

Nivel 1 · Leer la etiqueta de un alimento

Nombre _____ Fecha _____ Aciertos _____ / 2

Lee bien cada ejercicio antes de contestar.

1 ¿Tiene mucho azúcar? Más de 15 g por cada 100 g se considera «mucho».

Pan integral · Información nutricional

Por 100 g	
Energía	244 kcal
Hidratos de carbono	41 g
de los cuales azúcares	3 g
Grasas	3 g
Proteínas	10 g

☐ a) Sí, tiene mucho azúcar

☐ b) No, tiene poco azúcar

2 Mira la etiqueta. ¿Cuántos gramos de grasas tiene por cada 100 g?

Pan integral · Información nutricional

Por 100 g	
Energía	254 kcal
Hidratos de carbono	41 g
de los cuales azúcares	3 g
Grasas	3 g
Proteínas	10 g

☐ a) 41 g

☐ b) 254 g

☐ c) 3 g

☐ d) 10 g

Nivel 2 · Los aparatos de la nutrición

Nombre _____ Fecha _____ Aciertos _____ / 3

Lee bien cada ejercicio antes de contestar.

1 Une cada aparato con su papel en la nutrición. Une con una flecha.

- | | | | |
|----------------|---|---|---|
| 1 Excretor | ● | ● Transporta nutrientes, oxígeno y desechos | a |
| 2 Digestivo | ● | ● Expulsa los desechos de la sangre | b |
| 3 Respiratorio | ● | ● Obtiene los nutrientes de los alimentos | c |
| 4 Circulatorio | ● | ● Intercambia oxígeno y dióxido de carbono | d |

2 Une cada aparato con su papel en la nutrición. Une con una flecha.

- | | | | |
|----------------|---|---|---|
| 1 Respiratorio | ● | ● Transporta nutrientes, oxígeno y desechos | a |
| 2 Digestivo | ● | ● Intercambia oxígeno y dióxido de carbono | b |
| 3 Excretor | ● | ● Obtiene los nutrientes de los alimentos | c |
| 4 Circulatorio | ● | ● Expulsa los desechos de la sangre | d |

3 Une cada aparato con su papel en la nutrición. Une con una flecha.

- | | | | |
|----------------|---|---|---|
| 1 Circulatorio | ● | ● Expulsa los desechos de la sangre | a |
| 2 Respiratorio | ● | ● Obtiene los nutrientes de los alimentos | b |
| 3 Excretor | ● | ● Transporta nutrientes, oxígeno y desechos | c |
| 4 Digestivo | ● | ● Intercambia oxígeno y dióxido de carbono | d |

Nivel 3 · Aparato digestivo: órganos y funciones

Nombre _____ Fecha _____ Aciertos _____ / 3

Lee bien cada ejercicio antes de contestar.

1 Une cada órgano con lo que hace. Une con una flecha.

- | | | | |
|---------------------|---|---|---|
| 1 Intestino delgado | ● | ● Fabrica el jugo pancreático | a |
| 2 Intestino grueso | ● | ● Absorbe los nutrientes hacia la sangre | b |
| 3 Páncreas | ● | ● Mastica los alimentos y los mezcla con saliva | c |
| 4 Boca | ● | ● Absorbe el agua y forma las heces | d |

2 Une cada órgano con lo que hace. Une con una flecha.

- | | | | |
|---------------------|---|--|---|
| 1 Intestino grueso | ● | ● Absorbe el agua y forma las heces | a |
| 2 Intestino delgado | ● | ● Los mezcla con jugos gástricos y forma el quimo | b |
| 3 Hígado | ● | ● Produce la bilis, que ayuda a digerir las grasas | c |
| 4 Estómago | ● | ● Absorbe los nutrientes hacia la sangre | d |

3 Une cada órgano con lo que hace. Une con una flecha.

- | | | | |
|---------------------|---|---|---|
| 1 Intestino grueso | ● | ● Los mezcla con jugos gástricos y forma el quimo | a |
| 2 Intestino delgado | ● | ● Fabrica el jugo pancreático | b |
| 3 Estómago | ● | ● Absorbe los nutrientes hacia la sangre | c |
| 4 Páncreas | ● | ● Absorbe el agua y forma las heces | d |

Solucionario

Niveles 1 a 3 · dificultad media

Solo para el docente

Nivel 1 · Leer la etiqueta de un alimento

- 1 b) No, tiene poco azúcar 2 c) 3 g
-

Nivel 2 · Los aparatos de la nutrición

- 1 1-b · 2-c · 3-d · 4-a 2 1-b · 2-c · 3-d · 4-a 3 1-c · 2-d · 3-a · 4-b
-

Nivel 3 · Aparato digestivo: órganos y funciones

- 1 1-b · 2-d · 3-a · 4-c 2 1-a · 2-d · 3-c · 4-b 3 1-d · 2-c · 3-a · 4-b
-