

Questão 60

QUESTÃO 60

O percentual da energia metabólica de um macronutriente em um alimento pode ser obtido levando em conta tanto o percentual em massa desse macronutriente quanto a sua respectiva energia metabólica por massa. Dos macronutrientes que nos interessam, os principais são proteínas, carboidratos e gorduras; as fibras só entram nesses cálculos quando são digeríveis. As gorduras apresentam um valor de energia metabólica por massa cerca de 2,25 vezes o valor da energia metabólica associada a carboidratos ou a proteínas.

Considere uma barra de chocolate cujos percentuais de energia sejam os apresentados conforme a tabela a seguir.

	proteínas	gorduras	carboidratos
Percentual de energia	5%	52%	43%

A partir dessas informações, pode-se afirmar que, em comparação com os respectivos percentuais em energia, os percentuais em massa de

- proteínas e carboidratos serão maiores e o percentual de gordura será menor.
- proteínas, carboidratos e gorduras serão maiores.
- proteínas e carboidratos serão menores e o percentual de gordura será maior.
- proteínas, carboidratos e gorduras serão menores.

RESOLUÇÃO

ALTERNATIVA A

Sabendo que em 100kJ, temos 5kJ de proteína, 52kJ de gordura e 43kJ de carboidrato.

$$1g \text{ --- } 1kJ$$

$$1g \text{ --- } 2,25kJ$$

$$1g \text{ --- } 1kJ$$

$$z \text{ ----- } 5kJ$$

$$x \text{ ----- } 52kJ$$

$$y \text{ ---- } 43kJ$$

$$z = 5g \text{ de proteína}$$

$$x = 23,1g \text{ de gordura}$$

$$y = 43g \text{ de carboidrato}$$

Ao somar $x + y + z = 71,1g$ total

Maior

Menor

Maior

7%

32,5%

60,5%

(5%) tabela

(52%) tabela

(43%) tabela