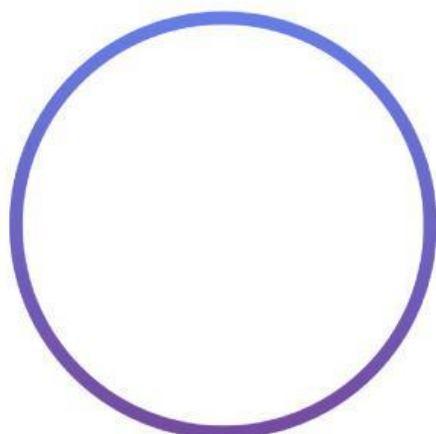


LA NUTRICIÓN

ACTIVIDADES

14. Completa el puzle y responde.



- ☐ La mitad del plato debe contener frutas y pan.
- ☐ No se recomienda beber zumo.
- ☐ $\frac{1}{4}$ deben ser cereales integrales o derivados como pan y pasta.
- ☐ $\frac{1}{4}$ deben ser carnes rojas y embutidos.
- ☐ Es mejor comer carne que pescado.
- ☐ La bebida principal puede ser refresco (Coca-cola, Fanta...).
- ☐ Se recomienda usar aceites vegetales.

15. Completa:

La "dieta" son los que tomamos .

En España es común la llamada "".

El tipo y la cantidad de que consumimos afectan a nuestra también a nuestro .

16. Selecciona solo los verdaderos. Causas de la no sostenibilidad:

- ☐ Emisiones de gases de efecto invernadero (Origen animal +, origen vegetal -)
- ☐ Aumento de agua dulce
- ☐ Deforestación
- ☐ Emisiones de oxígeno
- ☐ Contaminación
- ☐ Escasez de agua dulce