

HOJA DE TRABAJO

Curso: Comunicación y Lenguaje

Profa.: Vilma López

TEXTO O DISCURSO

INSTRUCCIONES: Complete los espacios en blanco arrastrando los marcadores que aparecen en cada recuadro.

Por ello	además	Pero que	porque	Para empezar
Mejor dicho	En suma	Ya que	De ahí que	Por ejemplo

El poder de las vitaminas

_____, las vitaminas son sustancias que el cuerpo no produce, _____ están presentes en los alimentos que la naturaleza nos ofrece. Son vitales, _____ casi todos los procesos metabólicos del organismo las requieren. _____, sin vitaminas no podríamos vivir.

La vitaminas son esenciales para el crecimiento, desarrollo y regulación de la función celular,

_____ son ellas el combustible para que el organismo pueda trabajar.

_____, el organismo tiene depósitos para almacenarlas como,

_____ el tejido graso y el hígado.

_____ para tener un aporte adecuado de todas las vitaminas hay que llevar una dieta de origen animal y vegetal bien balanceada _____ es necesario consumir entre una o dos porciones de lácteos al día; de tres a cinco porciones de frutas y verduras; dos porciones de carne o un sustituto (como huevo, queso, leguminosas; una harina en cada comida principal; granos dos o tres veces por semana y grasa, _____ es importante comer de todo moderadamente.