



# Daniele Aquino da Silveira

Organizadoras  
Claudia Giuliano Bica  
Ana Carolina da Costa e Fonseca

Alice

Para onde foi a água que eu bebi?



Para onde foi a água  
que eu bebi? Alice







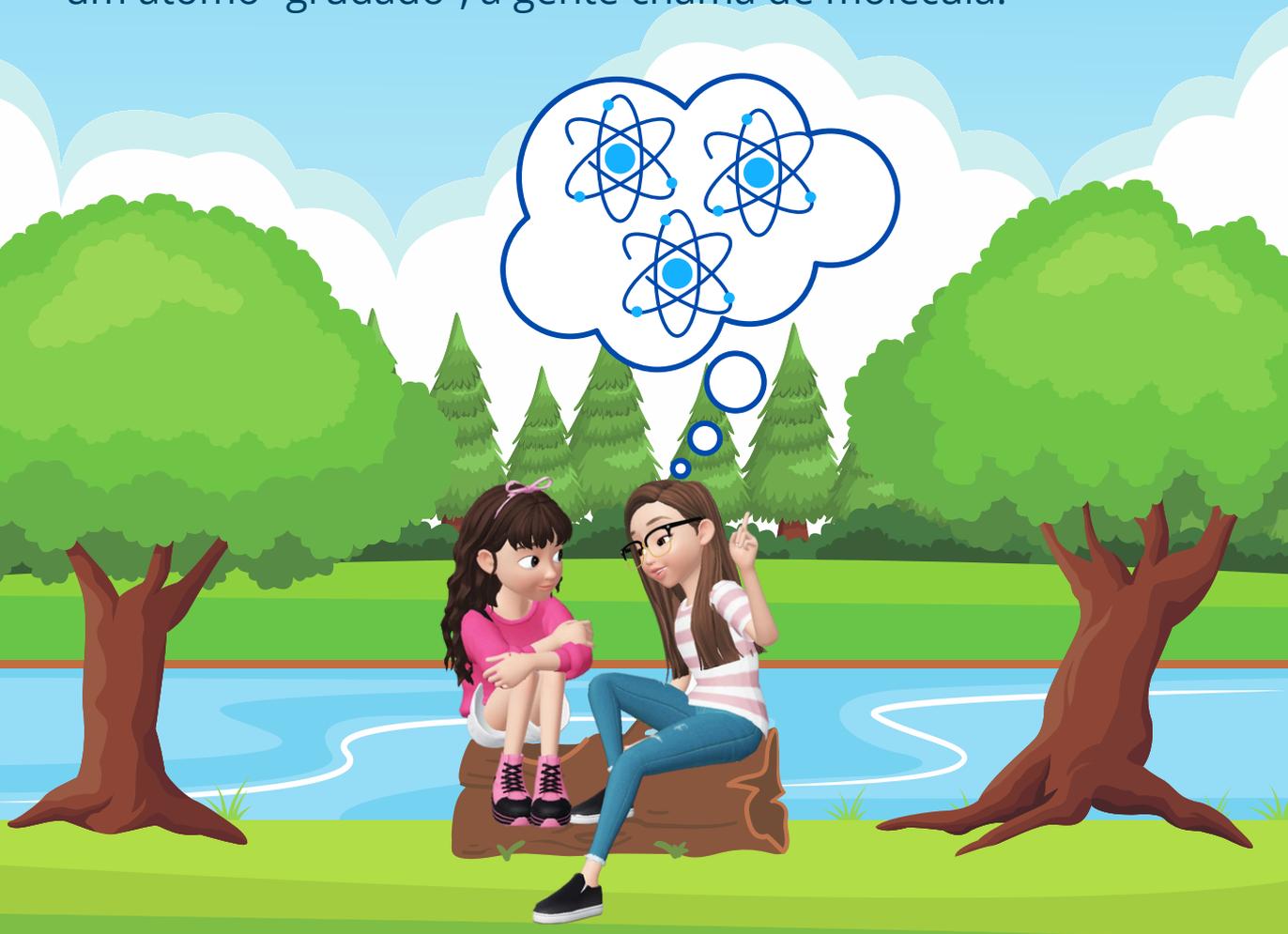
Oi, eu sou a  
Luana, sobrinha  
favorita da tia  
Dani.

