐ ... subida da seiva bruta.
☐ ... fotossíntese.
6. As trocas de gases entre as plantas e o meio ocorrem através dos...
☐ ... cloroplastos. ☐ ... estomas. ☐ ... vasos condutores.
7. As plantas retiram oxigénio do ar e libertam dióxido de carbono durante...
☐ ... a respiração. ☐ ... a fotossíntese. ☐ ... a transpiração.
8. Os incêndios alteram o Índice de Qualidade do Ar porque diminuem...
☐ ... o oxigénio do ar. ☐ ... o dióxido de carbono do ar. ☐ ... o nitrogénio do ar.
9. Uma das medidas a adotar para proteger as florestas é promover...
☐ ... os incêndios. ☐ ... a desflorestação. ☐ ... a reflorestação.
10. A proteção das florestas cabe...
☐ ... só aos governos. ☐ ... aos ambientalistas. ☐ ... a todos os cidadãos.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 11

Selecione a opção que completa corretamente cada uma das questões.

1. As plantas acumulam os nutrientes em excesso como reservas alimentares...
☐ ... na flor. ☐ ... apenas nas raízes. ☐ ... em diversos órgãos.
2. A maior parte das reservas são...
☐ ... glúcidos e lípidos. ☐ ... lípidos. ☐ ... lípidos e proteínas.
3. Na sociedade atual, as plantas são utilizadas...
☐ ... pouco ou nada. ☐ ... para muitos fins.
☐ ... só na alimentação.
4. Através da transpiração, as plantas libertam para a atmosfera...
☐ ... oxigénio. ☐ ... vapor de água. ☐ ... dióxido de carbono.
5. A transpiração é uma função que contribui para a...
☐ ... subida da seiva elaborada. ☐ ... subida da seiva bruta.
☐ ... fotossíntese.
6. As trocas de gases entre as plantas e o meio ocorrem através dos...
☐ ... cloroplastos. ☐ ... estomas. ☐ ... vasos condutores.
7. As plantas retiram oxigénio do ar e libertam dióxido de carbono durante...
☐ ... a respiração. ☐ ... a fotossíntese. ☐ ... a transpiração.
8. Os incêndios alteram o Índice de Qualidade do Ar porque diminuem...
☐ ... o oxigénio do ar. ☐ ... o dióxido de carbono do ar. ☐ ... o nitrogénio do ar.
9. Uma das medidas a adotar para proteger as florestas é promover...
☐ ... os incêndios. ☐ ... a desflorestação. ☐ ... a reflorestação.
10. A proteção das florestas cabe...
☐ ... só aos governos. ☐ ... aos ambientalistas. ☐ ... a todos os cidadãos.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 11

1. As plantas acumulam os nutrientes em excesso como reservas alimentares **EM DIVERSOS ÓRGÃOS**.
2. A maior parte das reservas são **GLÚCIDOS E LÍPIDOS**.
3. Na sociedade atual, as plantas são utilizadas para **MUITOS FINS**.
4. Através da transpiração, as plantas libertam para a atmosfera **VAPOR DE ÁGUA**.
5. A transpiração é uma função que contribui para a **SUBIDA DA SEIVA BRUTA**.
6. As trocas de gases entre as plantas e o meio ocorrem através dos **ESTOMAS**.
7. As plantas retiram oxigénio do ar e libertam dióxido de carbono durante **A RESPIRAÇÃO**.
8. Os incêndios alteram o Índice de Qualidade do Ar porque diminuem: **O OXIGÉNIO DO AR**.
9. Uma das medidas a adotar para proteger as florestas é promover **A REFLORESTAÇÃO**.
10. A proteção das florestas cabe **A TODOS OS CIDADÃOS**.

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 12

Completa as frases com os termos adequados.

1. Mulheres e homens apresentam caracteres sexuais secundários. Por isso, dizemos que o ser humano apresenta _____ sexual.
2. O funcionamento dos sistemas reprodutores e o desenvolvimento dos caracteres sexuais secundários têm início na _____.
3. Na infância, rapazes e raparigas distinguem-se pelos órgãos reprodutores visíveis: nas raparigas, a vulva; nos rapazes, o escroto e o _____.
4. Na puberdade inicia-se a produção de _____, que estimulam o desenvolvimento dos caracteres sexuais secundários.
5. Durante a puberdade, nas raparigas desenvolvem-se as mamas; a bacia e as ancas alargam e tem início a _____.
6. Nos rapazes, os órgãos reprodutores desenvolvem-se e inicia-se a _____.
7. Em ambos os sexos ocorre o aparecimento de pelos no púbis e _____.
8. Na puberdade, começa a definir-se a identidade e o grupo de _____ assume grande importância.
9. Apesar de terem capacidade reprodutiva, os adolescentes podem não estar física e psicologicamente preparados para assumir a responsabilidade de terem _____.
10. Na adolescência deve ter-se uma alimentação equilibrada, praticar exercício físico e manter uma boa _____ diária.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 12

Completa as frases com os termos adequados.

