

LA DIETA CORRECTA Y SU IMPORTANCIA PARA LA SALUD

Une con una línea.

*Es la acción por la cual ingerimos los alimentos y bebidas.

*Es la variedad y cantidad de alimentos que consumimos de manera cotidiana.

*Es el proceso por el cual el organismo obtiene de los alimentos y las bebidas ingeridos los nutrimentos que necesita.

*Son sustancias básicas que el organismo necesita para su buen funcionamiento.

NUTRICIÓN

DIETA

NUTRIMENTOS

ALIMENTACIÓN

CARBOHIDRATOS

PROTEÍNAS

GRASAS O LÍPIDOS

VITAMINAS Y MINERALES

The diagram is a vertical flowchart with a red dotted border. At the top, the title 'LA DIETA CORRECTA Y SU IMPORTANCIA PARA LA SALUD' is centered. Below it, the instruction 'Une con una línea.' is followed by four definitions. To the right of these definitions are five terms: NUTRICIÓN, DIETA, NUTRIMENTOS, ALIMENTACIÓN, and CARBOHIDRATOS. Below the definitions are four images: a variety of foods (eggs, fish, grains, etc.), a collection of fruits and grains, a variety of fruits and vegetables, and a collection of fast-food items (burgers, fries, etc.). To the right of these images are four terms: PROTEÍNAS, GRASAS O LÍPIDOS, and VITAMINAS Y MINERALES. Lines connect the definitions to the terms on the right.

A close-up photograph of a variety of fast-food items. In the foreground, there's a large burger with a sesame seed bun, a side of golden-brown french fries, and a small container of ketchup. Behind these are several chicken nuggets and a small cup of dipping sauce. The background shows more food items, including what looks like a bowl of soup or a drink.

VITAMINAS Y MINERALES

LA DIETA CORRECTA Y SU IMPORTANCIA PARA LA SALUD



PLATO DEL BIEN COMER



JARRA DEL BUEN BEBER

Escoge la respuesta correcta.

La leche materna es el único alimento que contiene todos los nutrimentos necesarios para un recién nacido.

El sobrepeso y la obesidad provoca enfermedades como diabetes, enfermedades cardiovasculares, entre otras.