



# CIENCIAS NATURALES

PROFE RICARDO  
SISTEMA DIGESTIVO



1. Une con líneas los tipos de alimentos con sus características.

a. Alimentos energéticos

Contienen proteínas, aportan con nutrientes para crecer sanos. Un ejemplo es la carne, el pescado, las legumbres, huevos, entre otros.

b. Alimentos constructores

Contienen vitaminas y minerales, para que nuestro cuerpo funcione de un modo adecuado, por ejemplo las frutas.

c. Alimentos reguladores

Contienen glúcidos y grasas, los cuales son necesarios para realizar nuestras actividades diarias, por ejemplo el pan, cereales, entre otros.

2. Localiza los siguientes órganos.

Boca

Estomago

Hígado

Esófago

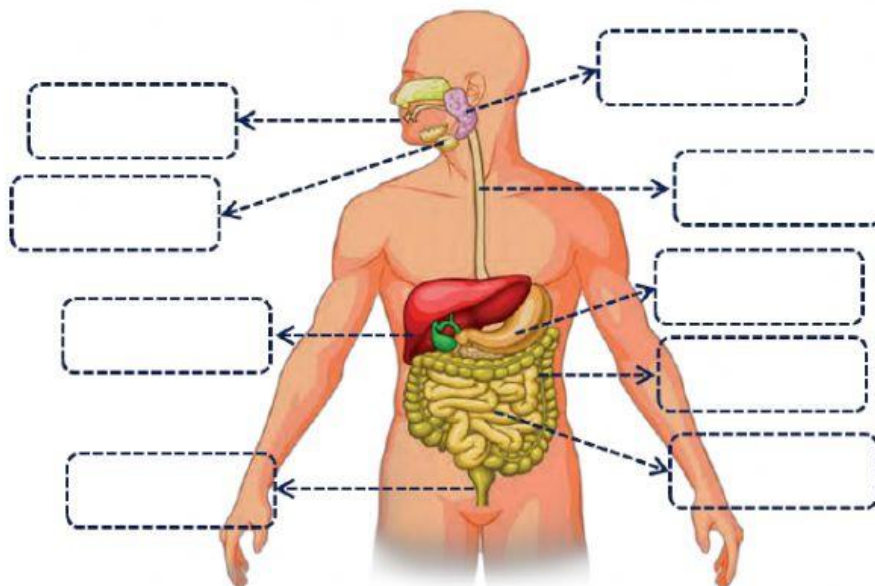
Ano

Glándulas  
salivales

Intestino  
delgado

Intestino  
grueso

Faringe



3. **Selecciona** las letras que correspondan a los hábitos del sistema digestivo:

- a) Comer ocho veces al día para que nuestra digestión sea la adecuada.
- b) Masticar bien los alimentos antes de tragarlos para que facilite nuestra digestión.
- c) No beber agua en el día.
- d) Beber al día un litro y medio de agua.
- e) Lavarse las manos antes de preparar o consumir algún alimento.
- f) No cepillarse los dientes después de comer.
- g) No practicar ejercicio ni caminar.

4. **Completa** el siguiente texto.

circulatorio - nutrientes - digestivo - nutrición - respiratorio

La función de \_\_\_\_\_ permite al ser humano obtener las sustancias necesarias para vivir. Para obtener los \_\_\_\_\_ y que se distribuyan por el cuerpo, se requiere de la intervención de cuatro sistemas: \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ y excretor.

5. **Completa** el siguiente texto.

- a) \_\_\_\_\_ son ingeridos por la **boca**. Los dientes los trituran masticándolos. Con la ayuda de la lengua, los alimentos se mezclan con \_\_\_\_\_ hasta formar el \_\_\_\_\_.
- b) En el **estómago** se segregan \_\_\_\_\_, que se mezclan con \_\_\_\_\_ y lo descomponen para transformarlo en una especie de papilla denominada \_\_\_\_\_.
- c) En el **intestino delgado**, \_\_\_\_\_ se mezcla con \_\_\_\_\_ segregados por este, así como con \_\_\_\_\_, producida por el hígado, y \_\_\_\_\_ que segrega el páncreas. Esta mezcla pasa a denominarse \_\_\_\_\_. Así, los alimentos, ya transformados en sustancias nutritivas o nutrientes, pueden ser absorbidos por \_\_\_\_\_ del intestino delgado y pasan a la sangre.
- d) \_\_\_\_\_ que no han sido absorbidos pasan al **intestino grueso**. Allí se absorbe \_\_\_\_\_ que contienen, que pasa a la sangre. De este modo, los restos se compactan y se forman \_\_\_\_\_ que se expulsan por el ano.