Oi, eu sou a  
Dani, tia da  
Luana.



- Tia, de onde vem a água?

- Luana, os átomos são partículas (pedacinhos muito pequenos), menores que um grão de areia, que formam todas as coisas que existem. Quando a gente tem mais de um átomo "grudado", a gente chama de molécula.



- Tia, e o que isso tem a ver com a água?
- A água é uma molécula formada por dois átomos de hidrogênio e um átomo de oxigênio, que são elementos químicos. A gente precisa de muitas moléculas de água para formar uma única gota. Então, imagina quantas moléculas são necessárias para formar todo este rio?



- Ah, entendi tia!

- E Luana, você sabia que esse rio não é o único lugar que tem muita água? O corpo humano também tem! Mais da metade do nosso corpo é formado por água.



- Uau, eu não sabia, tia! E onde está toda essa água?
- Desde antes de nascermos, dentro da barriga de quem está nos gestando, nós já estamos em contato com a água. O feto, que é o bebê antes de estar totalmente formado, fica dentro da bolsa amniótica, que é uma bolsa cheia de água e de nutrientes que vêm do corpo da gestante.

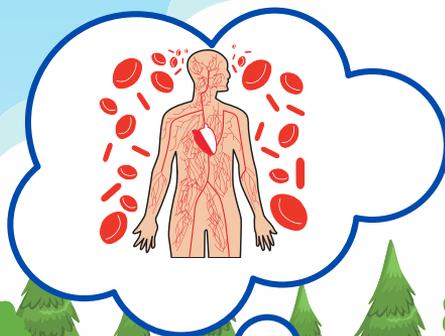


- Tia, de onde vem a água do corpo da gestante??
- A água do corpo de todos os seres humanos - não só do das gestante - é aquela que a gente bebe. Por isso, é tão importante bebermos água para nos mantermos hidratados!



- Mas eu não tenho um bebê na barriga, para onde vai a água que eu bebi, tia?

- A água que a gente bebe é utilizada por nossas células, tecidos e órgãos.



- Mas para quê?

- Para várias funções. A saliva, por exemplo, é formada em sua maior parte por água e serve para proteger a nossa boca de bactérias e de outros microrganismos, além de lubrificar (deixar escorregadio) e diluir o que a gente come, facilitando para mastigar, sentir o gosto e engolir.

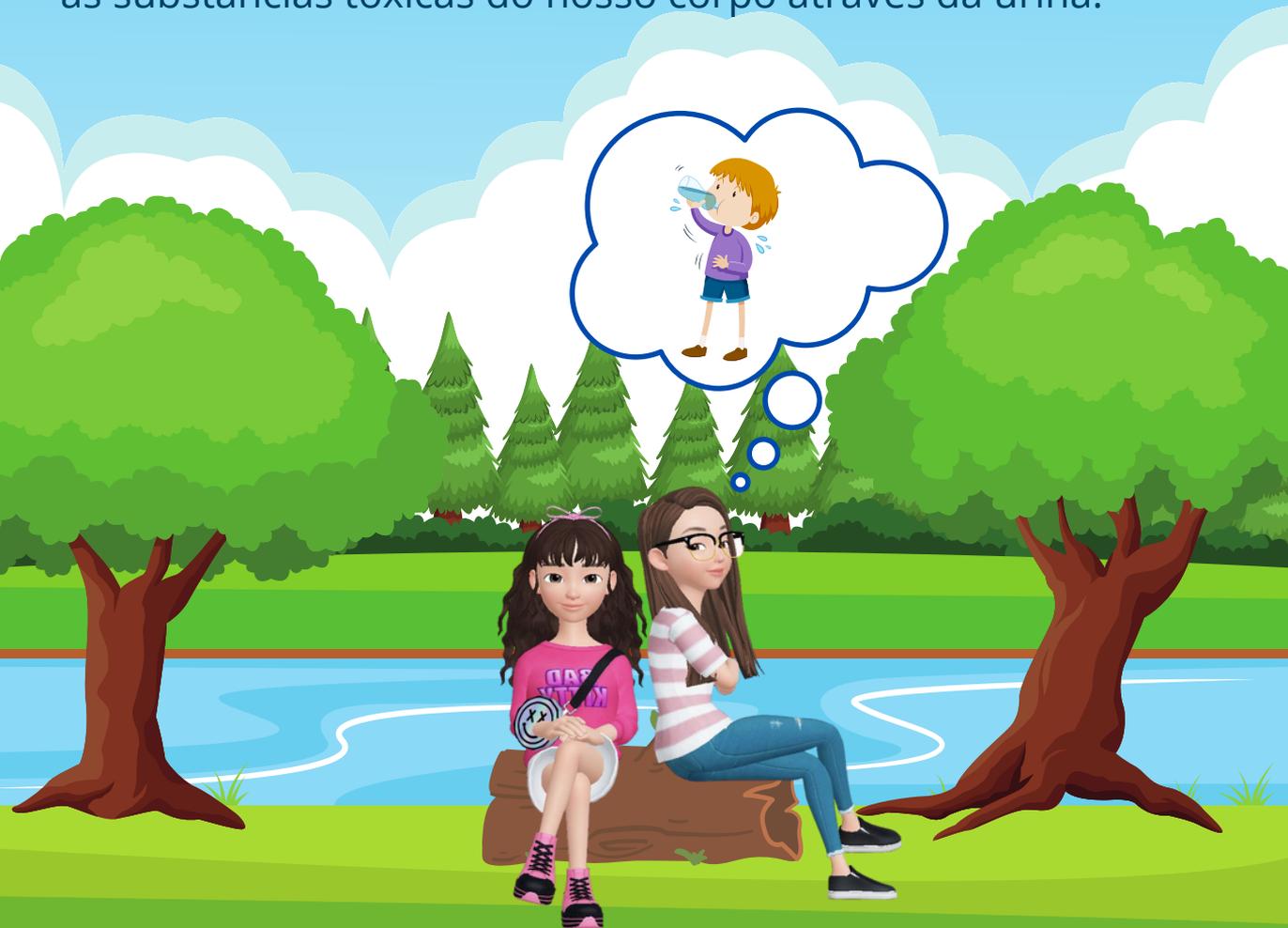


- Ah, que legal!