1. Mulheres e homens apresentam caracteres sexuais secundários. Por isso, dizemos que o ser humano apresenta _____ sexual.
2. O funcionamento dos sistemas reprodutores e o desenvolvimento dos caracteres sexuais secundários têm início na _____.
3. Na infância, rapazes e raparigas distinguem-se pelos órgãos reprodutores visíveis: nas raparigas, a vulva; nos rapazes, o escroto e o _____.
4. Na puberdade inicia-se a produção de _____, que estimulam o desenvolvimento dos caracteres sexuais secundários.
5. Durante a puberdade, nas raparigas desenvolvem-se as mamas; a bacia e as ancas alargam e tem início a _____.
6. Nos rapazes, os órgãos reprodutores desenvolvem-se e inicia-se a _____.
7. Em ambos os sexos ocorre o aparecimento de pelos no púbis e _____.
8. Na puberdade, começa a definir-se a identidade e o grupo de _____ assume grande importância.
9. Apesar de terem capacidade reprodutiva, os adolescentes podem não estar física e psicologicamente preparados para assumir a responsabilidade de terem _____.
10. Na adolescência deve ter-se uma alimentação equilibrada, praticar exercício físico e manter uma boa _____ diária.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito Bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 12

1. Mulheres e homens apresentam caracteres sexuais secundários. Por isso, dizemos que o ser humano apresenta **DIMORFISMO** sexual.
2. O funcionamento dos sistemas reprodutores e o desenvolvimento dos caracteres sexuais secundários têm início na **PUBERDADE**.
3. Na infância, rapazes e raparigas distinguem-se pelos órgãos reprodutores visíveis: nas raparigas, a vulva; e nos rapazes o escroto e o **PÊNIS**.
4. Na puberdade inicia-se a produção de **HORMONAS SEXUAIS**, que estimulam o desenvolvimento dos caracteres sexuais secundários.
5. Durante a puberdade, nas raparigas desenvolvem-se as mamas; a bacia e as ancas alargam e tem início a **MENSTRUACÃO**.
6. Nos rapazes, os órgãos reprodutores desenvolvem-se e inicia-se a **EJACULAÇÃO**.
7. Em ambos os sexos ocorre o aparecimento de pelos no púbis e **AXILAS**.
8. Na puberdade, começa a definir-se a identidade e o grupo de **AMIGOS** assume grande importância.
9. Apesar de terem capacidade reprodutiva, os adolescentes podem não estar física e psicologicamente preparados para assumir a responsabilidade de terem **FILHOS**.
10. Na adolescência deve ter-se uma alimentação equilibrada, praticar exercício físico e manter uma boa **HIGIENE** diária.

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 13

Risca em cada frase a opção incorreta.

1. Os sistemas reprodutores humanos localizam-se na parte inferior da cavidade **abdominal/torácica**.
2. A parte interna do sistema reprodutor feminino é constituída por ovários, trompas de Falópio, útero e **vulva/vagina**;
3. A parte interna do sistema reprodutor masculino é constituída por canais deferentes, vesículas seminais, próstata, testículos e **uretra/pénis**.
4. O sistema reprodutor masculino começa a funcionar durante a puberdade, produzindo os **óvulos/espermatozoides**.
5. Os gâmetas unem-se na **fecundação/ovulação**, dando origem a um novo ser.
6. As trompas de Falópio recolhem os óvulos que saem dos ovários, na **fecundação/ovulação**.
7. Os canais **deferentes/testículos** produzem os espermatozoides e hormonas sexuais.
8. Os **canais deferentes/testículos** conduzem os espermatozoides até à uretra, onde se juntam ao esperma.
9. A menstruação ocorre periodicamente nas mulheres, quando se desprende parte do revestimento interno **do útero/dos ovários**, por não ter ocorrido uma gravidez.
10. O ciclo menstrual é o período de tempo que vai desde o primeiro dia de uma menstruação ao **último/primeiro** dia da menstruação seguinte.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 13

Risca em cada frase a opção incorreta.

1. Os sistemas reprodutores humanos localizam-se na parte inferior da cavidade **abdominal/torácica**.
2. A parte interna do sistema reprodutor feminino é constituída por ovários, trompas de Falópio, útero e **vulva/vagina**;
3. A parte interna do sistema reprodutor masculino é constituída por canais deferentes, vesículas seminais, próstata, testículos e **uretra/pénis**.
4. O sistema reprodutor masculino começa a funcionar durante a puberdade, produzindo os **óvulos/espermatozoides**.
5. Os gâmetas unem-se na **fecundação/ovulação**, dando origem a um novo ser.
6. As trompas de Falópio recolhem os óvulos que saem dos ovários, na **fecundação/ovulação**.
7. Os canais **deferentes/testículos** produzem os espermatozoides e hormonas sexuais.
8. Os **canais deferentes/testículos** conduzem os espermatozoides até à uretra, onde se juntam ao esperma.
9. A menstruação ocorre periodicamente nas mulheres, quando se desprende parte do revestimento interno **do útero/dos ovários**, por não ter ocorrido uma gravidez.
10. O ciclo menstrual é o período de tempo que vai desde o primeiro dia de uma menstruação ao **último/primeiro** dia da menstruação seguinte.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 13

1. Os sistemas reprodutores humanos localizam-se na parte inferior da cavidade **ABDOMINAL**.
2. A parte interna do sistema reprodutor feminino é constituída por ovários, trompas de Falópio, útero e **VAGINA**.
3. A parte interna do sistema reprodutor masculino é constituída por canais deferentes, vesículas seminais, próstata, testículos e **URETRA**.
4. O sistema reprodutor masculino começa a funcionar durante a puberdade, produzindo os **ESPERMATOZOIDES**.
5. Os gâmetas unem-se na **FECUNDAÇÃO**, dando origem a um novo ser.
6. As trompas de Falópio recolhem os óvulos que saem dos ovários, na **OVULAÇÃO**.
7. Os **TESTÍCULOS** produzem os espermatozoides e hormonas sexuais.
8. Os **CANAIS DEFERENTES** conduzem os espermatozoides até à uretra, onde se juntam ao esperma.
9. A menstruação ocorre periodicamente nas mulheres, quando se desprende parte do revestimento interno **DO ÚTERO**, por não ter ocorrido uma gravidez.
10. O ciclo menstrual é o período de tempo que vai desde o primeiro dia de uma menstruação ao **PRIMEIRO** dia da menstruação seguinte.

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 14

Completa as frases com os termos adequados.

1. A _____ é a união de um óvulo e de um espermatozoide, da qual resulta a primeira célula de um novo ser — o ovo.
2. Depois de formado, o ovo começa a sofrer divisões sucessivas até se formar uma massa de células unidas — a _____.
3. A _____ ocorre entre o quinto e o nono dia, quando a massa de células se implanta na parede do útero.
4. A _____ forma-se na parede interna do útero, permitindo a passagem de nutrientes e oxigénio da mãe para o filho, e de excreções, em sentido contrário.
5. O _____ liga o feto à placenta. Este anexo embrionário contém vasos sanguíneos que comunicam com o sangue da mãe.
6. O _____ contém líquido amniótico e protege o novo ser de choques e de diferenças de temperatura.
7. Ao fim da oitava semana, o embrião tem forma humana, passando a chamar-se _____.
8. O parto inclui as fases de _____, expulsão do feto, nascimento e expulsão da placenta.
9. Além dos cuidados médicos regulares, um crescimento saudável depende de uma _____ adequada e de uma boa higiene diária, entre outros fatores.
10. É recomendado o _____ materno exclusivo até aos 6 meses de idade, para garantir os nutrientes adequados e proteger o bebé de doenças.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 14

Completa as frases com os termos adequados.

1. A _____ é a união de um óvulo e de um espermatozoide, da qual resulta a primeira célula de um novo ser — o ovo.
2. Depois de formado, o ovo começa a sofrer divisões sucessivas até se formar uma massa de células unidas — a _____.
3. A _____ ocorre entre o quinto e o nono dia, quando a massa de células se implanta na parede do útero.
4. A _____ forma-se na parede interna do útero, permitindo a passagem de nutrientes e oxigénio da mãe para o filho, e de excreções, em sentido contrário.
5. O _____ liga o feto à placenta. Este anexo embrionário contém vasos sanguíneos que comunicam com o sangue da mãe.
6. O _____ contém líquido amniótico e protege o novo ser de choques e de diferenças de temperatura.
7. Ao fim da oitava semana, o embrião tem forma humana, passando a chamar-se _____.
8. O parto inclui as fases de _____, expulsão do feto, nascimento e expulsão da placenta.
9. Além dos cuidados médicos regulares, um crescimento saudável depende de uma _____ adequada e de uma boa higiene diária, entre outros fatores.
10. É recomendado o _____ materno exclusivo até aos 6 meses de idade, para garantir os nutrientes adequados e proteger o bebé de doenças.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 14

1. A **FECUNDAÇÃO** é a união de um óvulo e de um espermatozoide, da qual resulta a primeira célula de um novo ser — o ovo.
2. Depois de formado, o ovo começa a sofrer divisões sucessivas até se formar uma massa de células unidas — a **MÓRULA**.
3. A **NIDAÇÃO** ocorre entre o quinto e o nono dia, quando a massa de células se implanta na parede do útero.
4. A **PLACENTA** forma-se na parede interna do útero, permitindo a passagem de nutrientes e oxigénio da mãe para o filho, e de excreções, em sentido contrário.
5. O **CORDÃO UMBILICAL** liga o feto à placenta. Este anexo embrionário contém vasos sanguíneos que comunicam com o sangue da mãe.
6. O **SACO AMNIÓTICO** contém líquido amniótico e protege o novo ser de choques e de diferenças de temperatura.
7. Ao fim da oitava semana, o embrião tem forma humana, passando a chamar-se **FETO**.
8. O parto inclui as fases de **DILATAÇÃO**, expulsão do feto, nascimento e expulsão da placenta.
9. Além dos cuidados médicos regulares, um crescimento saudável depende de uma **ALIMENTAÇÃO** adequada e de uma boa higiene diária, entre outros fatores.
10. É recomendado o **ALEITAMENTO** materno exclusivo até aos 6 meses de idade, para garantir os nutrientes adequados e proteger o bebé de doenças.

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 15

Classifica as seguintes afirmações como verdadeiras (V) ou falsas (F).

1. Na flor, o pedúnculo e o receptáculo são órgãos de proteção. ☐
2. Os estames são os órgãos reprodutores masculinos da flor. ☐
3. Cada carpelo é formado por estigma, estilete e ovário. ☐
4. Os grãos de pólen são produzidos pelos carpelos. ☐
5. Após se fixar no estigma, o grão de pólen desenvolve um tubo polínico que se prolonga pelo estilete até ao ovário. ☐
6. Os agentes de polinização asseguram a polinização direta. ☐
7. O ser humano é um agente de polinização e de dispersão de sementes. ☐
8. A ordem correta das etapas da reprodução é: fecundação → polinização → frutificação → dispersão → germinação ☐
9. Na frutificação, o ovo dá origem à semente, as paredes do ovário engrossam e originam o pericarpo do fruto. ☐
10. Para que a semente germine são necessárias condições como: um embrião completo, cotilédones em bom estado, oxigénio, humidade e temperatura adequadas. ☐

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____ Assinala com X:1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 15

Classifica as seguintes afirmações como verdadeiras (V) ou falsas (F).

1. Na flor, o pedúnculo e o receptáculo são órgãos de proteção. ☐
2. Os estames são os órgãos reprodutores masculinos da flor. ☐
3. Cada carpelo é formado por estigma, estilete e ovário. ☐
4. Os grãos de pólen são produzidos pelos carpelos. ☐
5. Após se fixar no estigma, o grão de pólen desenvolve um tubo polínico que se prolonga pelo estilete até ao ovário. ☐
6. Os agentes de polinização asseguram a polinização direta. ☐
7. O ser humano é um agente de polinização e de dispersão de sementes. ☐
8. A ordem correta das etapas da reprodução é: fecundação → polinização → frutificação → dispersão → germinação ☐
9. Na frutificação, o ovo dá origem à semente, as paredes do ovário engrossam e originam o pericarpo do fruto. ☐
10. Para que a semente germine são necessárias condições como: um embrião completo, cotilédones em bom estado, oxigénio, humidade e temperatura adequadas. ☐

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____ Assinala com X:1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 15

1. Na flor, o pedúnculo e o receptáculo são órgãos de proteção. **F**
2. Os estames são os órgãos reprodutores masculinos da flor. **V**
3. Cada carpelo é formado por estigma, estilete e ovário. **V**
4. Os grãos de pólen são produzidos pelos carpelos. **F**
5. Após se fixar no estigma, o grão de pólen desenvolve um tubo polínico que se prolonga pelo estilete até ao ovário. **V**
6. Os agentes de polinização asseguram a polinização direta. **F**
7. O ser humano é um agente de polinização e de dispersão de sementes. **V**
8. A ordem correta das etapas da reprodução é:
fecundação → polinização → frutificação → dispersão → germinação **F**
9. Na frutificação, o ovo dá origem à semente, as paredes do ovário engrossam e originam o pericarpo do fruto. **V**
10. Para que a semente germine são necessárias condições como: um embrião completo, cotilédones em bom estado, oxigénio, humidade e temperatura adequadas. **V**

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 16

Risca em cada frase a opção incorreta.

1. **Antoni van Leeuwenhoek/Louis Pasteur** descobriu a pasteurização e a vacina contra a raiva, doença causada por microrganismos.
2. A invenção do microscópio **ótico/eletrónico** permitiu conhecer a existência de microrganismos.
3. A invenção do microscópio **ótico/eletrónico** permitiu conhecer a existência de vírus.
4. A maioria dos microrganismos são seres **unicelulares/pluricelulares**.
5. As bactérias são seres unicelulares sem núcleo organizado que se reproduzem rapidamente, e pertencem ao reino **Monera/Protista**.
6. Os microrganismos que podem causar doenças a plantas e a animais, incluindo o ser humano, são microrganismos **doentes/patogénicos**.
7. A **anemia/rubéola** é uma doença humana causada por microrganismos.
8. A gripe das aves é causada por um **fungo/vírus**.
9. As bactérias decompositoras que vivem no solo e transformam os restos dos animais e das plantas em matéria mineral são consideradas **úteis/prejudiciais**.
10. Os microrganismos desenvolvem-se rapidamente quando encontram humidade, alimento, **luz/obscuridade** e temperatura adequada.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 16

Risca em cada frase a opção incorreta.

1. **Antoni van Leeuwenhoek/Louis Pasteur** descobriu a pasteurização e a vacina contra a raiva, doença causada por microrganismos.
2. A invenção do microscópio **ótico/eletrónico** permitiu conhecer a existência de microrganismos.
3. A invenção do microscópio **ótico/eletrónico** permitiu conhecer a existência de vírus.
4. A maioria dos microrganismos são seres **unicelulares/pluricelulares**.
5. As bactérias são seres unicelulares sem núcleo organizado que se reproduzem rapidamente, e pertencem ao reino **Monera/Protista**.
6. Os microrganismos que podem causar doenças a plantas e a animais, incluindo o ser humano, são microrganismos **doentes/patogénicos**.
7. A **anemia/rubéola** é uma doença humana causada por microrganismos.
8. A gripe das aves é causada por um **fungo/vírus**.
9. As bactérias decompositoras que vivem no solo e transformam os restos dos animais e das plantas em matéria mineral são consideradas **úteis/prejudiciais**.
10. Os microrganismos desenvolvem-se rapidamente quando encontram humidade, alimento, **luz/obscuridade** e temperatura adequada.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 16

1. **LOUIS PASTEUR** descobriu a pasteurização e a vacina contra a raiva, doença causada por microrganismos.
2. A invenção do microscópio **ÓTICO** permitiu conhecer a existência de microrganismos.
3. A invenção do microscópio **ELETRÓNICO** permitiu conhecer a existência de vírus.
4. A maioria dos microrganismos são seres **UNICELULARES**.
5. As bactérias são seres unicelulares sem núcleo organizado que se reproduzem rapidamente, e pertencem ao reino **MONERA**.
6. Os microrganismos que podem causar doenças a plantas e a animais, incluindo o ser humano, são microrganismos **PATOGÉNICOS**.
7. A **RUBÉOLA** é uma doença humana causada por microrganismos.
8. A gripe das aves é causada por um **VÍRUS**.
9. As bactérias decompositoras que vivem no solo e transformam os restos dos animais e das plantas em matéria mineral são consideradas **ÚTEIS**.
10. Os microrganismos desenvolvem-se rapidamente quando encontram humidade, alimento, **OBSCURIDADE** e temperatura adequada.

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 17

Classifica as seguintes afirmações como verdadeiras (V) ou falsas (F).

1. A transmissão de microrganismos patogénicos pode fazer-se por contacto direto ou por contacto indireto. ☐
2. A pele, os pelos, as pestanas e as sobrancelhas são considerados mecanismos de defesa internos do organismo. ☐
3. A diapedese, a fagocitose e a produção de anticorpos específicos são formas de atuação dos leucócitos para destruir microrganismos. ☐
4. O meio ácido do estômago, devido ao ácido clorídrico do suco gástrico, facilita o desenvolvimento dos microrganismos que são levados pelos alimentos. ☐
5. A tuberculose é uma doença contagiosa causada por um vírus que se transmite por contacto direto. ☐
6. Há microrganismos que vivem dentro e sobre o corpo humano, tendo função de proteção e defesa do organismo. ☐
7. Lavar bem as mãos, desinfetar ferimentos, colocar o lixo nos locais adequados ou esterilizar utensílios são alguns meios preventivos na luta contra os microrganismos. ☐
8. A vacinação é o processo curativo mais eficaz, uma vez que as vacinas vão desencadear a produção de anticorpos específicos. ☐
9. Quando as defesas naturais e as medidas preventivas não chegam, é necessário recorrer a antibióticos que destroem as bactérias ou impedem a sua multiplicação. ☐
10. Os antibióticos são medicamentos de venda livre que podem ser tomados em qualquer altura, pois destroem microrganismos patogénicos. ☐

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____ **Assinala com X:**1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 17

Classifica as seguintes afirmações como verdadeiras (V) ou falsas (F).

1. A transmissão de microrganismos patogénicos pode fazer-se por contacto direto ou por contacto indireto. ☐
2. A pele, os pelos, as pestanas e as sobrancelhas são considerados mecanismos de defesa internos do organismo. ☐
3. A diapedese, a fagocitose e a produção de anticorpos específicos são formas de atuação dos leucócitos para destruir microrganismos. ☐
4. O meio ácido do estômago, devido ao ácido clorídrico do suco gástrico, facilita o desenvolvimento dos microrganismos que são levados pelos alimentos. ☐
5. A tuberculose é uma doença contagiosa causada por um vírus que se transmite por contacto direto. ☐
6. Há microrganismos que vivem dentro e sobre o corpo humano, tendo função de proteção e defesa do organismo. ☐
7. Lavar bem as mãos, desinfetar ferimentos, colocar o lixo nos locais adequados ou esterilizar utensílios são alguns meios preventivos na luta contra os microrganismos. ☐
8. A vacinação é o processo curativo mais eficaz, uma vez que as vacinas vão desencadear a produção de anticorpos específicos. ☐
9. Quando as defesas naturais e as medidas preventivas não chegam, é necessário recorrer a antibióticos que destroem as bactérias ou impedem a sua multiplicação. ☐
10. Os antibióticos são medicamentos de venda livre que podem ser tomados em qualquer altura, pois destroem microrganismos patogénicos. ☐

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____ **Assinala com X:**1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 17

1. A transmissão de microrganismos patogénicos pode fazer-se por contacto direto ou por contacto indireto. **V**
2. A pele, os pelos, as pestanas e as sobrancelhas são considerados mecanismos de defesa internos do organismo. **F**
3. A diapedese, a fagocitose e a produção de anticorpos específicos são formas de atuação dos leucócitos para destruir microrganismos. **V**
4. O meio ácido do estômago, devido ao ácido clorídrico do suco gástrico, facilita o desenvolvimento dos microrganismos que são levados pelos alimentos. **F**
5. A tuberculose é uma doença contagiosa causada por um vírus, que se transmite por contacto direto. **F**
6. Há microrganismos que vivem dentro e sobre o corpo humano tendo função de proteção e defesa do organismo. **V**
7. Lavar bem as mãos, desinfetar ferimentos, colocar o lixo nos locais adequados ou esterilizar utensílios, são alguns meios preventivos na luta contra os microrganismos. **V**
8. A vacinação é o processo curativo mais eficaz, uma vez que as vacinas vão desencadear a produção de anticorpos específicos. **F**
9. Quando as defesas naturais e as medidas preventivas não chegam, é necessário recorrer a antibióticos que destroem as bactérias ou impedem a sua multiplicação. **V**
10. Os antibióticos são medicamentos de venda livre que podem ser tomados em qualquer altura, pois destroem microrganismos patogénicos. **F**

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 18

Completa as frases com os termos adequados.

