



**NOMBRE Y APELLIDO:**

**1 BUSCA LAS DEFINICIONES CORRECTAS**

LIPIDOS O GRASAS

SON UN TIPO DE NUTRIENTES CONOCIDOS COMO AZUCARES CONSTITUYEN LA PRINCIPAL FUENTE ENERGETICA.

PRESENTAN LA MAYOR FUENTE DE ENERGIA PUEDEN DER DE ORIGEN VEGETAL O ANIMAL.

GLUCIDOS

SON TIPOS DE AZUCARES ABSORCION LENTA Y RAPIDA.

SON UN TIPO DE NUTRIENTES CONOCIDOS COMO AZUCARES CONSTITUYEN LA PRINCIPAL FUENTE ENERGETICA.

PROTEINAS

SON MOLECULAS FORMADAS POR AMINOACIDOS SON IMPRESCINDIBLE PARA EL CRECIMIENTO DEL CUERPO.

SON UN GRUPO DE SUSTANCIAS QUE SON NECESARIAS PARA FUNCION NORMAL.

NUTRIENTES  
ESENCIALES

SON ESENCIALES PORQUE SI SIGUES UNA DIETA COMPLETA Y VARIADA PODRAS TENER UNA VIDA SALUDABLE.

SON NUTRIENTES ESENCIALES PORQUE EL CUERPO PUEDE SINTETIZARLO.

QUE SON LOS  
NUTRIENTES

LOS NUTRIENTES SON COMPONENTES QUE NUESTRO CUERPO PUEDE ELABORAR Y SIRVEN PARA MANTENER FUNCIONES ENERGETICAS.

LOS NUTRIENTES SON COMPONENTES DE LOS ALIMENTOS Y SIRVEN PARA MANTENER FUNCIONES ENERGETICAS.