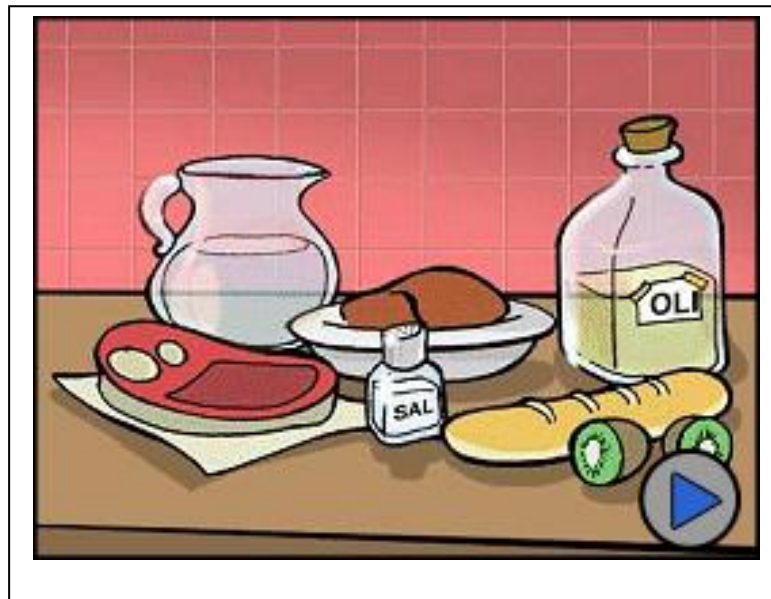


DOSSIER DE TREBALL

UNITAT 1: LA FUNCIO DE NUTRICIO



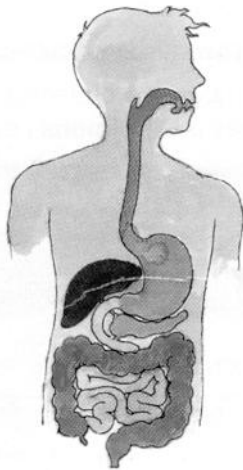
NOM: _____

CURS: _____

1. Relaciona cada part de l'aparell digestiu amb el lloc corresponent:

Parts del tub digestiu

- Esòfag •
- Intestí gros •
- Estómac •
- Boca •
- Intestí prim •
- Faringe •



Glàndules digestives

- Fetge
- Glàndules salivals
- Glàndules intestinals
- Pàncreas
- Glàndules gàstriques

2. Completa el text següent sobre la digestió amb les paraules del requadre.

Quim	bol alimentari	quil	digestió
------	----------------	------	----------

- La _____ és la descomposició dels aliments per a obtenir un nutrient.
- A la boca, els aliments es trossegen, es mesclen amb la saliva i es forma el _____ .
- A l'estómac es produeix el suc gàstric i es forma el _____ .
- A l'intestí prim, el suc intestinal, la bilis i el suc pancreàtic acaben de digerir els aliments i es forma el _____ .

3. Anomena les etapes del procés digestiu.

4. Una dieta equilibrada. Contesta aquestes preguntes

	<p>Xavier</p> <p>arròs croquetes amb patates fregides pastís de poma</p>		<p>Marta</p> <p>canelons d'espínacs peix amb amanida crema catalana</p>
	<p>Anna</p> <p>canelons de carn vedella rostida amb amanida gelat</p>		<p>Carles</p> <p>patates estofades bistec amb amanida maduixes</p>

- una de les xiques ha fet una tria equilibrada. Quin és? _____
- Uns dels xics ha fet una tria equilibrada. Quin és? _____
- La xica que ha triat malament, ha abusat d'un grup dels següents nutrients: glúcids, lípids o proteïnes. De quin nutrient ha abusat?

- I el xic, de quin grup de nutrients ha abusat? _____

5. Relaciona cada nutrient amb la seua utilitat per a l'organisme:

- | | |
|--------------------|---|
| PROTEÏNES | • Substàncies necessàries per al funcionament de l'organisme que es troben en les fruites i en les verdures |
| VITAMINES | • Aporten energia a l'organisme procedent de sucres i fècules. |
| HIDRATS DE CARBONI | • Ajuda que els aliments es moguen per l'aparell digestiu. |
| FIBRA | • Aporten substàncies per a créixer i reparar-nos el cos |

6. Escribe tres recomanacions per aconseguir una dieta saludable:

7. Contesta aquestes preguntes sobre l'aparell digestiu:

- Quina funció té l'aparell digestiu?

