

#ESTUDOEMCASA

AULA N.º 5

Ciências Naturais e Cidadania

ANO(s) 5.º e 6.º ano

ÁREA(S) DE CONHECIMENTO
APRENDIZAGENS ESSENCIAIS/PERFIL DOS ALUNOS

- Discutir a importância dos estilos de vida para o bom funcionamento do sistema cardiovascular, partindo de questões teoricamente enquadradas.
- Aplicar procedimentos simples de deteção de ausência de sinais vitais no ser humano e de acionamento do 112.

Salvar vidas

Suporte básico de vida | Procedimentos em caso de ausência de sinais de ventilação e de circulação | Importância da tecnologia no desenvolvimento e avanço da medicina (pacemaker) | Cirurgias feitas à distância | História da evolução da ciência | Saúde

Tarefas/ Atividades/ Exercícios (Tarefa adaptada da Porto Editora)

1. As imagens seguintes representam possíveis atitudes que adotamos no dia a dia.

1.1. Assinala com uma cruz (x) as imagens que correspondem a um estilo de vida saudável.



(5.º e 6.º anos)

1.2. Rodeia a opção que completa, corretamente, a frase seguinte:

A prática de exercício físico...

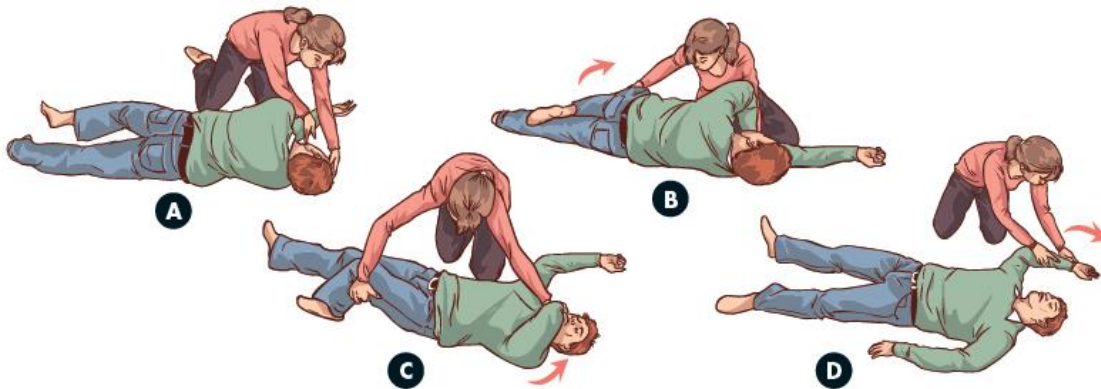
- (A) diminui a frequência cardíaca e a ventilação pulmonar.
- (B) aumenta a necessidade de oxigénio e diminui a de glícidos. (5.º e 6.º anos)
- (C) aumenta a frequência cardíaca e a ventilação pulmonar.
- (D) diminui a necessidade de energia e de oxigénio.

1.3. Indica três fatores de risco associados às doenças cardiovasculares.

2. Refere duas doenças cardiovasculares. (5.º e 6.º anos)

3. Explica a afirmação: “A má alimentação é, indiretamente, a principal causa de morte na Europa.” (5.º e 6.º anos)

4. Observa, com atenção, as seguintes imagens que representam o procedimento relativo à posição lateral de segurança.



4.1. Rodeia a opção que permite completar corretamente a afirmação seguinte: (5.º e 6.º anos)

A primeira preocupação a ter na abordagem inicial à vítima inconsciente é...

- (A) realizar compressões e ventilações.
- (B) avaliar as condições de segurança.
- (C) gritar por ajuda.
- (D) ligar para o 112.

4.2. Ordena as imagens de modo a reconstituir o procedimento correto para a posição lateral de segurança.

4.3. Indica o que representa o procedimento: V O S

4.4. Refere como se podem detetar sinais vitais numa vítima sem ventilação.

4.5. Indica o número de telefone para o qual se deve ligar em caso de emergência.