

56. Em relação a vitaminas e sais minerais, assinale a afirmação verdadeira.

- A) As vitaminas e alguns sais minerais como o ferro e o zinco são macronutrientes que precisam ser ingeridos em grandes quantidades.
- B) O ácido ascórbico, vitamina C, e as vitaminas do complexo B são lipossolúveis.
- C) A carência de vitaminas provoca estados clínicos conhecidos como hipervitaminoses.
- D) Vitaminas, por serem moléculas orgânicas necessárias aos animais, quando não são por eles sintetizadas, ou o são em quantidades inadequadas, devem ser obtidas por meio da dieta.

Assunto: Vitaminas

As vitaminas são micronutrientes reguladores do metabolismo, sendo, portanto, necessárias em pequenas quantidades. As vitaminas do complexo B e a vitamina C são hidrossolúveis. Um quadro de carência de vitaminas é conhecido como hipovitaminose.

Item: D