- De quines parts està format l'aparell digestiu?

- En quines parts es divideix el tub digestiu?

-
- Anomena les glàndules annexes de l'aparell digestiu.

-
-
- Què és l'eliminació dels productes de rebuix? Qui s'encarrega ?
-
-

8. Escribeu V, si és verdader, o F, si és fals, i torna a escriure correctament les oracions falses.

La nutrició serveix per a obtenir dels aliments els nutrients que necessitem. ____

Les funcions vitals són la nutrició i la relació. ____

La respiració serveix per a eliminar les substàncies de rebuix. ____

9. Completa les oracions següents..

L'organisme necessita _____ i l'obté dels hidrats de _____ i dels _____. A més, necessita _____ amb les quals reparar i créixer, i _____ que obté de les fruites i de les verdures.

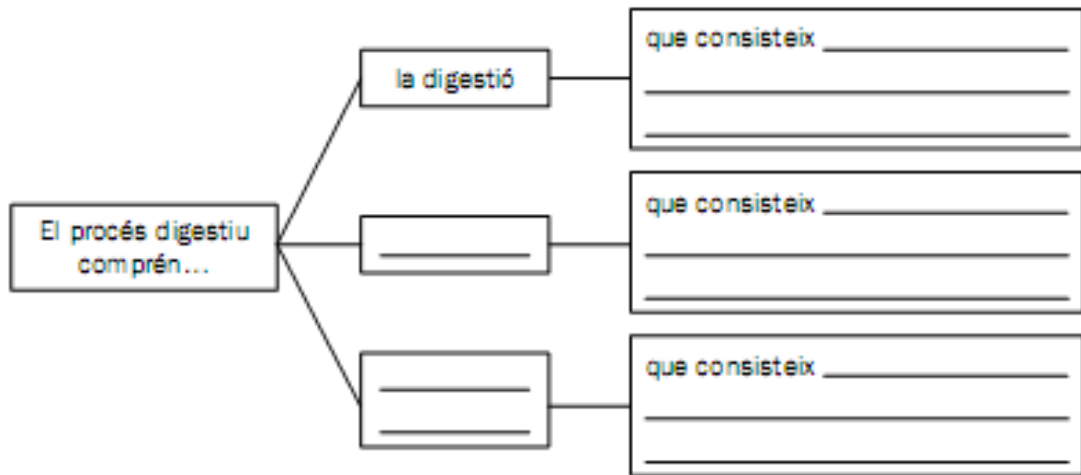
Mitjançant la _____, el cos descompon els aliments per a obtenir aquests _____.

10. Relaciona els aliments amb els nutrients que contenen.

- Proteïnes
- Vitamines
- Hidrats de carboni
- Greixos



11. Completa l'esquema.



12. Contesta aquestes preguntes sobre l'aparell digestiu:

- En quina part del procés digestiu intervé l'intestí prim?

- Què són els excrements? On es formen?

Encercla l'opció correcta.

1. Els aparells que intervenen en la funció de nutrició són:

- a. l'aparell digestiu, l'aparell respiratori, l'aparell excretor i l'aparell circulatori.
- b. la boca, l'estómac, l'intestí gros i l'intestí prim.
- c. la sang i l'oxigen.

2. Els nutrients necessaris per a créixer i reparar el cos són:

- a. les vitamines.
- b. els lípids.
- c. les proteïnes.

3. Les glàndules annexes produeixen:

- a. els aliments.
- b. els sucus digestius.
- c. els sucus gàstrics.

4. El procés que consisteix en el pas dels nutrients del tub digestiu a la sang és:

- a. la digestió.
- b. l'absorció.
- c. l'eliminació dels residus.

5. La fibra és:

- a. un nutrient dels aliments d'origen animal.
- b. un component dels aliments d'origen vegetal.
- c. un component de les proteïnes.

6. El primer pas del procés digestiu és:

- a. la digestió.
- b. l'alimentació.
- c. l'absorció.

7. L'eliminació dels residus, la du a terme:

- a. l'aparell excretor.
- b. l'aparell respiratori.
- c. l'aparell digestiu.

8. Els sucus gàstrics es produeixen a:

- a. l'estómac.
- b. l'esòfag.
- c. l'intestí prim.

9. La fruita és rica en:

- a. hidrats de carboni, proteïnes i fibra.
- b. fibra, vitamines i minerals i hidrats de carboni.
- c. greixos, proteïnes i vitamines.

10. Al fetge es produeix:

a. la saliva.

b. el suc pancreàtic.

c. la bilis.

REPASA

