

	LICEO CAMPESTRE DE LAS AMÉRICAS <i>"Instruye al niño en su camino, Y aun cuando fuere viejo no se apartará de él"</i> Proverbio 22:6		F-099
	EVALUACIÓN		Versión: 02
			Fecha: Febrero de 2019

FECHA						
DOCENTE	ANA CAROLINA ROBAYO	GRADO	7			CALIFICACIÓN
ASIGNATURA	BIOLOGÍA	PERIODO	2	CORTE	2	
ESTUDIANTE						
VERSICULO BÍBLICO	Sólo tú eres el SEÑOR. Tú hiciste los cielos, los cielos de los cielos con todo su ejército, la tierra y todo lo que en ella hay, los mares y todo lo que en ellos hay. Tú das vida a todos ellos y el ejército de los cielos se postra ante ti. Nehemías 9:6					
COMPETENCIA A EVALUAR	Explica adecuadamente, a través de modelos y esquemas, la forma como los seres vivos realizan el metabolismo y la producción de energía.					

CON BASE AL SIGUIENTE TEXTO CONTESTE LAS PREGUNTAS 1Y2

Los nutrientes son todos aquellos elementos que necesita el cuerpo humano para garantizar el normal desarrollo de sus funciones. Son productos que ingerimos y que son captados por las células para luego transformarlos y procesarlos. Según la FAO, los nutrientes más importantes para realizar dichas funciones corporales son las proteínas, las grasas, el calcio, el hierro, las vitaminas A y C, la riboflavina, el folato, la tiamina y la niacina, los cuales integran la tabla de composición nutricional básica para cualquier persona. Los nutrientes cumplen básicamente con tres funciones en el organismo: proporcionan energía para las actividades diarias, reparan y renuevan el organismo y, por último, regulan las reacciones químicas que se producen en las células.

1. Basados en el texto anterior en que grupos se clasifican los nutrientes.

- A. Micronutrientes vitaminas y minerales, macronutrientes proteínas,carbohidratos,grasas.
- B. Micronutrientes proteínas y minerales, macronutrientes proteínas,carbohidratos,grasas.
- C. Macronutrientes proteínas,carbohidratos,vitaminas, Micronutrientes proteínas y minerales.
- D. Macronutrientes proteínas,carbohidratos,vitaminas, Micronutrientes proteínas y minerales.

2.¿Cuál de los siguientes alimentos se considera ser un macronutriente "proteína"?

- A. Banano
- B. Arroz.
- C.Leché.
- D.Aguacate

3. Respecto a las vitaminas es cierto que:

- A. Hay que ingerir la mayor cantidad posible

	LICEO CAMPESTRE DE LAS AMÉRICAS <i>"Instruye al niño en su camino, Y aun cuando fuere viejo no se apartará de él"</i> Proverbio 22:6	F-099
	EVALUACIÓN	Versión: 02 Fecha: Febrero de 2019

- B. Ingeridas en grandes cantidades pueden provocar efectos perjudiciales
- C. Cuando su ingesta es baja, las producimos de manera endógena
- D. Las hidrosolubles, las podemos adquirir a través del consumo de agua embotellada

4. ¿Cuáles de las alteraciones siguientes son Trastornos del Comportamiento Alimentario (TCA)?

- A. Obesidad y dislipemia (alteración del colesterol y/o triglicéridos)
- B. Anorexia nerviosa y Bulimia nerviosa
- C. Enfermedad de parkinson.
- D. Todas las alteraciones anteriores son trastornos del TAC

5. El conjunto de procesos que incluye la ingesta, absorción y transformación de los alimentos, se denomina.

- A. Alimentación
- B. Nutrición
- C. Dietética
- D. Bromatología

6. Respecto a la insulina señala la función correcta:

- A. Es la principal hormona que regula los niveles de glucosa en sangre
- B. La glucosa es el estímulo más importante para la secreción de la misma
- C. Las células beta del páncreas fabrican insulina en etapas
- D. Son un grupo de jugos gástricos que degradan los alimentos

7. ¿Cuál de los siguientes edulcorantes posee la mayor cantidad de minerales?

- A. La melaza de caña
- B. El azúcar blanquilla
- C. El azúcar integral
- D. La miel.

Basados en la siguiente información desarrolle las preguntas de 8 a la 9

Se conoce como la pirámide alimenticia, pirámide nutricional, pirámide alimentaria u otros nombres similares, a un modelo gráfico de cuáles son los alimentos que debemos consumir diariamente y en qué proporciones para mantenernos saludables. Como su nombre lo indica, se trata de una pirámide o triángulo segmentada en cinco o seis

	LICEO CAMPESTRE DE LAS AMÉRICAS "Instruye al niño en su camino, Y aun cuando fuere viejo no se apartará de él" Proverbio 22:6		F-099
	EVALUACIÓN		Versión: 02
			Fecha: Febrero de 2019

eslabones jerárquicos, ordenados desde la base hasta la cúspide, en cada uno de los cuales se encuentra representado un cierto tipo de sustancia alimenticia. Cada peldaño posee un tamaño distinto, para indicar las proporciones en que deben consumirse los alimentos, para mantener una dieta que satisfaga por igual todas las necesidades del cuerpo.



8. Basados en la ilustración ¿que alimentos se encuentran en la cúspide de la pirámide alimenticia?

- A. Frutas y verduras.
- B. Proteínas.
- C. Dulces y grasas
- D. Cereales.

9. Cual de los siguientes alimentos son ricos en micronutrientes.

- A. Mantequilla
- B. Frutas
- C. Pan
- D. chocolate.

10. La pirámide alimenticia refleja un grupo de alimentos clasificados como reguladores. ¿cual de las siguientes opciones reflejan a este grupo de nutrientes?

- A. Frutas, verduras.
- B. carnes y huevos.
- C. Pan y cereal.
- D. pizza y papas