



**PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTE NOVA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
ESTADO DE MINAS GERAIS**

Olá, alunos do 5º ano, seguem algumas atividades para vocês continuarem realizando. Vocês podem ler o texto e realizar as atividades no caderno de Língua Portuguesa. Vocês podem imprimir estas folhas de atividade, também copiar as questões ou apenas responder no caderno.

Leia o texto com atenção:

Maracujá enrugado porque se desidrata

Por que o maracujá fica enrugado quando está maduro?

“Em contato com o ambiente, ele perde água e enrugado”, diz o agrônomo João Scapare Filho, da Escola Superior de agricultura Luiz de Queiroz, em Piracicaba, São Paulo. Mas isso não é prejudicial. Ao contrário: com a perda de líquido, o açúcar fica mais concentrado. Existem algumas outras circunstâncias, menos comuns, que alteram a aparência.

O maracujá é um vegetal que precisa receber pólen de flores de outro pé. Se isso não acontece, ele não se desenvolve perfeitamente e enrugado. Outras vezes, o vegetal é atingido por percevejos que danificam o maracujá. Mas, nesses dois casos, a fruta raramente chega à feira ou ao supermercado.

SUPERINTERESSANTE, Maracujá enrugado porque desidrata. São Paulo: Abril, 113.ed., ano 11, n.2. fev. 1997. P. 20

Questões

1) Qual é o título do texto?

2) Quem é o especialista que traz as informações sobre o maracujá?

3) Qual é a função deste texto?

4) Quais são as causas que levam o maracujá a enrugado?

5) Qual a principal causa que leva o maracujá a enrugar? Isso é bom ou ruim?

6) Você gosta de maracujá?

7) Pergunte a sua mãe ou pesquise uma receita que seja feita com maracujá. Lembre-se de anotar os ingredientes e o modo de preparo.

Segue um texto para você conhecer os benefícios do maracujá. Tenha uma alimentação saudável e faça exercícios. Assim você estará cuidando bem da sua saúde. (Apenas para leitura).

Maracujá: os benefícios vão além da ação tranquilizante

Todas as partes do maracujazeiro e da fruta oferecem benefícios à saúde. Veja como aproveitar cada uma delas

Por Redação M de Mulher

access_time3 fev 2020, 10h26 - Publicado em 11 set 2013, 22h00



por Thais Szegő | Foto: Alex Silva (/)

Além do sabor azedo, que cai bem no clima tropical, o maracujá é recheado de nutrientes, tem uma forte ação antioxidante e pouquíssimas calorias. “O maracujá é rico em vitaminas do complexo B, cálcio, ferro, fósforo, sódio e potássio”, enumera a nutricionista Paula Fernandes Castilho, diretora da Sabor Integral Consultoria em Nutrição, em São Paulo. “Ele conta com bastante vitamina A e C e muita fibra solúvel”, acrescenta a nutricionista Vanderlí F. Marchiori, de São Paulo.

100% aproveitável

E não é só a polpa que merece atenção. Um estudo realizado na Universidade Federal do Rio de Janeiro mostra que a casca do maracujá evita os picos de insulina, muito perigosos para os diabéticos, combate o mau colesterol e ainda ajuda a emagrecer. Nas sementes, por sua vez, pode ser encontrado um óleo com boa quantidade de ácidos graxos, muito apropriado para uso na cozinha ou até em cosméticos, graças à sua ação emoliente e antioxidante. E as folhas do maracujazeiro oferecem igualmente benefícios. Nelas fica a maior parte dos ativos por trás da ação tranquilizante.

Os cientistas já perceberam que essa planta guarda muitas outras surpresas. A aposta nela é tão grande que foi criada uma associação de pesquisadores para desvendar seus segredos. “Ela é composta de 27 instituições brasileiras de renome, como a Universidade de São Paulo e a Universidade de Brasília, além de duas internacionais”, conta a pesquisadora Ana Maria Costa, da Embrapa Cerrados, que coordena a rede. “Uma das metas é estudar as variedades de espécies nativas, estimadas em cerca de 200”, ela explica. Tanto empenho tem valido a pena. A equipe descobriu que algumas delas combatem o diabetes, os problemas do coração, as enxaquecas, o estresse, a tensão pré-menstrual, os tremores e a obesidade, além de contribuírem para a regeneração celular. “Muitas não são conhecidas pelo público, por isso agora estamos trabalhando com o intuito de colocá-las no mercado, o que deve acontecer em breve”, diz Ana Maria