



MINI TEST: LA NUTRICIÓN

¿Cuánto sabes sobre la nutrición humana?

¡Descúbrelo con este test!

Elige la opción correcta en cada pregunta.

1. Los aparatos que intervienen en la nutrición son:
 - a. El aparato digestivo, el aparato respiratorio, el aparato excretor y el aparato circulatorio.
 - b. La boca, el estómago, el intestino grueso y el intestino delgado.
 - c. La sangre y el oxígeno.
2. Los nutrientes necesarios para crecer y reparar el cuerpo son:
 - a. Las vitaminas
 - b. Las grasas
 - c. Las proteínas
3. El proceso que consiste en el paso de los nutrientes del tubo digestivo a la sangre es la:
 - a. digestión
 - b. absorción
 - c. eliminación de desechos
4. La fibra es:
 - a. Un nutriente de origen animal
 - b. Un nutriente de los alimentos de origen vegetal
 - c. Un componente de las proteínas
5. El primer paso del proceso digestivo es:
 - a. La digestión
 - b. La masticación
 - c. La absorción
6. La eliminación de las sustancias de desecho la hace principalmente:
 - a. El aparato excretor
 - b. el aparato respiratorio
 - c. el aparato digestivo
7. Los jugos gástricos se producen en:
 - a. El estómago
 - b. El esófago
 - c. El intestino delgado
8. La fruta es un alimento rico en:
 - a. hidratos, proteína y fibra
 - b. fibra, vitaminas e hidratos
 - c. Grasas y proteínas
9. Mediante la respiración:
 - a. Tomamos dióxido de carbono y eliminamos oxígeno.
 - b. El aire entra en los pulmones gracias a la absorción de los nutrientes.
 - c. Eliminamos dióxido de carbono y tomamos oxígeno.
10. Las arterias son:
 - a. Los vasos sanguíneos que llevan la sangre por el interior de los órganos.
 - b. Los vasos sanguíneos que llevan la sangre que sale del corazón.
 - c. Los vasos sanguíneos que llevan la sangre hacia el corazón.
11. La orina se expulsa a través de:
 - a. La vejiga
 - b. los uréteres
 - c. la uretra
12. Mediante la circulación:
 - a. Se obtiene el oxígeno del aire y se elimina el dióxido de carbono.
 - b. Se retiran las sustancias de desecho y se elimina el dióxido de carbono.
 - c. Se reparten por el cuerpo los nutrientes y el oxígeno y se retiran las sustancias de desecho