



Ciencias La ENERGÍA de los Alimentos

Instrucción: Indica si los siguientes enunciados son faltos o verdaderos.

1. Los carbohidratos, lipidos y proteinas son fundamentales en la estructura y el funcionamiento de tu sistema respiratorio.
2. Las biomoleculas que son de interes en la alimentacion son los carbohidratos, los lipidos y las proteinas porque son nutrientes para el ser humano.
3. Los carbohidratos son la principal fuente de calor, dichas biomoleculas se encuentran en los azucres simples y el almidon.
4. Los lipidos, son la reserva energetica, asi como las proteinas, que tienen diversas funciones.
5. El calor es una forma de energia, que se manifiesta como resultado de los procesos endotermicos y exotermicos del metabolismo; su unidad es el joule.
6. La caloria (cal), que se define como la cantidad de energia que debe aplicarse a un gramo de agua para elevar su temperatura 10 °C.
7. La energia que requieren las celulas proviene de la fragmentacion de las moleculas de las biomoleculas convirtiendolas asi en moleculas mas pequenas.
8. A la cantidad de energia, medida en kilocalorias, que aporta un nutriente por gramo se le denomina aporte energetico.
9. Las celulas de tu cuerpo llevan a cabo reacciones de combustion para obtener energia de las moleculas de glucosa; este proceso se da lentamente de manera controlada; algunas enzimas ayudan a que esto sea asi.
10. El valor nutricional de un alimento se puede definir, de manera sencilla, como la cantidad de nutrientes en gramos (g) que estos aportan al organismo por cada 100 g que se consumen del alimento.