LA IMPORTANCIA DE TOMAR AGUA

INDICACIÓN: Selecciona las afirmaciones correctas, según la gráfica.

	a) El principal componente del ser humano son los minerales.
	b) El componente principal del cuerpo humano es el agua.
	c) El cuerpo humano está formado aproximadamente por dos terceras partes de agua
	d) El cuerpo humano está formado por cuatro quintas partes de agua aproximadamente.



INDICACIÓN: Relaciona las columnas.

SUDOR	Limpia y lubrica el ojo.
SANGRE	Lubrica la boca e interviene en la digestión.
SALIVA	Ayuda a regular la temperatura del cuerpo mediante transpiración.
ORINA	Elimine las sustancias tóxicas del metabolismo y se excreta por el aparato urinario.
LÁGRIMA	Lleve los nutrimentos y el oxígeno por todo el cuerpo.

INDICACIÓN: Arrastra la función del agua en el cuerpo con su descripción.

Eliminación de toxinas.	Regulación de la temperatura.	Trasporte de nutrientes.

Cuando hace calor, el agua corporal se evapora y el sudor enfría el cuerpo.	Participa en la digestión de los alimentos y en que los nutrimentos lleguen a las células.	Permite liberar el dióxido de carbono, sudar, orinar o defecar.

INDICACIÓN: Observa la jarra del buen beber y responde

LIVEWORKSHEETS



1.- ¿Cuántos vasos de agua simple potable se recomienda beber al día?

r.- _____

2.- ¿Qué tipo de bebidas se sugiere evitar en la Jarra del Buen Beber?

r.- _____

3.- ¿Cuál es la razón para evitar el consumo de esas bebidas?

r.- _____

LIVEWORKSHEETS