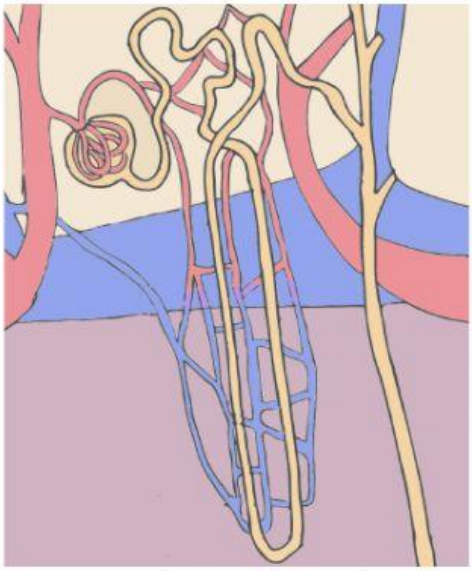
ACTIVITATS DE REPÀS:
LA NUTRICIÓ HUMANA

Exercici 1. Completa el següent text:

La sang arriba als ronyons a través de la _____ amb una gran quantitat de substàncies que s'han d'eliminar. Un cop la sang es localitza en el glomèrul renal, es troba sotmesa a tanta pressió que substàncies com ara: _____, _____, entre d'altres substàncies surten dels capil·lars sanguinis i són captades per la _____. Aquestes substàncies constitueixen l'orina primària. Ara bé, també hi ha altres components de la sang que no poden sortir dels capil·lars sanguinis com ara:_____. La orina primària seguirà el conducte renal de la nefrona fins arriba al túbul col·lector i mentre circula, part del nutrients útils de la orina primària travessen el túbul renal i retornen a la sang. Així que, finalment, d'una banda, la sang _____ que surt dels ronyons per la _____ està lliure de substàncies de rebuig nitrogenades i conserva pràcticament tots els nutrients, i d'altra banda, l'orina que surt del ronyons pels _____ , està constituïda principalment per aigua i substàncies de rebuig nitrogenades. Aquesta orina arriba a la _____ on s'acumula i quan estigui plena, l'orina s'expulsarà cap a l'exterior a través de la _____.



Exercici 2. Completa la següent taula sobre els sucs que es produeixen durant la digestió:

SUC	ON ES PRODUEIX?	ON S'ABOCA?
	glàndules salivals	
	glàndules de les parets de l'estómac	
bilis		
	pàncrees	
	glàndules de les parets de l'intestí prim.	

E.Fenoy

LIVEWORKSHEETS

Exercici 3 Calcula la quantitat d'energia que poden aportar 42 g dels aliments següents: refresc carbonatat i aperitiu de patata. A continuació, tens les etiquetes de cada aliment i una taula amb la quantitat d'energia que aporten cadascun d'aquests nutrients:

REFRESC CARBONATAT	Valor nutricional per 100 g d'aliment
Greixos	0 g
Hidrats de carboni	12,7 g
Proteïnes	0 g
Sal	0 g

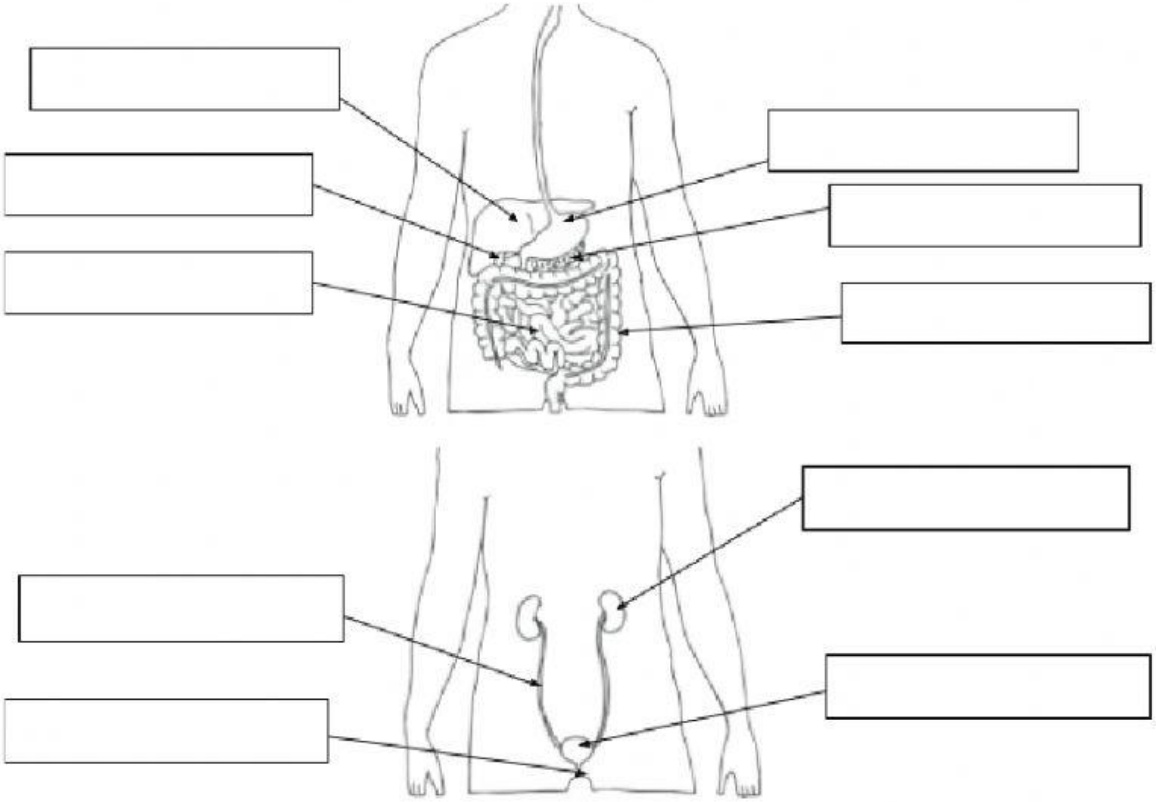
APERITIU DE PATATA	Valor nutricional per 100 g d'aliment
Greixos	31,6 g
Hidrats de carboni	45,5 g
Proteïnes	7,7 g
Sal	1,5 g

Energia que aporta cadascun dels nutrients	
Glúcids	4 kcal/g
Lípids	9 kcal/g
Proteïna	4 kcal/g
Aigua	0 kcal/g

Arrodoneix les respostes a dos decimals de precisió, si cal.

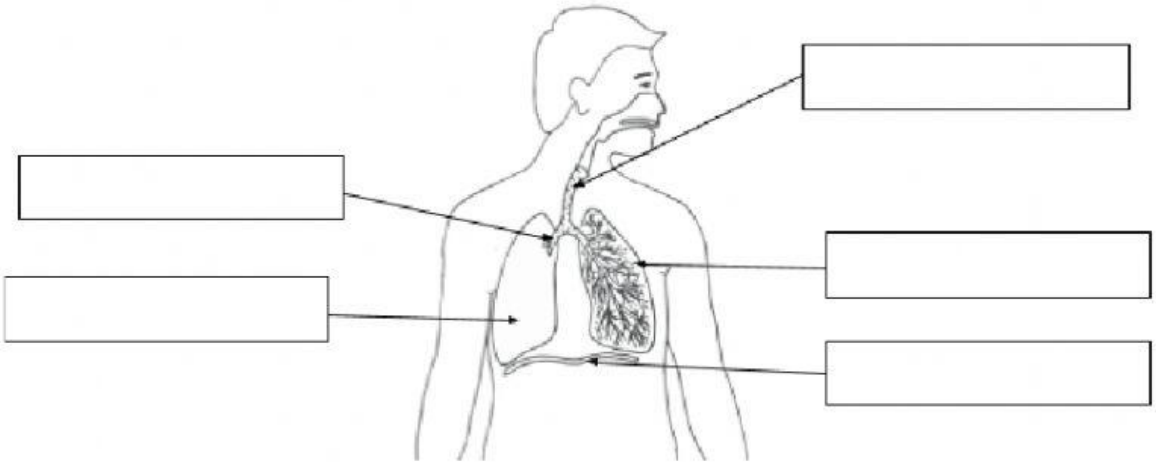
Refresc carbonatat: _____ kcal
Aperitiu de patata: _____ kcal

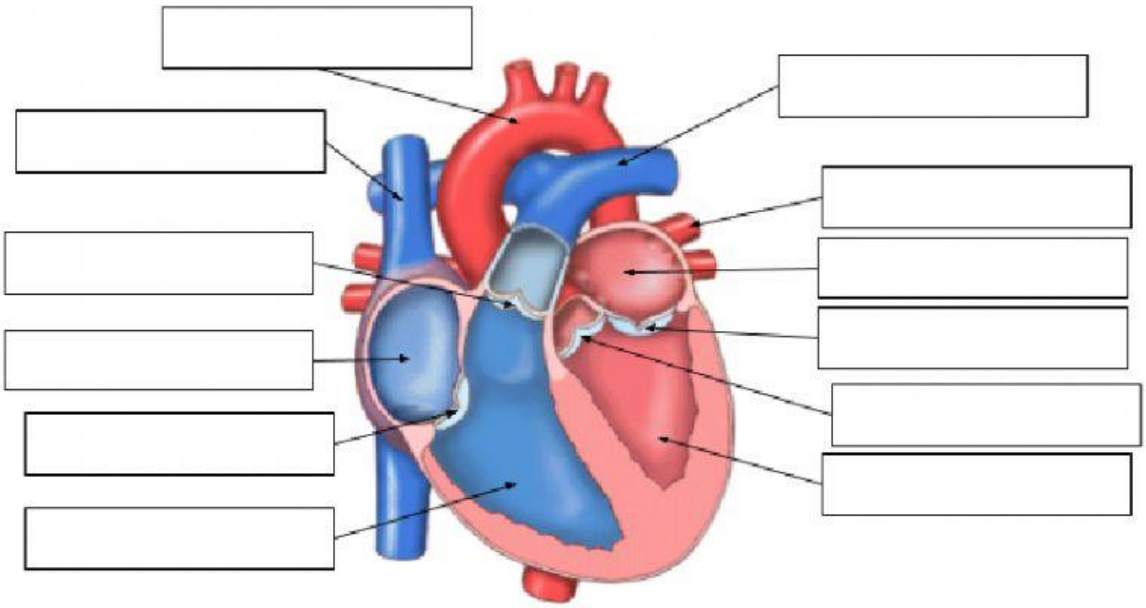
Exercici 4. Completa els següents esquemes amb les paraules que hi falten:



E.Fenoy

LIVEWORKSHEETS





E.Fenoy

LIVEWORKSHEETS