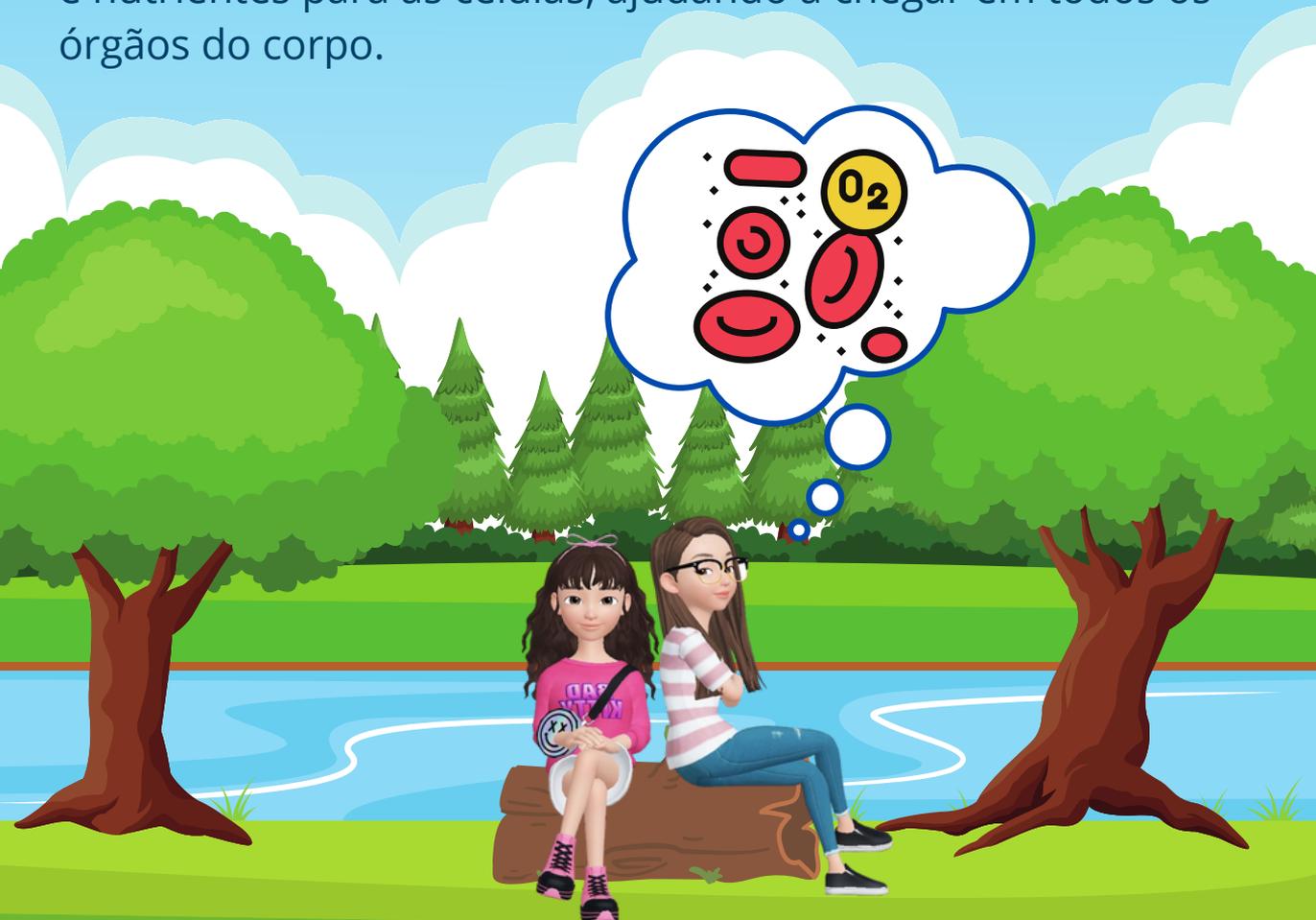
- A lágrima também é formada por água e serve para proteger, limpar e lubrificar os olhos.



- E para que mais serve a água no nosso corpo, tia Dani?
- A água tem várias funções no nosso corpo. Ela é importante para o transporte de oxigênio e nutrientes, ajuda na digestão e absorção dos alimentos, regula nossa temperatura e retira as substâncias tóxicas do nosso corpo através da urina.



- Transporte de oxigênio e nutrientes?
- Sim, quem faz isso é o sangue, que é formado por uma parte líquida e por uma parte sólida. A parte líquida é formada, em sua maioria, por água, que transporta oxigênio e nutrientes para as células, ajudando a chegar em todos os órgãos do corpo.



- Outra função importante da água é a perda de calor do nosso corpo pelo suor.
- Nossa! É por isso que quando faz muito calor a gente fica suado?
- Exatamente!



- Que legal! Conta mais, tia?

- Você sabia que a nossa urina é composta basicamente de água e que nela, as substâncias tóxicas que são filtradas nos rins vão embora?



- É devido a essas substâncias que o xixi é amarelo e não transparente como a água?

- Isso mesmo! O nosso corpo precisa de muita água para mantermos o equilíbrio e as funções ativas. Quando tomamos água na quantidade que o corpo precisa e estamos saudáveis, o xixi fica bem clarinho.



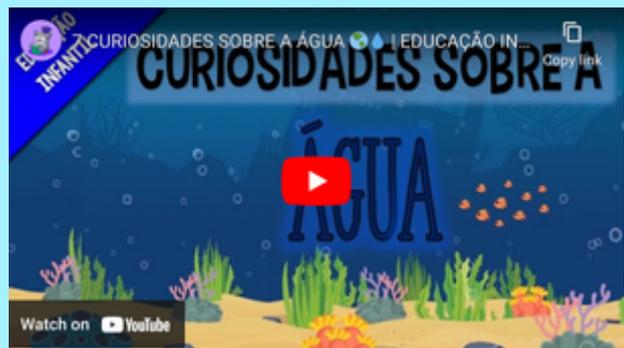
- Uau, eu aprendi muitas coisas hoje. E sabe o que mais? Essa conversa toda me deu sede!

