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.