

LA LECHE

<https://youtu.be/nJkJT1uiFB8>



1 - ¿Cuál es la controversia de los últimos tiempos sobre la leche? según indica el video:

2 - ¿De qué se compone la leche?

1-

2-

3-

4-

Solo un tiempo después del nacimiento:

5-

6-

3 - ¿Cuáles son los animales productores de leche?

1-

2-

3-

4 - ¿Qué encima puede descomponer la LACTOSA para digerirla fácilmente? ¿Qué porcentaje de la población mundial carece de esta enzima después de la infancia? ¿Si careces de la enzima, cuántos mililitros podrías ingerir al día sin tener problemas de salud?

1-

2-

3-

5 - ¿Cuáles son los efectos negativos de leche para la salud según el video?

1-

2-

3-

4-

6 - El video demuestra que los efectos negativos anteriores no están científicamente probados. Según el video ¿cuáles son algunos efectos negativos que produce la intolerancia a la lactosa?

1.

2.

7 - Rellena los huecos:

La producción de leche tiene un importante impacto en el clima global, cerca del _____ de las tierras de cultivo se emplean en alimentar ganado, incluido el destinado a leche. Aunque su huella de carbono a disminuido desde _____, aun es responsable del _____ de las emisiones de gases de efecto invernadero. Incluso más que todos los _____ combinados.

8 - En términos de proteínas y valor nutricional ¿Qué leche vegetal es comparable a la de vaca?

1-