LEITURA, ESCRITA e INTERPRETAÇÃO de TEXTO

GLÁUCIA DZIUBATE

Por que consumir alimentos da safra?

NÍVEL I

PMA - aula 18

PARANÁ
GOVERNO
DO ESTADO

aula

PARANÁ







OBJETIVOS DA AULA

- Ler textos informativos sobre o porquê devemos consumir alimentos da safra;
- Localizar informações explícitas no texto;
- Inferir informações implícitas no texto.

Por que consumir alimentos que estão em tempo de safra?





https://www.segs.com.br/mais/agro/201303-a-importancia-de-consumir-alimentos-da-safra-4-motivos-para-te-motivar

Com a modernização das técnicas agrícolas, hoje já é possível encontrar uma grande variedade de frutas, legumes e verduras o ano inteiro nos mercados e nas feiras.

Porém, consumir produtos de época pode ser uma opção mais barata e saudável.

Com o crescimento da oferta nos períodos de safra, a tendência é os preços caírem. Mas isso nem sempre é uma regra. Como a produção de hortaliças depende muito de fatores climáticos, qualquer mudança muito intensa na temperatura, por exemplo, pode impactar a oferta.





Além disso, o consumo de alimentos de época tende a ser mais saudável, pelo menor uso de agrotóxicos em seu cultivo.

"Para terem um bom desenvolvimento fora do seu ciclo natural de produção, é necessário uma intervenção mais intensa de químicos durante o preparo do solo, por exemplo", ressalta Lígia dos Santos, do São Camilo.

ATIVIDADE 1 

"...Com a modernização das técnicas agrícolas, hoje já é possível encontrar uma grande variedade de frutas, legumes e verduras o ano inteiro nos mercados e nas feiras...Porém, consumir produtos de época pode ser uma opção mais barata e saudável..."

Por que consumir produto da safra é mais vantajoso?

CORREÇÃO

Por que consumir produto da safra é mais vantajoso?

Consumir os produtos da safra é mais vantajoso porque há mais oferta, logo são mais baratos e mais saudáveis.

ATIVIDADE 2 ✍️

"Para terem um bom desenvolvimento fora do seu ciclo natural de produção, é necessário uma intervenção mais intensa de químicos durante o preparo do solo, por exemplo", ressalta Lígia dos Santos, do São Camilo.

Leia a fala de Lígia dos Santos e com base nela, explique o porquê os produtos ficam mais baratos e mais saudáveis quando estão em período de safra.

CORREÇÃO

Leia a fala de Lígia dos Santos e com base nela, explique o porquê os produtos ficam mais baratos e mais saudáveis quando estão em período de safra.

Os produtos ficam mais baratos porque não é necessário aplicar muito produtos químicos no solo para que a planta se desenvolva fora do seu período de safra e mais saudáveis justamente porque são mais naturais.

4 motivos para te motivar a consumir os alimentos da safra:

- Menor preço;
- Menor quantidade de agrotóxicos;
- Hortaliça da safra é mais saborosa;
- Alimentos da safra são mais nutritivos.

Menor preço

Quando as condições são certas, a natureza assume o trabalho pesado: a produção é maior, com menos interferência humana ou de químicos como agrotóxicos.

O pico de safra do limão conhecido como tahiti ou taiti ocorre sempre no verão. Nestes meses, os preços da fruta costumam cair até 75%.



Menor quantidade de agrotóxicos

Quando um produto é fora da estação, os produtores acabam utilizando maiores quantidades de pesticidas para que as hortaliças sobrevivam fora de sua época natural.



Hortaliça da safra é mais saborosa

Quando a hortaliça é cultivada na sua época natural, ela acaba aproveitando melhor o solo e o clima que ela mais se adapta, e isso se reflete no sabor.



ATIVIDADE 3 ✍️

Quando um produto é fora da estação, os produtores acabam utilizando maiores quantidades de pesticidas para que as hortaliças sobrevivam fora de sua época natural.

Faça uma paráfrase do trecho acima.

CORREÇÃO

Faça uma paráfrase do trecho acima.

Para que os alimentos sejam produzidos fora de época, os produtores aplicam mais agrotóxicos, a fim de garantir a sobrevivência da planta.

Alimentos da safra são mais nutritivos

Alimentos	Couve Manteiga Crua	Couve Manteiga Refogada
Energia (Kcal)	27	90
Proteína (g)	2,9	1,7
Gordura (g)	0,5	6,6
Carboidratos (g)	4,3	8,7
Fibra (g)	3,1	5,7
Cálcio (mg)	131	177
Ferro (mg)	0,5	0,5
Sódio (mg)	6	11
Potássio (mg)	403	315
Vitamina C (mg)	96,7	76,9

As hortaliças da época, por exemplo, são mais nutritivas, contêm mais vitaminas e minerais.

Curiosidade da produção no Brasil

-São Paulo responde por 75% da produção de limão;
-Santa Catarina e Rio Grande do Sul respondem por 97% da produção de maçã;
- O Paraná é o maior produtor de feijão, com 21,67%
- Bahia é o maior produtor de coco do Brasil;
- Minas Gerais é o maior produtor de café;
- Pará é o maior produtor de abacaxi.

COMO COMPRAR

- **LIMÃO**: prefira os pesados e que cedam um pouco quando apertados, pois é sinal que estão maduros e têm bastante caldo, diz a Ceasa Minas. Geralmente os limões de casca áspera têm menos suco que os de casca mais fina.
- **MAÇÃ**: prefira as de casca de cor acentuada

e brilhante, polpa firme, pesadas, sem partes moles, furos ou rachaduras.



ATIVIDADE 4 

Marque as alternativas que correspondem às vantagens de consumir produtos da safra.

a) São os mais caros.
b) São os mais baratos.
c) São os que contêm mais agrotóxicos.
d) São os que contêm menos agrotóxicos.
e) São mais saborosos e nutritivos.

CORREÇÃO

Marque as alternativas que correspondem às vantagens de consumir produtos da safra.

a) São os mais caros.

b) São os mais baratos.

c) São os que contêm mais agrotóxicos.

d) São os que contêm menos agrotóxicos.

e) São mais saborosos e nutritivos.

Retomada

Hoje nós lemos textos informativos, sobre o porquê devemos consumir produtos da safra. Vimos que ficam mais baratos e saudáveis porque recebem menos produtos químicos, pois estão em sua época de produção.

PARANÁ
GOVERNO
DO ESTADO

aula

PARANÁ