1. A higiene _____ visa manter a limpeza e o bom funcionamento do corpo.
2. Manter uma postura correta, usar roupa e _____ limpos e respeitar as horas de sono são medidas de higiene corporal.
3. A higiene _____ procura evitar situações que possam causar perturbações psíquicas.
4. Limpar bem a cozinha, os utensílios e o espaço onde se come, assim como lavar bem as frutas e os legumes são regras de higiene _____.
5. As fontes de poluição do ar _____ incluem o ar exterior, os animais domésticos e a emissão de substâncias de materiais de construção.
6. A poluição do ar exterior tem consequências, como o aumento do efeito de _____ e doenças humanas graves.
7. A má qualidade do ar interior deve-se muitas vezes ao _____, que pode causar cancro dos pulmões, bronquite e doenças cardiovasculares.
8. A contaminação da _____ pode ser causa de epidemias muito graves, como a da cólera.
8. Para controlar a poluição do ar interior devem remover-se, se possível, as fontes poluentes e manter uma boa ventilação nas _____.
10. Para reduzir a poluição, há medidas que devem ser adotadas, como utilizar fontes de energia _____, prevenir os incêndios e separar o lixo.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

NOME: _____ N.º: _____ TURMA: _____ DATA: _____

Unidade 18

Completa as frases com os termos adequados.

1. A higiene _____ visa manter a limpeza e o bom funcionamento do corpo.
2. Manter uma postura correta, usar roupa e _____ limpos e respeitar as horas de sono são medidas de higiene corporal.
3. A higiene _____ procura evitar situações que possam causar perturbações psíquicas.
4. Limpar bem a cozinha, os utensílios e o espaço onde se come, assim como lavar bem as frutas e os legumes são regras de higiene _____.
5. As fontes de poluição do ar _____ incluem o ar exterior, os animais domésticos e a emissão de substâncias de materiais de construção.
6. A poluição do ar exterior tem consequências, como o aumento do efeito de _____ e doenças humanas graves.
7. A má qualidade do ar interior deve-se muitas vezes ao _____, que pode causar cancro dos pulmões, bronquite e doenças cardiovasculares.
8. A contaminação da _____ pode ser causa de epidemias muito graves, como a da cólera.
8. Para controlar a poluição do ar interior devem remover-se, se possível, as fontes poluentes e manter uma boa ventilação nas _____.
10. Para reduzir a poluição, há medidas que devem ser adotadas, como utilizar fontes de energia _____, prevenir os incêndios e separar o lixo.

QUANTOS PONTOS CONSEGUISTE: _____. Assinala com X:

1/2 Fraco ☐ 3/4 Não satisfaz ☐ 5/6 Satisfaz ☐ 7/8 Bom ☐ 9/10 Muito bom ☐

CORREÇÃO DO TESTE EXPRESS

Unidade 18

1. A higiene **CORPORAL** visa manter a limpeza e o bom funcionamento do corpo.
2. Manter uma postura correta, usar roupa e **CALÇADO** limpos e respeitar as horas de sono são medidas de higiene corporal.
3. A higiene **MENTAL** procura evitar situações que possam causar perturbações psíquicas.
4. Limpar bem a cozinha, os utensílios e o espaço onde se come, assim como lavar bem as frutas e os legumes, são regras de higiene **ALIMENTAR**.
5. As fontes de poluição do ar **INTERIOR** incluem o ar exterior, os animais domésticos e a emissão de substâncias de materiais de construção.
6. A poluição do ar exterior tem consequências, como o aumento do efeito de **ESTUFA** e doenças humanas graves.
7. A má qualidade do ar interior deve-se muitas vezes ao **TABACO**, que pode causar cancro dos pulmões, bronquite e doenças cardiovasculares.
8. A contaminação da **ÁGUA** pode ser causa de epidemias muito graves, como a da cólera.
9. Para controlar a poluição do ar interior devem remover-se, se possível, as fontes poluentes e manter uma boa ventilação nas **HABITAÇÕES**.
10. Para reduzir a poluição, há medidas que devem ser adotadas, como utilizar fontes de energia **RENOVÁVEIS**, prevenir os incêndios e separar o lixo.