



## ¿Cómo comen frutas algunas familias?

¡Ahora, empecemos a leer!

### Familia de Juan

Un domingo, la familia de Juan, mientras tomaba desayuno, escuchó en la radio a un nutricionista decir:

**Familias, cuando cortas la manzana y se empieza a oscurecer, ya no alimenta de la misma manera.**

Yo llevo al trabajo fresas y papaya picada, y estoy bien.

Mami, yo siempre como mi manzana cuando está marrón, ¿por qué dice que ya no alimenta igual?

No sé, yo también como la manzana cuando está marrón.



### Familia de Mercedes

También, ese día, la familia de Mercedes, vecina de Juan, escuchaba al mismo nutricionista mientras desayunaba.

**Familias, cuando cortas la manzana y se empieza a oscurecer, ya no alimenta de la misma manera.**

¡Yo no como así, mamá! Como el plátano, apenas lo pelo.

Sí, hijita, nosotros comemos las frutas apenas las pelamos, antes de que cambien de color.





Después de haber leído los casos, cuéntame que has comprendido.

1. ¿De quiénes hablan los textos?

---

2. ¿Consideras adecuadas las recomendaciones del nutricionista?, ¿por qué?

---

---

3. A partir de la lectura, lee las siguientes oraciones escribe quien dice cada frase.

a) El \_\_\_\_\_ dice: "Si la manzana se empieza a oscurecer, ya no alimenta igual".

b) "No sé, yo también como la manzana cuando está marrón". \_\_\_\_\_

c) "¡Yo no como así, mamá! Como el plátano, apenas lo pelo" \_\_\_\_\_

4. De acuerdo al texto, completa el cuadro respondiendo las siguientes preguntas:

Preguntas	Familia de Juan	Familia de Mercedes
¿Cómo comen las frutas la familia de Juan y la de Mercedes?		
Según lo que dice el nutricionista, ¿cuál de las familias aprovecha mejor los nutrientes de las frutas?, ¿por qué?		

5. A partir del texto, explica, ¿En qué se diferencian la forma de comer las frutas la familia de Juan Y Mercedes?

---

6. ¿De qué trata el texto?

---

7. Ahora, conversa con un familiar a partir de la siguiente pregunta:

**Rosa es una niña que siempre come el kiwi, en cuanto lo pela.**



¿Qué opinas?, ¿por qué?

---

---

---