

1.
 - ☐ Árvores de folhas largas que caem no inverno.
 - ☒ Plantas com folhas pequenas e duras para reduzir a perda de água.
 - ☐ Vegetação densa e húmida típica de florestas tropicais.
 - ☐ Plantas aquáticas adaptadas a zonas de inundação.

2.
 - ☒ A alternância entre períodos secos e húmidos favorece a diversificação de espécies altamente especializadas.
 - ☐ A irregularidade climática reduz a diversidade e impede a adaptação.
 - ☐ O clima mediterrânico origina apenas espécies de grande porte e crescimento rápido.
 - ☐ As variações sazonais impedem a coexistência de espécies vegetais e animais.

3.
 - ☐ As invasoras prosperam devido à abundância de água durante todo o ano.
 - ☒ As invasoras apresentam raízes profundas e folhas espessas, o que lhes permite resistir à seca estival e retomar o crescimento nas estações húmidas.
 - ☐ As invasoras dependem de temperaturas muito baixas para germinar.
 - ☐ As invasoras apenas sobrevivem em regiões tropicais húmidas.

4.
 - ☐ Aumenta a área disponível para espécies nativas e melhora a polinização.
 - ☒ Diminui a continuidade dos habitats, reduzindo a biodiversidade e os serviços dos ecossistemas.
 - ☐ Aumenta a produção agrícola sem afetar o equilíbrio ecológico.
 - ☐ Favorece a dispersão de espécies e o equilíbrio natural dos ecossistemas.

5.
 - ☐ Aumentar a urbanização e a construção de estradas.
 - ☐ Substituir áreas naturais por monoculturas agrícolas.
 - ☒ Criar corredores ecológicos e reflorestar zonas degradadas.
 - ☐ Reduzir a diversidade e tamanho das espécies locais.

- 6.
- ☐ Trata-se de uma célula eucariótica animal, devido à presença de ribossomas e membrana plasmática.
 - ☐ Trata-se de uma célula eucariótica vegetal, devido à presença de um nucleóide.
 - ☒ Trata-se de uma célula procariótica, devido à ausência de organelos membranares, e à presença de material genético livre no citoplasma
 - ☐ Trata-se de uma célula eucariótica em fase de divisão, justificando a ausência de mitocôndrias.
- 7.
- ☐ A parede celular das suas células das plantas é feita de quitina e a dos cogumelos é constituída por celulose.
 - ☒ As células das plantas têm parede de celulose, enquanto as dos cogumelos têm parede de quitina e possuem complexo de golgi.
 - ☐ As células dos cogumelos têm cloroplastos, retículo endoplasmático rugoso, ribossomas e parede de celulose.
 - ☐ As células dos cogumelos são procarióticas pois obtêm energia através da decomposição de matéria orgânica.
- 8.
- ☐ Amostra 1 contém células eucarióticas e amostra 2 contém células procarióticas.
 - ☐ Ambas as amostras contêm células eucarióticas, mas pertencem a diferentes reinos.
 - ☒ Amostra 1 contém células procarióticas e a amostra 2 contém células eucarióticas.
 - ☐ Ambas as amostras contêm células procarióticas, mas com organelos diferentes.

- 9.
- ☒ Zonas com maior diversidade de plantas apresentam maior densidade de interações bióticas, enquanto zonas com pouca luminosidade apresentam menor número de interações de polinização e predação.
 - ☐ Zonas com pouca luminosidade apresentam maior densidade de pulgões e insetos devido à proteção contra predadores causada pela baixa luminosidade.
 - ☐ A densidade de interações bióticas não é influenciada pela diversidade de plantas ou luminosidade, mas sim pelo número de predadores.
 - ☐ As interações bióticas são mais frequentes em zonas com menor diversidade de plantas porque dependem exclusivamente das relações entre animais.
- 10.
- ☒ A elevada concentração de nitratos favoreceu a proliferação de algas, reduzindo o oxigénio dissolvido e afetando peixes e outras espécies aquáticas.
 - ☐ A proliferação de algas e a baixa quantidade de oxigénio ocorreram devido à temperatura constante da água, sem relação com a presença de nitratos.
 - ☐ A baixa quantidade de oxigénio dissolvido deveu-se apenas à morte de peixes, sem influência das algas ou dos fertilizantes.
 - ☐ O aumento de nitratos e a proliferação de algas não alteraram o equilíbrio da cadeia alimentar nem a quantidade de oxigénio dissolvido.
- 11.
- ☐ São indispensáveis em quantidades moderadas para formar ossos e músculos, mas existem no organismo em grande quantidade.
 - ☒ Atuam como componentes essenciais em algumas reações químicas, mesmo estando presentes em pequenas quantidades.
 - ☐ Não têm funções metabólicas significativas e podem ser ignorados na dieta .
 - ☐ Substituem os elementos mais abundantes em algumas reações químicas.

