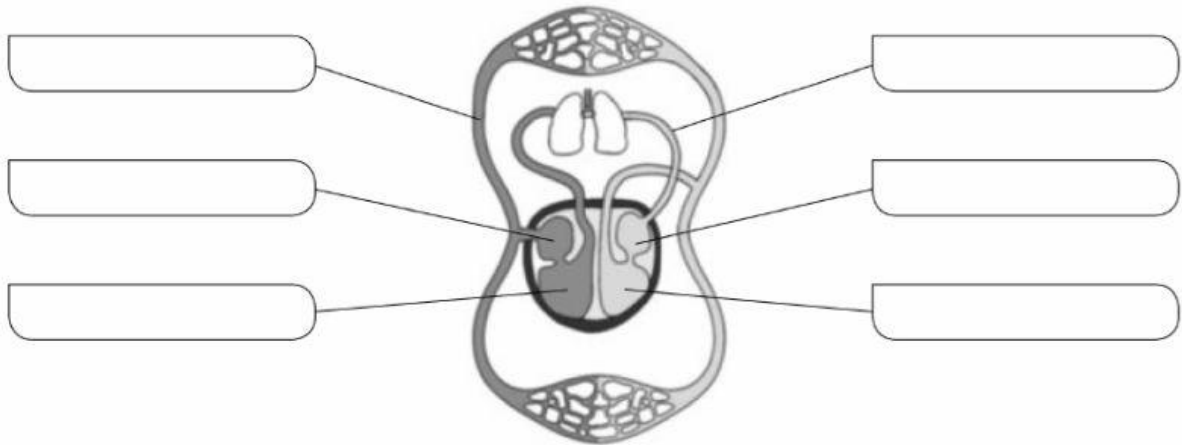


REPÀS APARELL CIRCULATORI

1. Completa amb les paraules adequades:

aurícula dreta – aurícula esquerra – ventricle dret – ventricle esquerre
circulació pulmonar – circulació general



2. Marca els hàbits que beneficien el sistema circulatori.

- ☐ Menjar excessivament, abusant d'aliments rics en greixos.
- ☐ Fer exercici físic de manera moderada.
- ☐ Evitar els aliments que tenen molt greix.
- ☐ Consumir la sal que ens vingui de gust.

3. Completa:

La sang està formada per un líquid, el plasma que està compost principalment per AIGUA. En el plasma s'hi troben els glòbuls VERMELLS, que s'encarreguen de transportar l'OXÍGEN; les PLAQUETES, que taponen els vasos sanguinis quan hi ha una ferida, i els glòbuls BLANCS, que ens defensen de les malalties.

La dieta és el conjunt d'ALIMENTS que menja una persona de forma habitual. Una dieta SALUDABLE ha de ser EQUILIBRADA, és a dir, ha d'aportar la quantitat necessària de cada nutrient en funció de les necessitats de la persona i en funció de l'EDAT, el PES, l'activitat física que faci, etc.