LA NUTRICIÓN Y LA ALIMENTACIÓN

1. Rellena los huecos que faltan en el siguiente texto:

La nutrición es el conjunto de procesos por los que el organismo obtiene la materia y la _____ necesarias para elaborar su propia _____y para realizar las _____ _____. Es un proceso _____.

La alimentación es el proceso a través del cual tomamos los _____ que nos proporcionarán los _____. Es un proceso _____.

Los nutrientes son las sustancias que necesitan las _____para realizar sus funciones vitales. Los obtenemos de los _____. Se llaman también principios inmediatos y se clasifican en inorgánicos (_____y _____ _____) y en orgánicos (g_____, l_____, p_____ y v_____).

2.- Indica cuál de las siguientes características o términos corresponde a los siguientes conceptos: alimento (a), nutriente (n), alimentación (A) o nutrición (N). Escribe las letras que hay entre paréntesis.

a. Son productos sólidos que ingerimos.
b. Proceso voluntario.
c. Proceso en el que se transforman los alimentos en nutrientes.
d. Vitaminas y lípidos pertenecen a este grupo.
e. Almendras, pimientos y ternera, son un ejemplo.
f. Se obtiene materia y energía.
g. Compuestos químicos que necesitan las células
h. Proceso que consiste en la ingestión de alimentos
i. Es un proceso inconsciente.
j. Sustancias que utilizan las células para obtener energía.
k. Se aprende con el paso del tiempo.
l. Los obtenemos de los alimentos.

LIVEWORKSHEETS