- 12.
- ☐ Proteínas e minerais fornecem energia diretamente às células sem necessidade de outras moléculas.
 - ☒ Nutrientes como glícidos, lípidos e proteínas, obtidos na alimentação, participam na produção de energia, síntese de estruturas celulares e regulação de processos vitais.
 - ☐ A ingestão de água e minerais não influencia a respiração celular nem o metabolismo energético.
 - ☐ Vitaminas e minerais só são importantes para o sabor e a aparência dos alimentos.
- 13.
- ☒ As células são constituídas principalmente por carbono, oxigénio, hidrogénio e azoto, que formam moléculas orgânicas e água essenciais à sua estrutura e função.
 - ☐ As células são compostas apenas por cálcio e fósforo para suportar a membrana celular.
 - ☐ Apenas elementos traço formam todas as estruturas celulares.
 - ☐ O oxigénio e o hidrogénio não participam na constituição das células.
- 14.
- ☒ A transpiração, que liberta água e calor, ajudando a regular a temperatura corporal.
 - ☐ A produção de energia sem necessidade de oxigénio nem alimentos.
 - ☐ A absorção de luz solar diretamente pelas células nervosas.
 - ☐ A eliminação de calor sem qualquer perda de água.
- 15.
- ☒ As moléculas formam células, como as musculares, que compõem tecidos e órgãos responsáveis por funções vitais.
 - ☐ As células funcionam de forma independente, sem contribuir para os sistemas do organismo.
 - ☐ Os tecidos não participam no funcionamento global do corpo humano.
 - ☐ Os sistemas corporais atuam isoladamente, sem interação entre si.

- 16.
- ☐ A utilização do microscópio para observar lâminas de tecidos.
 - ☒ A realização de radiografias e exames de ressonância magnética.
 - ☐ A observação direta dos órgãos durante uma cirurgia.
 - ☐ A ilustração científica feita a partir de modelos anatômicos.
- 17.
- ☐ Uma cultura de risco elevada pode aumentar a vigilância individual e a adoção consciente de comportamentos preventivos, reforçando a prevenção de doenças.
 - ☒ Uma cultura de risco baixa ou negligente pode reduzir a adesão a comportamentos preventivos, dificultando a implementação eficaz de medidas de promoção da saúde.
 - ☐ Uma cultura de risco elevada promove a escolha de alimentos mais saudáveis e práticas de exercício físico regular, contribuindo para a prevenção de doenças.
 - ☐ Uma cultura de risco reduzida melhora o acesso e a utilização de tratamentos farmacológicos, como antibióticos, substituindo medidas preventivas.
- 18.
- ☒ Vírus causam doenças como a gripe; bactérias podem desenvolver resistência quando expostas a antibióticos indevidamente; fungos provocam doenças específicas sem resposta a antibióticos.
 - ☐ Bactérias causam gripe; vírus desenvolvem resistência a antibióticos; fungos causam dengue e outras infecções virais.
 - ☐ Vírus causam tuberculose; bactérias provocam dengue; uso de antibióticos fortalece o sistema imunitário contra todas as doenças.
 - ☐ Fungos provocam gripe; vírus e bactérias não estão relacionados com doenças; antibióticos previnem todas as infecções sem causar resistência.

19.

- ☒ Doenças transmissíveis incluem gripe, sarampo e dengue, transmitidas por agentes patogénicos; doenças não transmissíveis como diabetes e hipertensão dependem de fatores genéticos, ambientais e comportamentais.
- ☐ Todas as doenças são transmissíveis, independentemente do agente ou do estilo de vida; antibióticos previnem tanto infeções virais como não transmissíveis.
- ☐ Doenças não transmissíveis incluem gripe e tuberculose; doenças transmissíveis como diabetes dependem apenas de hábitos alimentares.
- ☐ Doenças transmissíveis não envolvem vírus ou bactérias; doenças não transmissíveis como sarampo e dengue são causadas por falta de antibióticos.

20.

- ☒ A saúde corresponde a um estado completo de bem-estar físico, mental e social; a qualidade de vida refere-se à perceção subjetiva do bem-estar, satisfação pessoal e integração social.
- ☐ A saúde depende exclusivamente de fatores biológicos e ausência de doença; a qualidade de vida depende de hábitos de vida, relações sociais e perceção individual de bem-estar.
- ☐ A saúde e a qualidade de vida são avaliadas de forma idêntica, considerando apenas indicadores clínicos, físicos e mentais de cada indivíduo.
- ☐ A saúde limita-se às funções biológicas do corpo e à ausência de doença; a qualidade de vida refere-se apenas à satisfação com condições ambientais e sociais do quotidiano.

