

La nutrició i els nutrients (ordinari)

Completa el següent text sobre la nutrició:

construir i reparar nutrients Regular les funcions vitals

Elsens permeten:

- Obtenir matèria perl'organisme.
- Obtenir energia per fer
- el funcionament de l'organisme.

Són aliments o nutrients?

Plàtan Vitamina C Cuixa de pollastre Macarrons Enciam

Greixos Oli d'oliva Sal de magnesi Suc de pinya

Aliments	Nutrients

Quins dels següents nutrients són orgànics i quins inorgànics?

- Glúcids (sucres i hidrats)
- Sals minerals
- Lípids (greixos)
- Proteïnes
- Aigua
- Gasos (O_2 i CO_2)

Quins dels següents nutrients donen energia?

- Glúcids (sucres i hidrats)
- Sals minerals
- Lípids (greixos)
- Proteïnes
- Aigua
- Gasos (O_2 i CO_2)

Assenyala les afirmacions que són certes

- Els nutrients orgànics són substàncies que es troben a l'exterior (medi)
- Els nutrients inorgànics són substàncies que fabriquen altres éssers vius
- Els nutrients orgànics estan formats principalment per carboni i hidrogen
- Els nutrients orgànics són font d'energia
- Els nutrients inorgànics són font d'energia