

Actividad de profundización

(Para apoyar los distintos ritmos de aprendizaje)

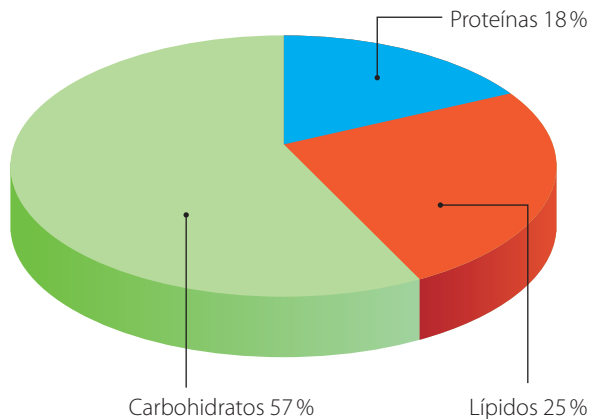
Nombre: _____ Curso: _____ Fecha: _____

A continuación, se presenta una serie de actividades que te permitirán profundizar aquellos conocimientos y habilidades desarrollados a lo largo de la unidad.

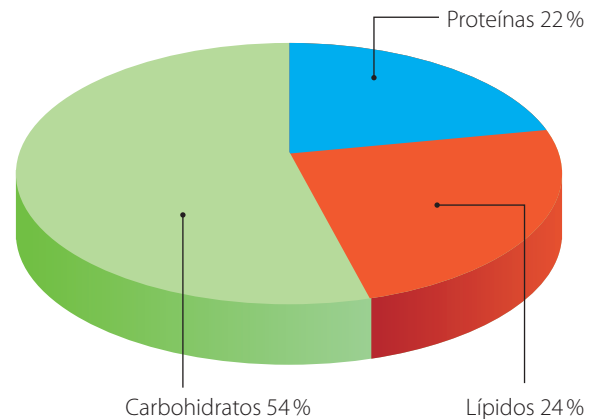
Análisis

1. Observa los siguientes gráficos que representan los requerimientos nutricionales de mujeres y hombres. Luego, responde las preguntas propuestas.

Requerimientos nutricionales en mujeres



Requerimientos nutricionales en hombres



- a. ¿Qué diferencia hay entre los requerimientos nutricionales de cada uno?
- b. ¿Qué nutriente debe ser incorporado en mayor cantidad en las dietas de mujeres y hombres?
- c. ¿Por qué piensas que el hombre requiere incorporar una mayor cantidad de proteínas?

Evalúo

2. Las autoridades de cierto país promulgan una ley antitabaco que, entre otras cosas, establece lo siguiente:
 - No se puede fumar en espacios públicos cerrados, pero si se puede hacer en espacios públicos abiertos como estadios, parques y plazas.
 - Se prohíbe la venta de cigarrillos a menores de 15 años.
 - Se aumentan los impuestos a la venta de los cigarrillos.
 - Se permite fumar en el transporte público, siempre que este tenga sus ventanas abiertas.
 ¿Te parecen adecuadas las medidas antitabaco propuestas en dicho país? De no ser así, ¿cuáles modificarías y por qué?

Aplico

3. Imagina que eres experta(o) en nutrición y debes elaborar una dieta especial para una persona que requiere consumir una mínima cantidad de lípidos, una alta cantidad de carbohidratos, una cantidad moderada de proteínas y muchas vitaminas y sales minerales. ¿De qué alimentos se compondría la dieta que le propondrías a la persona?