FICHA UNIDAD 2 NATURALES

1. DEFINE:

¿Qué es la nutrición?

2. Pon dos ejemplos de alimentos en los que se encuentren los siguientes nutrientes:

Hidratos de carbono:	
Grasas o lípidos:	
Proteinas:	
Vitaminas:	
Agua y sales minerales:	

3. La nutrición engloba 4 procesos, completa la tabla indicando cada uno de ellos y los aparatos que intervienen:

Proceso	Aparato

4. ¿Qué dos grupos forman el aparato digestivo? Indica quien compone cada uno.

Tubo digestivo	Formado por:
Glándulas anejas	Formado por:

5. Marca con una "X" la opción correcta:

El proceso digestivo comprende tres fases:	
a) Intercambio de gases, movimientos respiratorios y la digestión.	
b) Circulación, absorción y eliminación de desechos.	
c) Digestión, absorción y eliminación de desechos.	

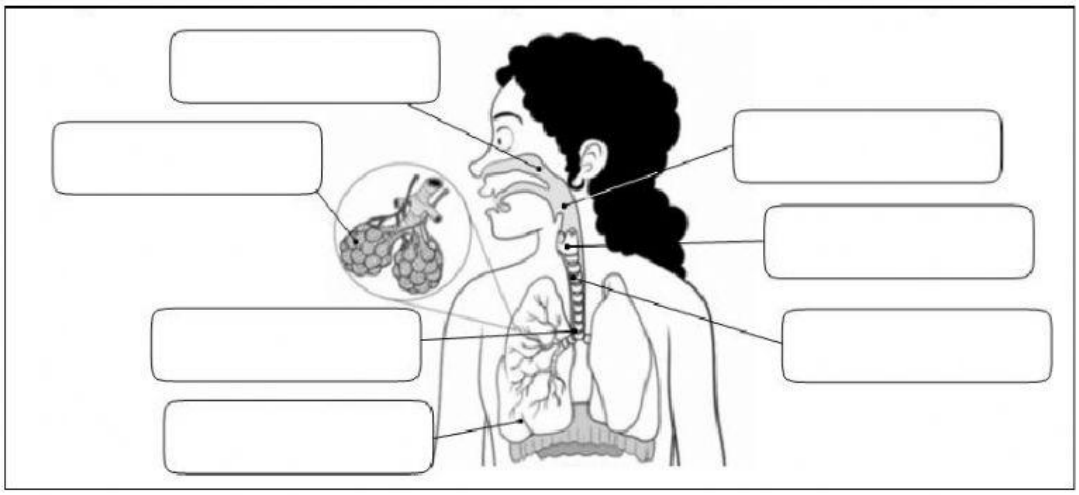
6. Completa sobre la digestión:

La digestión se realiza en varias etapas. Comienza en la _____.
Los dientes trituran los alimentos y las glándulas salivales segregan saliva, así se forma el _____, que es empujado por la faringe, baja por el esófago y finalmente llega al _____.

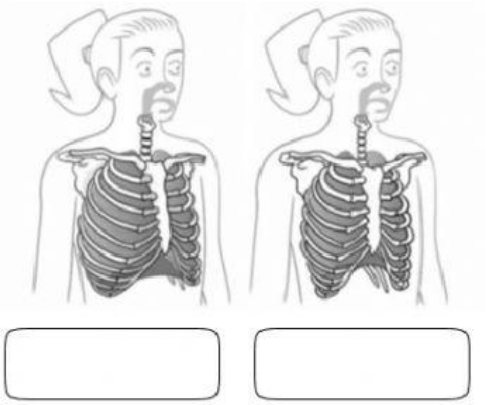
Continua en el estómago y se forma el _____, que es una papilla con alimentos parcialmente digeridos.

Finalmente, el proceso de digestión termina en el _____, donde se forma el quilo, que contiene los nutrientes y los restos de alimentos no digeridos.

7. Completa los recuadros de la imagen con los órganos que intervienen en la respiración:



8. ¿Qué dos movimientos respiratorios se producen? Completa la imagen y explica brevemente en qué consiste cada uno.



MOVIMIENTO RESPIRATORIO 1:

MOVIMIENTO RESPIRATORIO 2:

9. Subraya la palabra correcta en cada caso:

Durante el intercambio de gases, el *oxígeno* / *nitrógeno* del aire pasa de los *bronquiolos* / *alvéolos* a la sangre.

El *monóxido* / *dióxido* de carbono que hay en la sangre pasa al interior del alvéolo y se expulsa con la *inspiración* / *espiración*.

10. Indica tres consejos para conseguir una dieta equilibrada: