

Água e Chá

Lê atentamente e assinala com **Verdadeiro (V)** ou **Falso (F)** as seguintes frases:



A Água é um componente essencial para o bom funcionamento do organismo. ____

Tanto a Água como o Chá são excelentes fontes de antioxidantes. ____

O Chá é uma boa escolha para desidratarmos o nosso organismo. ____

Beber Água favorece o bom funcionamento do intestino. ____

A Água e o Chá são duas bebidas com propriedades anti-inflamatórias. ____

O Chá aumenta os níveis de energia. ____

Se quiseres ficar a saber mais, sobre a água e o chá, [clica aqui](#).