- É verdade, vamos lá tomar um copo de água?



# Saiba mais:

Se você gostou do que aprendeu, que tal ouvir uma música sobre a água e assistir a um vídeo de curiosidades?



# Referências bibliográficas:

[agua-hidratacao-saude.pdf \(sban.org.br\)](#)

[https://aguamineral.cprm.gov.br/agua\\_e\\_saude.html](#)

[Slide 1 \(multiscreensite.com\)](#)



# Dedicatória

Esse livro é dedicado à Luana e a todas as crianças que, assim como ela, são curiosas e estão sempre em busca de respostas.



# Castelinho de Livros

Literatura é a arte que, pelas palavras, transporta quem lê para muitos mundos. A literatura infantil fala para leitoras e leitores ainda em formação e, também, para jovens e adultos que compartilham seu tempo com crianças e, deste modo, adentram o mundo da fantasia e da curiosidade, ainda infinita, pela leitura de livros.

Castelinho de Livros é um Programa de Extensão da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA), que mistura entretenimento e conhecimento de ciências e de humanidades. Esperamos que ajude a responder a algumas das curiosidades que as crianças têm e a despertar outras tantas sequer imaginadas.

Esta e outras obras estão disponíveis para download gratuito em:



Leia sem moderação, compartilhe sem limites!

Siga-nos no Instagram:

<https://www.instagram.com/castelinho.ufcspa/>

# Organização, revisão técnica e autoria

**Ana Carolina da Costa e Fonseca** e **Claudia Giuliano Bica** são professoras na UFCSPA há mais de dez anos e compartilham disciplinas e interesses. Com formações distintas e complementares, Ana é graduada em Direito, Filosofia e Letras, doutora em Filosofia (UFRGS), e Claudia é bióloga e doutora em Patologia (UFCSPA). Elas adoram trocar ideias e falar de ciência e de humanidades para crianças. São especialistas em literatura infantil e juvenil.

**Katya Vianna Rigatto** é médica veterinária (UFPel) e doutora em Fisiologia (UFRGS), professora e pesquisadora na UFCSPA, ama os animais, dos grandes mamíferos aos pequenos roedores, e, nas horas vagas, revisa livros infantis. **Simone Schneider Amaral** é Química Industrial (UFSM), doutora em Química Orgânica (UFSM) e professora na UFCSPA. Sua principal missão, além da docência, é aprender sobre o mundo ao lado dos filhos, Clarice e Lucas. Ambas fizeram a revisão técnica do livro.

Este livro foi produzido por **Daniele Aquino da Silveira**, aluna do curso de Nutrição da UFCSPA.

**Copyright 2024 autores e organizadores**  
**Coordenação editorial: Roberto Schmitt-Prym**

**Todos os direitos desta edição reservados.**



**Rua Marquês do Pombal, 788/204**  
**90.540-000 - Porto Alegre, RS**  
**Telefones: (51)3779-5784 - (51)99491-3223**  
**www.bestiario.com.br**

**PROGRAMAS  
UTILIZADOS:  
SOFTWARECANVA.I  
NC E APP ZEPETO**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD  
Elaborado por Odilio Hilario Moreira Junior - CRB-8/9949

S587p Silveira, Daniele Aquino da

Para onde foi a água que eu bebi? [recurso eletrônico] /  
Daniele Aquino da Silveira ; organizado por Ana Carolina da  
Costa e Fonseca, Claudia Giuliano Bica. - Porto Alegre :  
Bestiário, 2024.  
22 p. : il. ; PDF ; 10 MB.

1. Literatura infantil. I. Costa e Fonseca, Ana Carolina da,  
II. Bica, Claudia Giuliano. III. Título.

2024-2112

CDD 028.5

CDU 82-93

Índice para catálogo sistemático:

1. Literatura infantil 028.5
2. Literatura infantil 82-93

É permitida a reprodução sem fins  
lucrativos desta obra, parcial ou  
total, desde que citada a fonte ou  
sítio da Internet onde pode ser  
encontrada.

Alice 



Alice 

**PARA CONHECER OUTRAS  
OBRAS DO  
CASTELINHO DE LIVROS,  
ACESSE O QR CODE.**

