

BOLETÍN DE LA NUTRICIÓN /APARATO DIGESTIVO:

NOMBRE: _____

1. ¿Mediante qué proceso se obtienen los nutrientes que componen los alimentos que consumimos?
2. ¿Qué sistema de nuestro organismo colabora con la distribución de los nutrientes a nuestras células?
3. Nombre los órganos y glándulas anexas que componen al Sistema Digestivo.
4. ¿Qué sucede con los alimentos que nuestro organismo no transforma en nutrientes?
5. Cuales son las 4 partes en las que se divide en proceso de la digestión. Explícalo brevemente.
6. Determine si las siguientes aseveraciones son Verdaderas o falsas. Coloca V (verdadero) o F (falso)
 - 1.- _____ El sistema digestivo permite transformar los alimentos en sustancias más Simples llamadas nutrientes.
 - 2.- _____ La ingestión se produce en el estómago.
 - 3.- _____ En el estómago se producen los jugos gástricos.
 - 4.- _____ El quilo sale del estómago al intestino delgado
 - 5.- _____ En el intestino grueso es donde encontramos las vellosidades Intestinales para absorber los nutrientes
 - 6.- _____ Los desechos que eliminamos también se les puede llamar Heces Fecales.

7. Escoge la respuesta correcta:

1. Los órganos del sistema digestivo descomponen el alimento para que:
 - a) se pueden digerir de mejor manera.
 - b) Para que los nutrientes puedan ingresar en la sangre y llegar a las células.
 - c) para que los nutrientes no lleguen a las células.
 - d) ninguna es correcta.
2. El órgano que lleva los alimentos hasta el estómago es:
 - a. Los intestinos
 - b. El hígado
 - c. El esófago
 - d. El estómago
3. -Los desechos alimentarios no absorbidos pasan al:
 - a. Intestino delgado.
 - b. Intestino grueso.
 - c. Pasa al esófago.
 - d. Al torrente sanguíneo
4. La función más importante del hígado, es:
 - A. Producir la bilis.
 - B. Transformar las proteínas.
 - C. Disolver las grasas.
 - D. Regular la cantidad de azúcar en la sangre.
5. Se le llama quimo:
 - a. La mezcla entre alimento y saliva en la boca.
 - b. A la secreción producida por el páncreas.
 - c. A la mezcla producida en el estómago
 - d. A la secreción producida por el hígado.

8. Qué diferencia hay entre el quimo y el quilo

9. Explica cómo llega el bolo alimenticio hasta el estómago.

10. Une la palabra que corresponde con su definición:

- | | |
|---------------------|--|
| Ingestión | • Cavidad formada por dientes, lengua y glándulas salivales. |
| Digestión | • Mezcla de alimento triturado y lubricado por saliva formado en la boca |
| Boca | • Contracciones y relajaciones del tubo digestivo que permiten el avance del alimento. |
| Glándulas salivales | • Tres órganos ubicado en la cavidad bucal que secretan saliva |
| Digestión mecánica | • . Movimiento del bolo alimenticio hacia el esófago, impulsado por la lengua. |
| Bolo alimenticio | • Incorporación de alimento a nuestro organismo. |
| Digestión química | • Mezcla del bolo alimenticio con los jugos gástricos en el estómago. |
| Deglución | • . Degradación de los alimentos hasta obtener los nutrientes presentes en él. |
| Peristaltismo | • Glándulas anexas que colaboran en el proceso digestivo en el intestino delgado. |
| Quimo | • Proceso en el que se tritura y fragmenta el alimento a partes más pequeñas. |
| Intestino delgado | • .Degradación de los alimentos mediante sustancias químicas. |
| Hígado y páncreas | • Conducto de gran longitud formado por el duodeno, el yeyuno y el íleon. |
| Absorción | • . Incorporación de nutrientes desde el intestino al organismo. |

11. ¿qué funciones tiene el intestino delgado?

12. Escribe 5 nutrientes de cada tipo que comas en tu vida diaria.