

GUÍA DE CIENCIAS NATURALES 8°

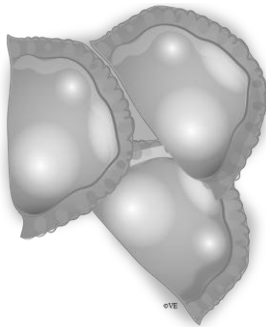
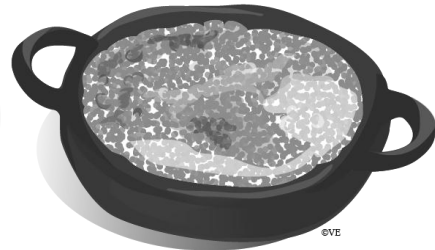
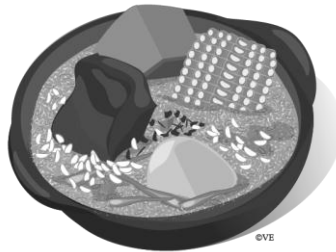
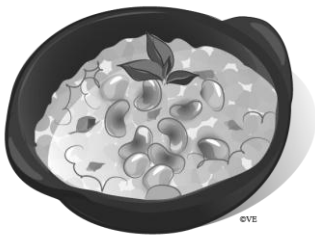
“Unidad I: Nutrición y Salud”

Objetivo(s) de la Clase:

- 1. Describir el recorrido de los nutrientes y de los desechos de nuestro organismo.

Nutrientes y Desechos.

Los Alimentos: Permiten el mantenimiento de nuestro cuerpo y los procesos que en él ocurren, ya sea para crecimiento, mantención, reparo de en el organismo.



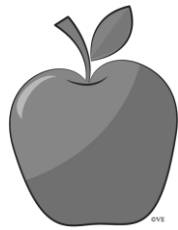
Menciona otros 5 alimentos que conozcas.

-
-
-
-
-

¿Todos ellos nos aportan nutrientes? Justifica.

Los Nutrientes: Aquellos componentes de los alimentos que tienen una función energética, estructural o reguladora.

✓ Función Reguladora: La cumplen los Minerales y las Vitaminas.

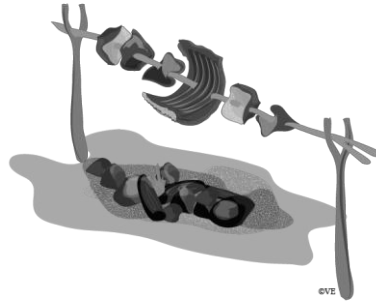


Menciona 5 nutrientes que cumplan la función reguladora en nuestro organismo:

-
-
-
-
-

¿Qué actividades regulan estos nutrientes?

- ✓ Función Estructural: Forman parte de este grupo de las Proteínas y los Lípidos.

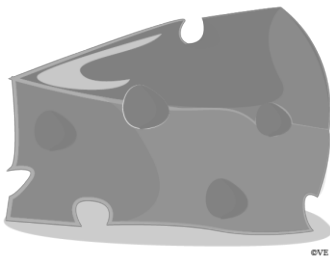


Menciona 5 nutrientes que cumplan la función reguladora en nuestro organismo:

-
-
-
-
-

¿Qué actividades regulan estos nutrientes?

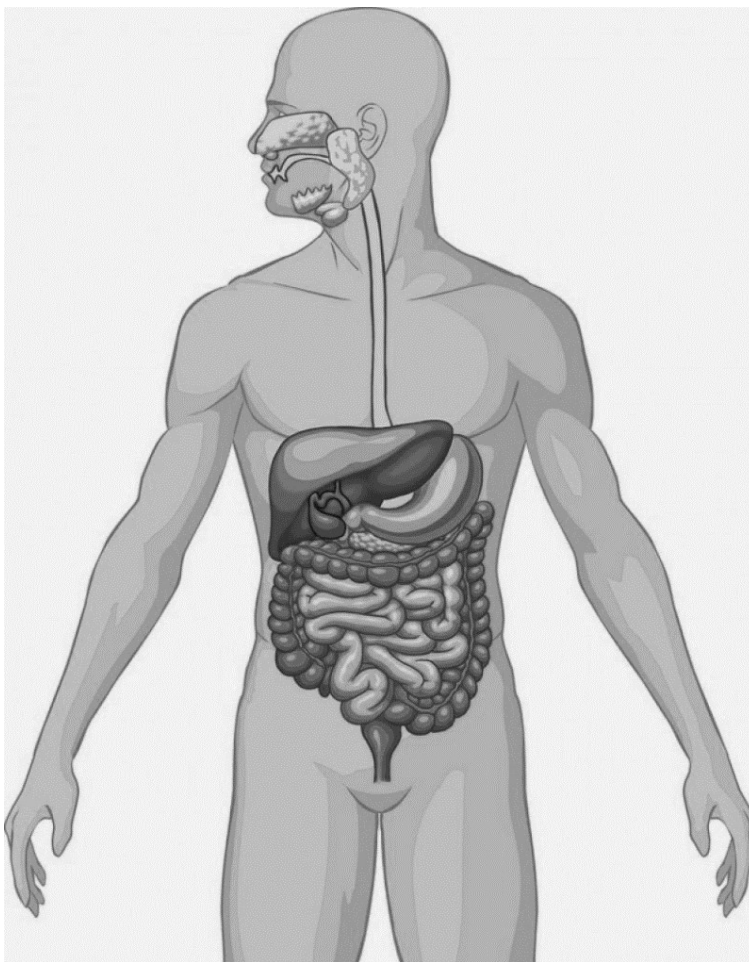
- ✓ Función Energética: La energía aportada a nuestro cuerpo la incorporamos por medio de los Lípidos.



Menciona 5 nutrientes que cumplan la función reguladora en nuestro organismo:

-
-
-
-
-

¿Qué actividades regulan estos nutrientes?



Completa la siguiente ilustración con el recorrido que realizan los nutrientes y la forma en que son desechadas.
