



**QUIZ Nº3 DE CIENCIAS NATURALES**  
**2do Semestre****Encierra la letra de la alternativa correcta**

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1. Cuando te haces una herida, tu piel debe regenerarse y formar nueva piel. ¿Cuál de las siguientes sustancias contenidas en los alimentos ayuda a este proceso?</p> <p>A. Lípidos.<br/>B. Proteínas.<br/>C. Vitaminas.<br/>D. Sales minerales.</p>                                                                                                                                 | <p>2. ¿Cuál de las siguientes comidas representa una comida poco saludable?</p> <p>A. </p> <p>C. </p> <p>B. </p> <p>D. </p> |
| <p>3. ¿Cuál de las siguientes agrupaciones de alimentos es correcta según aporten energía inmediata al organismo?</p> <p>A. Tallarines, Mantequilla, Pollo, Pera.<br/>B. Pescado, Cereales, Palta, Durazno.<br/>C. Pepino, Mariscos, Azúcar, Huevo.<br/>D. Arroz, Pan, Fideos, Trigo.</p>                                                                                               | <p>4. ¿Cuál de las siguientes indicaciones es una buena propuesta para llevar hábitos alimenticios saludables?</p> <p>A. Comer legumbres una vez al mes.<br/>B. Ingerir tres o cuatro panes al día.<br/>C. Tomar desayuno todos los días.<br/>D. Ingerir solo verduras, cocidas o crudas, durante el día.</p>                                                                                                                                                         |
| <p>5. Bernardo solo comía dos veces al día. En estas comidas consumía alimentos bajos en calorías y sin grasas, por lo que comenzó a sentirse desanimado y además, tenía un retraso en su crecimiento. Estas características, ¿a qué tipo de enfermedad causada por una mala alimentación corresponde?</p> <p>A. Desnutrición.      B. Sobrepeso.      C. Obesidad.      D. Cólera.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>6. Camila acostumbra a lavar muy bien la lechuga antes de prepararla, ¿por qué lo hace?</p> <p>A. Porque así se les elimina la sal que traen.<br/>B. Porque al lavarlas contienen más minerales.<br/>C. Porque al estar más frescas se cortan mejor.<br/>D. Porque puede contener microorganismos patógenos.</p>                                                                     | <p>7. ¿Cuál de los siguientes grupos de alimentos constituye una comida completa y equilibrada?</p> <p>A. Durazno, manzana y naranja.<br/>B. Papas fritas, bistec y golosinas.<br/>C. Lechuga, arroz y carne de pollo.<br/>D. Leche, huevo y carne de vacuno.</p>                                                                                                                                                                                                     |
| <p><b>Observa la imagen y responde las preguntas 8, 9 y 10</b></p>                                                                                                                                                                                                                                   | <p>8. ¿Qué criterio permite agrupar los alimentos 3 y 4?</p> <p>A. Son de origen animal.<br/>B. Son de origen vegetal.<br/>C. Aportan energía.<br/>D. Aportan vitaminas.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>9. ¿Qué nutrientes aportan los alimentos 1 y 5?</p> <p>A. Hidratos de carbono y proteínas.<br/>B. Vitaminas e hidratos de carbono.<br/>C. Proteínas y vitaminas.<br/>D. Vitaminas y proteínas.</p>                                                                                                                                                                                   | <p>10. ¿Qué alimentos son de origen vegetal?</p> <p>A. 1, 2 y 3<br/>B. 3, 4 y 5<br/>C. 1, 2 y 5<br/>D. 1, 3 y 5</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |