

NOME:

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

TURMA:

# SISTEMA DIGESTÓRIO

O corpo humano é formado por diversos órgãos que trabalham juntos para manter o nosso organismo saudável e funcionando corretamente. Cada órgão possui uma função importante, e quando todos atuam em harmonia, conseguimos ter energia para realizar nossas atividades diárias, como estudar, brincar e praticar esportes.

O sistema digestório é o conjunto de órgãos responsáveis por realizar a digestão dos alimentos. Esse sistema transforma os alimentos que ingerimos em substâncias menores, chamadas nutrientes, que são absorvidas pelo organismo e levadas pelo sangue para todas as partes do corpo. Aquilo que não é aproveitado é eliminado do corpo na forma de fezes.

A digestão é um processo fundamental, pois é por meio dela que o corpo obtém energia, vitaminas, sais minerais e outras substâncias necessárias para o crescimento, o desenvolvimento e a manutenção da saúde.

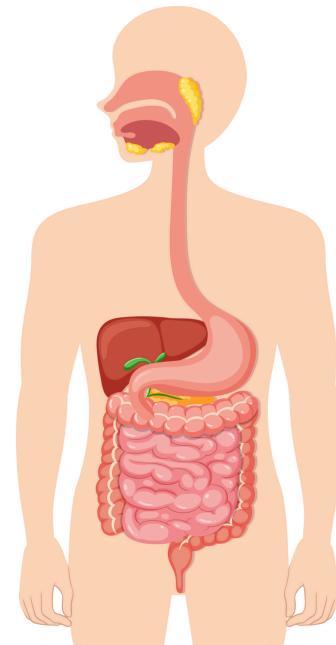
O processo digestório começa na boca. Nela, os dentes tritam os alimentos, deixando-os em pedaços menores, enquanto a saliva, produzida pelas glândulas salivares, ajuda a amolecer o alimento e inicia a digestão de alguns nutrientes. A língua auxilia na mistura do alimento com a saliva e na formação do bolo alimentar.

Depois de mastigado, o alimento segue pelo esôfago, um tubo que leva o bolo alimentar até o estômago. No estômago, o alimento é misturado aos sucos gástricos, que ajudam a quebrar ainda mais os alimentos, transformando-os em uma substância pastosa.

Em seguida, essa mistura passa para o intestino delgado, onde ocorre a maior parte da absorção dos nutrientes. Nesse órgão, os nutrientes passam para o sangue e são distribuídos para todo o corpo. O fígado produz a bile, substância que auxilia na digestão das gorduras, e a vesícula biliar armazena essa bile. O pâncreas também participa do processo, liberando enzimas que ajudam na digestão dos alimentos.

O que não é aproveitado pelo organismo segue para o intestino grosso, onde ocorre a absorção da água e a formação das fezes. O apêndice é uma pequena estrutura ligada ao intestino grosso e não participa diretamente da digestão. Por fim, as fezes passam pelo reto e são eliminadas pelo ânus.

O bom funcionamento do sistema digestório é essencial para a saúde. Para isso, é importante manter hábitos saudáveis, como uma alimentação equilibrada, beber bastante água e praticar atividades físicas.





# VOCÊ SABIA?

A saliva não serve apenas para molhar o alimento? Ela já começa a digestão enquanto mastigamos.

O intestino delgado pode medir até 6 metros de comprimento, mesmo ficando todo dobradinho dentro da barriga?

O intestino grosso é responsável por retirar a água do que sobra dos alimentos, ajudando a formar as fezes?

Os nutrientes dos alimentos dão energia para o corpo crescer, se movimentar e manter a saúde?

Mastigar bem os alimentos facilita o trabalho do estômago e ajuda na digestão?

O sistema digestório pode levar de 24 a 72 horas para transformar o alimento que comemos em fezes?

## **Atividade 01: Caminho do alimento**

Numere de 1 a 7 conforme o caminho que o alimento faz no corpo humano:

- ( ) Estômago
- ( ) Intestino grosso
- ( ) Boca
- ( ) Intestino delgado
- ( ) Esôfago
- ( ) Ânus
- ( ) Reto

## **Atividade 02: Verdadeiro ou Falso:**

- ( ) A digestão começa na boca.
- ( ) O intestino grosso absorve nutrientes.
- ( ) O fígado ajuda na digestão das gorduras.
- ( ) O ânus é responsável por eliminar as fezes.
- ( ) A saliva ajuda na digestão.

### Atividade 03 - Reconhecimento dos órgãos

Observe as imagens a seguir, e circule apenas dos órgãos que fazem parte do sistema digestório.



Nomeie os órgãos que você circulou:

---

---

### Atividade 04 - Assinale a opção INCORRETA

- a) ( ) Os alimentos são triturados pelos dentes e, conforme se misturam com a saliva, transformam-se no bolo alimentar, uma pasta mole.
- b) ( ) A mastigação deve ser bem feita; caso contrário, engolir os alimentos e digeri-los se torna mais difícil.
- c) ( ) O esôfago é responsável por liberar sucos gástricos para auxiliar na digestão dos alimentos.

### Atividade 05 - Circule o sistema:

Os diferentes sistemas do corpo humano realizam atividades específicas para garantir o funcionamento do organismo. Observando a figura abaixo, circule o desenho que apresenta o sistema digestório

