

¿SIEMPRE CONSUMIMOS ENERGÍA?

a

Observa esta tabla. ¿Qué información contiene?

- ☐ La cantidad de calor que desprende un ser humano en una hora, según la actividad que realiza.
- ☐ La cantidad de alimento que debe consumir un ser humano para realizar una actividad determinada durante una hora.
- ☐ La cantidad de energía que gasta un ser humano por hora, según la actividad que realiza.

Actividad	Energía consumida en 1 hora
Dormir	72 kcal
Estudiar	108 kcal
Andar	216 kcal
Correr	540 kcal
Montar en bicicleta	432 kcal
Nadar	612 kcal

Energía consumida en diversas actividades humanas

LIVWORKSHEETS

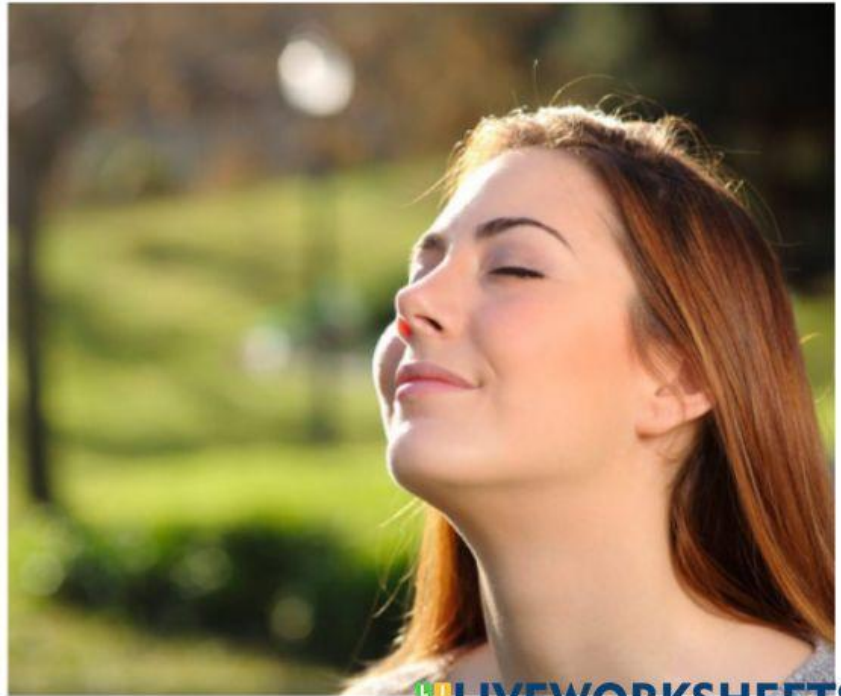
CUESTIONES SOBRE LA RESPIRACIÓN PULMONAR



a

La faringe, la laringe, la tráquea, los bronquios y los bronquiolos...

- ☐ ... transfieren el oxígeno a las células de su alrededor.
- ☐ ... son conductos por los que el aire pasa para llegar a los alvéolos desde el exterior o para salir de los alvéolos hacia fuera.
- ☐ ... están dentro de los pulmones e intercambian el oxígeno y el dióxido de carbono con la sangre.



CUESTIONES SOBRE LA DIGESTIÓN

a

¿Qué nombre recibe el alimento después de ser masticado y mezclado con la saliva?

- ☐ Bolo alimenticio.
- ☐ Excremento.
- ☐ Quimo.

b

¿Se puede afirmar que en la boca se inicia la digestión del alimento?

- ☐ No, la digestión del alimento tiene lugar en el estómago.
- ☐ Sí, los dientes disgregan el alimento y la saliva actúa químicamente liberando algunos nutrientes.
- ☐ No, ya que en la boca tiene lugar la absorción de los nutrientes.



DONANTES DE SANGRE



c

¿Por qué crees que las personas que pesan menos de 50 kg no pueden donar sangre?

- ☐ Porque el volumen de sangre que se les extraería supone un porcentaje demasiado alto del total de sangre que tienen.
- ☐ Porque la sangre de estas personas no contiene suficientes células.
- ☐ Porque la sangre de estas personas contiene menos nutrientes y oxígeno.

d

¿Tú y tus compañeros podéis donar sangre? ¿Por qué?

- ☐ Sí, siempre que pesemos más de 50 kg.
- ☐ No, porque no somos mayores de edad.
- ☐ Sí, todas las personas sanas pueden donar sangre.



¿CUÁLES SON LOS APARATOS QUE...?

**c**

¿Cuáles de los aparatos son necesarios para hacer llegar los nutrientes a las células?

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| Aparato respiratorio | ☐ |
| Aparato circulatorio | ☐ |
| Aparato urinario | ☐ |
| Aparato digestivo | ☐ |

d

¿Cuáles de los aparatos participan en la eliminación del cuerpo de las sustancias de desecho producidas por las células?

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| Aparato urinario | ☐ |
| Aparato respiratorio | ☐ |
| Aparato digestivo | ☐ |
| Aparato circulatorio | ☐ |



LA PIRÁMIDE DE LOS ALIMENTOS



a

Indica cuál de los siguientes alimentos debe formar parte de la base de una dieta equilibrada.

- ☐ Mantequilla
- ☐ Cereales, preferiblemente integrales
- ☐ Carne roja

b

¿Cuál de los siguientes alimentos debemos incluir solo ocasionalmente en nuestra dieta?

- ☐ Huevos
- ☐ Mantequilla
- ☐ Fruta

La pirámide de los alimentos



Lee las siguientes frases e indica cuáles son verdaderas y cuáles son falsas.

La fibrosis dificulta la respiración. v ☐ f ☐

Las personas expuestas al tabaco son más sensibles a las enfermedades infecciosas. v ☐ f ☐

Solo las personas fumadoras están expuestas a los efectos nocivos del tabaco. v ☐ f ☐

El cáncer de pulmón es uno de los cánceres más frecuentes. v ☐ f ☐

El tabaco es la causa de la mitad de los cánceres de pulmón. v ☐ f ☐



RESULTADO DE LA EVALUACIÓN FINAL

Evaluación: La nutrición en el ser humano

	Actividad completada	Porcentaje de aciertos	Resultado ponderado	Resultado final
1. Una carrera de natación	☒	—	—	95%
2. Comprando alimentos	☒	—	—	
3. Cultivos celulares	☒	—	—	
4. ¿Qué aparato está fallando?	☒	—	—	

