



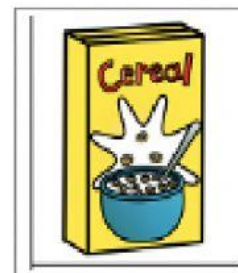
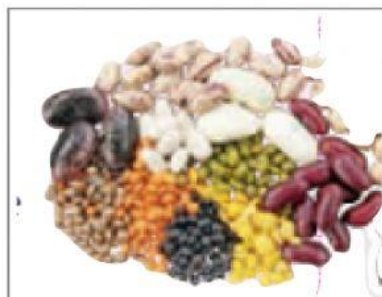
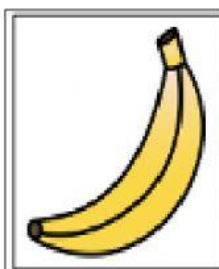
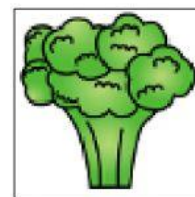
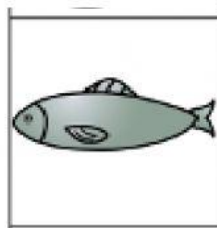
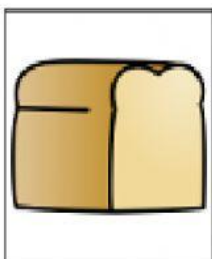
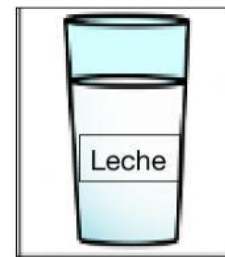
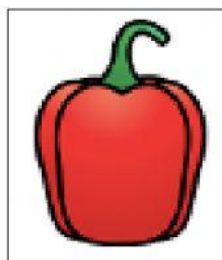
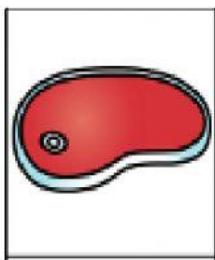
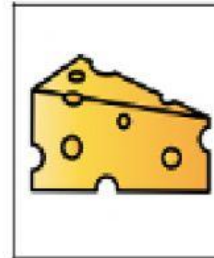
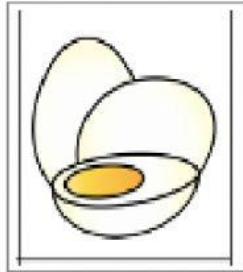
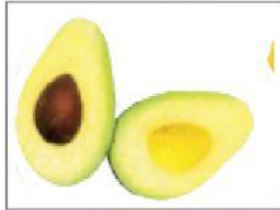
NOMBRE	FECHA
--------	-------

I.- SELECCIONA VERDADERO O FALSO SEGUN CORRESPONDA:

1	Dentro de la alimentación saludable tenemos las frutas y verduras, los lácteos, cereales, legumbres, carnes aceites y agua.
2	Los alimentos estructurales nos ayudan a formar y fortalecer el cuerpo, la sangre, los huesos, los músculos, el cerebro, etc.
3	Los alimentos estructurales nos entregan proteínas.
4	Los alimentos energéticos nos aportan azúcares y grasas.
5	Los alimentos energéticos aportan energía a los músculos, el cerebro, y el corazón.
6	Los alimentos reguladores nos aportan vitaminas y minerales, necesarias para el funcionamiento normal de los componentes y órganos del cuerpo.
7	Los alimentos poco saludables son los que tienen muchas calorías, azúcar, sodio
8	La desnutrición provoca cansancio y retrasa el crecimiento de los niños
9	La obesidad es causada por el consumo excesivo de alimentos poco saludables.
10	Todos los alimentos con alto contenido en calorías están etiquetados para distinguir que son poco saludables.



II.- SELECCIONA EN CADA IMAGEN EL TIPO DE ALIMENTO SEGUN SU FUNCION
ENERGETICOS - ESTRUCTURALES - REGULADORES :





III.- UBICA CADA GRUPO DE IMAGENES SEGUN CORRESPONDA:

GUÍAS DE ALIMENTACIÓN SANA

