

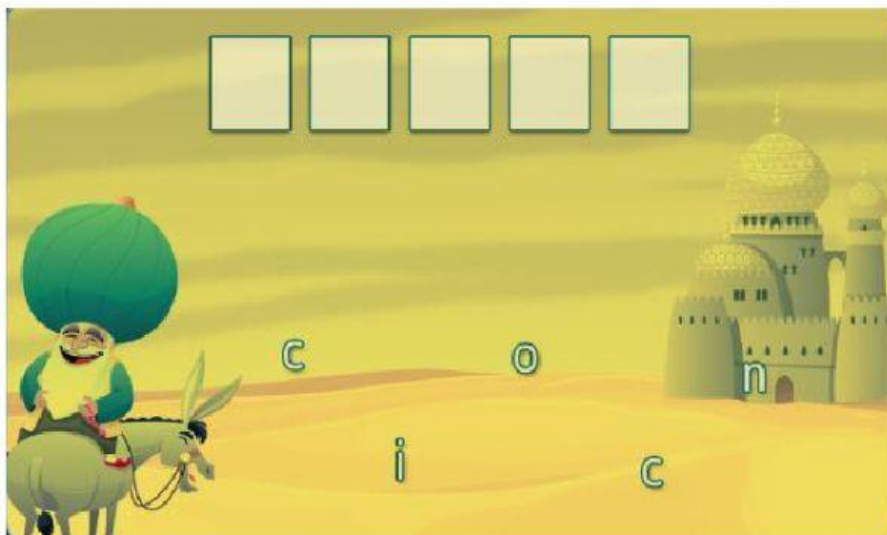
## Lectura Comprensiva

### ¡ Comer fruta es genial !

¿Cuáles son algunas de las sustancias benéficas que nos aporta la fruta?



¿Según los médicos ¿Cuántas porciones de fruta y verdura debemos comer cada día?



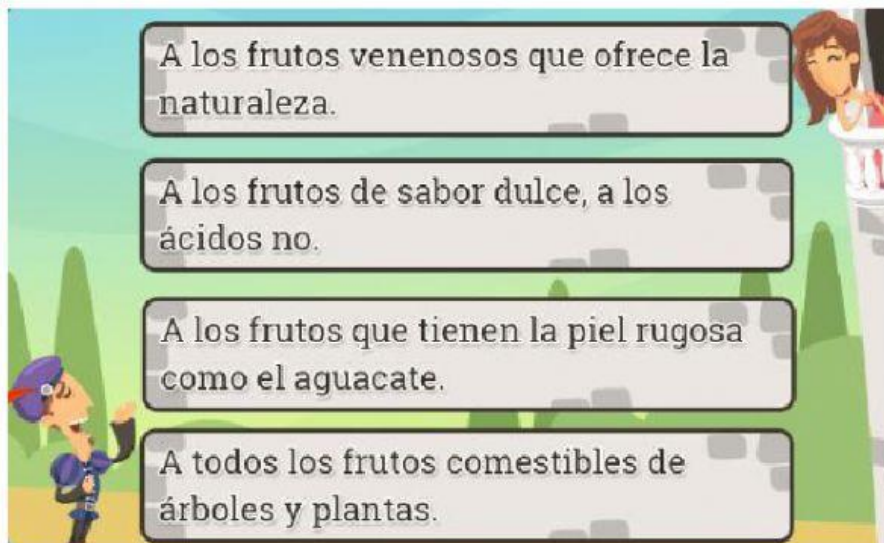
### Complete el texto



La fruta contiene gran cantidad  
de , importante para  
limpiar el .

organismo      agua

### ¿A qué llamamos fruta?



A los frutos venenosos que ofrece la naturaleza.

A los frutos de sabor dulce, a los ácidos no.

A los frutos que tienen la piel rugosa como el aguacate.

A todos los frutos comestibles de árboles y plantas.

**¿Qué sustancia contienen la frutas ayuda a prevenir el estreñimiento y la obesidad?**



**Las frutas se caracterizan por...**

