

Saúde, Qualidade de Vida e Doenças — Ficha

9.º Ano

Ciências Naturais

3 páginas

Competências que desenvolve: Distinguir saúde de qualidade de vida (OMS); caracterizar doenças por agentes patogénicos; relacionar antibióticos com resistência bacteriana; analisar doenças não transmissíveis e fatores de risco.

1. Verdadeiro ou Falso

a) Segundo a OMS, saúde é apenas a ausência de doença. → ____

b) As doenças transmissíveis são causadas por agentes patogénicos. → ____

c) O uso correto de antibióticos previne a resistência bacteriana. → ____

d) O cancro é uma doença não transmissível. → ____

e) A qualidade de vida inclui apenas o aspeto físico. → ____

2. Completa

a) Segundo a OMS, saúde é o estado de ____, ____, ____ e ____.

b) Os agentes patogénicos incluem ____, ____, ____ e ____.

c) As doenças _____ não se transmitem de pessoa para pessoa.

d) Os fatores de risco para doenças crónicas incluem ____, ____ e ____.

3. Saúde vs qualidade de vida

a) Qual é a diferença entre saúde e qualidade de vida segundo a OMS?

b) Cita 3 fatores que influenciam a qualidade de vida.

c) Por que é que a saúde mental é importante para a qualidade de vida?

4. Doenças e agentes patogénicos

a) Dá 1 exemplo de doença causada por vírus, bactéria, fungo e parasita.

b) Como se transmitem as doenças infecciosas?

c) Qual é a diferença entre doenças transmissíveis e não transmissíveis?

5. Responde por escrito

a) Analisa o papel dos antibióticos na resistência bacteriana.

b) Cita 3 doenças não transmissíveis e respetivos fatores de risco.

Soluções

1. a) F (é mais — inclui bem-estar físico, mental e social) b) T c) T d) T e) F (inclui físico, mental e social)
2. a) bem-estar físico, mental, social e completo b) vírus, bactérias, fungos, parasitas c) não transmissíveis d) tabaco, sedentarismo, dieta inadequada
3. a) Saúde = ausência de doença + bem-estar completo. Qualidade de vida = percepção de bem-estar físico, mental, social e funcional. b) Rendimento económico, acesso à saúde, educação, habitação, relações sociais. c) Porque o bem-estar mental influencia diretamente a capacidade de funcionalidade e relação social.
4. a) Vírus: gripe. Bactéria: tuberculose. Funga: candidíase. Parasita: malária. b) Contato direto, gotículas respiratórias, água contaminada, vetores (mosquitos), alimentos. c) Transmissíveis: propagam-se entre indivíduos. Não transmissíveis: causadas por fatores internos/ambientais.
5. a) Uso excessivo/inadequado → seleção de estirpes resistentes → tratamento ineficaz → maior propagação. b) Diabetes (obesidade, sedentarismo), cancro (tabaco, radiação UV), doenças cardiovasculares (hipertensão, colesterol).