

Colégio Evangélico Almeida Barros

Professor: Lucas Almada

Disciplina: Educação Física

Turma: 2º e 3º ano

Micronutrientes:

Os micronutrientes são nutrientes essenciais para o funcionamento regular do nosso organismo, mas ingerimos esses nutrientes em menor quantidade. Estes nutrientes são essenciais para a manutenção do nosso organismo e na ausência deles podemos ter algumas doenças ou disfunções. Os micronutrientes são os sais minerais, a água e a vitamina.