

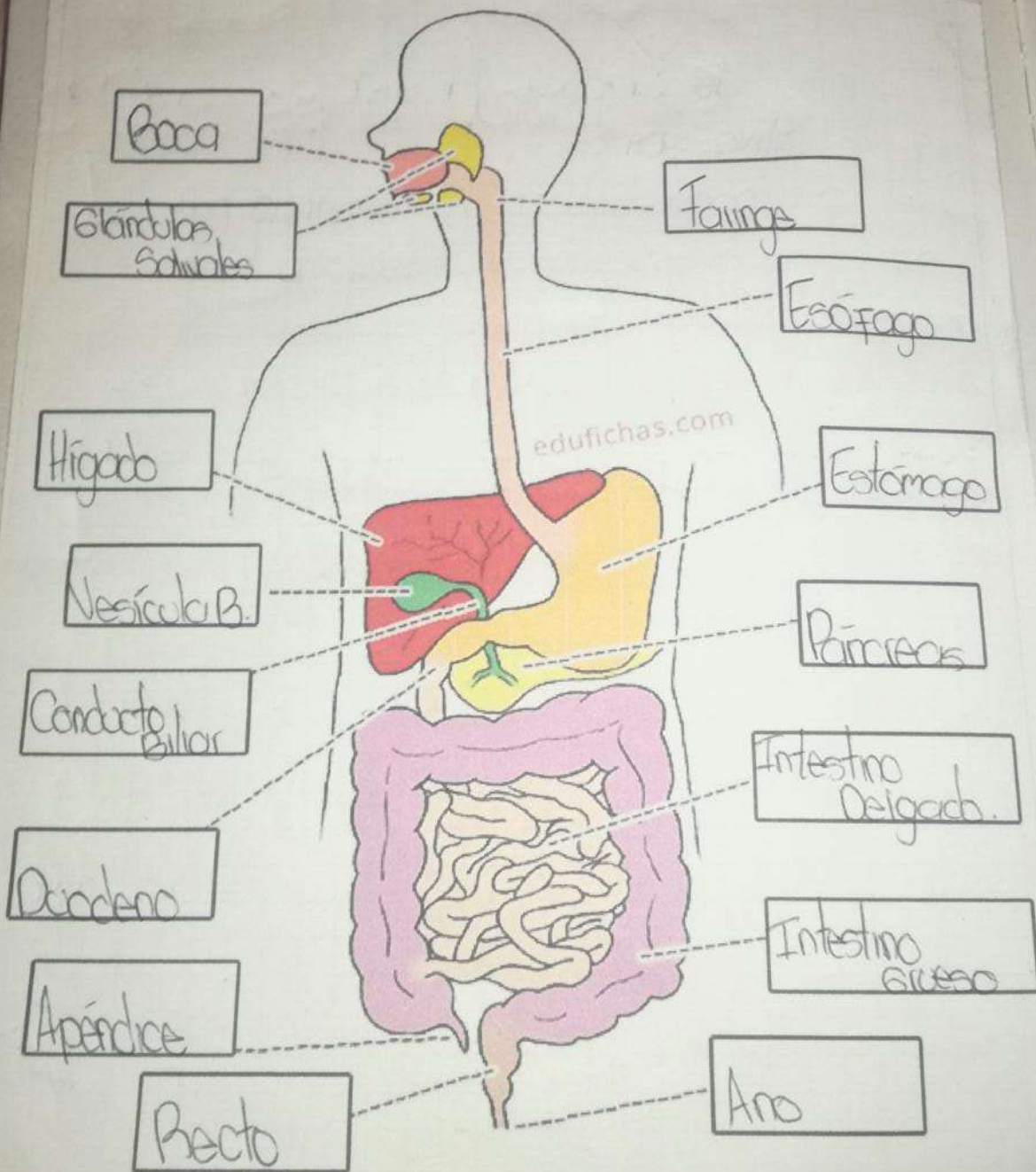
4/Agosto/2021
Reporte.
Comprender la morfología y la fisiología del sistema digestivo humano.

Nutrición en los Humanos.

Digestión Humana:

Es el proceso por el que los alimentos se digieren, absorben y los productos de su degradación se almacenan en los tejidos y órganos del cuerpo y circulan por la sangre para cumplir funciones imprescindibles para la vida.

Aparato Digestivo



6 de agosto Propósito

Comprender el proceso de recorrido el proceso realizado del bolo alimenticio.

1. **En boca:** La boca, los dientes son los encargados de triturar los alimentos y la lengua los mezcla con la saliva formando el bolo alimenticio.

2. Cuando tragas el bolo alimenticio pasa a través de la faringe y el esófago hasta el momento.

3. **Estómago** En el estómago los alimentos se mezclan con los jugos gástricos que le producen en su interior.

4. **Hígado** El hígado y el páncreas se encargan de producir jugos gástricos.

5. **Intestino Grueso.** Para terminar en el intestino grueso.

Propósito.

Comprender y identificar el proceso de la nutrición.

Nutrición

¿Que es la Nutrición?

La nutrición es el proceso biológico en la que los alimentos y los líquidos necesarios para el funcionamiento, el crecimiento y el almacenamiento de sus funciones vitales.

¿Por que necesitamos comer y beber?

Los alimentos nos proporcionan la energía necesaria para saltar, correr, jugar o aprender.

Ademas, para crecer tambien necesitamos nutrientes.

Clasificación de los alimentos

- Proteínas
- Carbohidratos
- Grasas
- Minerales
- Vitaminas

PROTEINAS

Los proteínas se utilizan principalmente para construir los tejidos del organismo como los huesos, los músculos o la piel y formar algunas hormonas, enzimas y otras sustancias importantes.



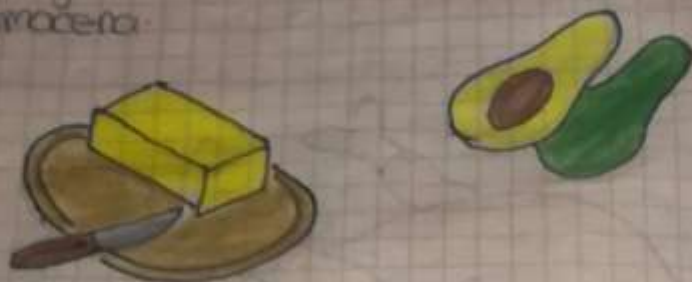
Carbohidratos.

Los hidratos de carbono o azúcares son la principal fuente de energía para todas las funciones que tienen lugar en nuestros organismos.



Grasas.

Las grasas también son una fuente de energía. En muchos casos, esta energía se almacena.



Minerales.

Nuestro cuerpo también necesita minerales, como el calcio, el fósforo o el hierro.

Vitaminas.

Las vitaminas son un grupo de sustancias que participan en muchas funciones de tu organismo. La mayoría se nombran en letras.



El agua.

Además de comer, también necesitamos beber. Nuestro cuerpo contiene una cantidad muy elevada de agua, entre 65% y un 75%. El ser humano podría vivir algunas semanas sin comer, sin embargo, no podría sobrevivir más que unos pocos días sin agua.



1 Recorta los siguientes elementos y arma tu pirámide alimenticia en el cuaderno

PIRAMIDE ALIMENTICIA