21.

- ☒ A qualidade de vida depende da interação entre fatores genéticos, hábitos de vida e ambiente, influenciando o bem-estar físico, mental e social, e permitindo estratégias de prevenção mais eficazes.
- ☐ A qualidade de vida depende exclusivamente da genética, determinando todas as condições de saúde e limitando a necessidade de promoção comunitária.
- ☐ A qualidade de vida é determinada apenas pelo acesso a medicamentos, sem influência dos hábitos, educação ou ambiente, tornando irrelevante a prevenção.
- ☐ A qualidade de vida depende exclusivamente da educação formal, não sendo afetada por fatores genéticos, hábitos ou condições ambientais.

- 22.
- ☐ A saúde comunitária depende exclusivamente das políticas públicas definidas pelos governos.
 - ☒ As ações individuais de promoção da saúde contribuem para o bem-estar coletivo e para a redução de doenças na comunidade.
 - ☐ O comportamento pessoal tem pouca influência na saúde global, pois esta é determinada por fatores institucionais.
 - ☐ O controlo individual sobre a saúde não interfere no equilíbrio social ou comunitário.
- 23.
- ☐ As instituições devem substituir as iniciativas pessoais na prevenção de doenças.
 - ☒ A promoção da saúde exige a cooperação entre políticas públicas, ambientes de trabalho saudáveis e escolhas conscientes dos cidadãos.
 - ☐ O Estado é o único responsável por garantir a saúde de todos, sem necessidade de envolvimento individual.
 - ☐ As empresas e organizações devem centrar-se apenas na produtividade, deixando a saúde a cargo dos serviços médicos.
- 24.
- ☒ Campanhas de vacinação combinadas com programas de educação em hábitos de vida saudáveis, visando reduzir riscos, prevenir doenças e melhorar o bem-estar comunitário.
 - ☐ Distribuição indiscriminada de antibióticos e medicamentos sem orientação profissional, sem acompanhamento de hábitos ou educação em saúde.
 - ☐ Restrições ou intervenções direcionadas apenas a indivíduos doentes, sem medidas preventivas para a população em geral.
 - ☐ Incentivo à automedicação e consumo de fármacos sem prescrição, sem promoção de hábitos de vida saudáveis.
- 25.
- ☐ O humor negativo incentivou o aumento do consumo desses alimentos.
 - ☒ O humor positivo esteve associado ao maior consumo e prazer alimentar.
 - ☐ Os alimentos “não saudáveis” foram utilizados para contrariar emoções negativas.
 - ☐ O consumo alimentar manteve-se inalterado, independentemente do humor.

26. ☒ A ausência de contacto social reduziu a ingestão e o prazer de comer.
☐ O isolamento levou ao aumento do consumo de alimentos calóricos.
☐ As interações sociais tiveram pouca influência nos hábitos alimentares.
☐ As refeições em grupo diminuíram o interesse por alimentos “não saudáveis”.
27. ☐ Garantem que os alimentos sejam armazenados antes da absorção.
☒ Permitem que os nutrientes sejam libertados e utilizados pelas células.
☐ Impedem a ação das enzimas digestivas.
☐ Servem apenas para eliminar resíduos alimentares.
28. ☒ Produzem substâncias que facilitam as reações químicas da digestão.
☐ Armazenam os alimentos antes de serem digeridos.
☐ Controlam apenas o movimento dos músculos do estômago.
☐ Regulam a temperatura do sistema digestivo.
29. ☐ O consumo elevado de gorduras saturadas estimula o metabolismo e reduz o risco cardiovascular.
☒ A diversidade alimentar e o predomínio de gorduras insaturadas ajudam a equilibrar o organismo e a proteger o sistema cardiovascular.
☐ A ingestão frequente de carne vermelha e produtos processados fortalece o sistema imunitário.
☐ O baixo consumo de frutas e vegetais previne doenças metabólicas e neurológicas.

30.

- ☐ A dieta é rica em lípidos saturados e açúcares simples, que favorecem o controlo do colesterol.
- ☒ O predomínio de ácidos gordos insaturados, fibras e antioxidantes contribui para diminuir inflamações e proteger as células contra o envelhecimento precoce.
- ☐ A elevada ingestão de proteínas animais e gorduras trans melhora a função cardíaca.
- ☐ O consumo reduzido de vitaminas e minerais promove a regulação da glicose no sangue.