



Asociación de Familias de
Alumnado NEAE

A Cañiza - Pontevedra

Por: Marta Rodríguez Márquez

NATURAIS

A NUTRICIÓN.



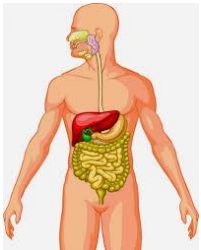
Asociación de Familias de Alumnado NEAE.

A NUTRICIÓN HUMANA

consiste en

Alimentarnos
para obter
nutrientes.

mediante



APARATO DIXESTIVO

Respirar para obter osíxeno.

**INSPIRACIÓN/
EXPIRACIÓN**

INTERCAMBIO DE GASES

mediante



APARATO RESPIRATORIO

Distribuir as
sustancias por
todo o corpo.

**CIRCULACIÓN
DO SANGUE**

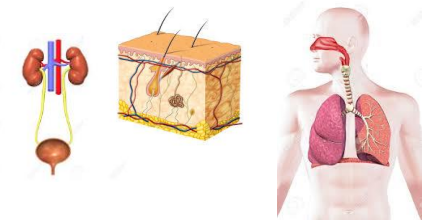
mediante



APARATO CIRCULATORIO

Expulsar os
refugallos.

mediante



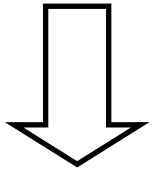
APARATO EXCRETOR

**GLÁNDULAS
SUDORÍPORAS**

**APARATO
RESPIRATORIO.**

Aparato dixectivo: Encárgase de tomar alimentos e transformalos para obter nutrientes.

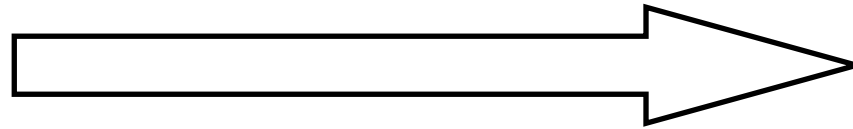
Está formado por:



Glándulas dixectivas:

Órganos que producen zumes que separan os nutrientes.

Glándulas salivais, fígado e páncreas.



Tubo dixectivo:

Conducto polo que pasa o alimento

Partes:

Boca, farinxe, esófago, estómago, intestino delgado, intestino grosso, ano.



A **Dixestión** - Pasos:

1- A transformación do alimento:

1º. Os dentes trituran os alimentos.

2º. Os alimentos mestúranse no tubo dixestivo cos zumes das glándulas dixestivas.

3º. Sepáranse os nutrientes.

2- Absorción dos nutrientes:

4º. Os nutrientes son absorbidos polas paredes do intestino delgado e pasan ao sangue.

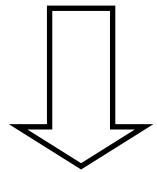
3- Expulsión dos refugallos:

5º. Os restos dos alimentos que non son absorbidos polo intestino delgado, pasan ao intestino groso e **expúlsanse polo ano**.



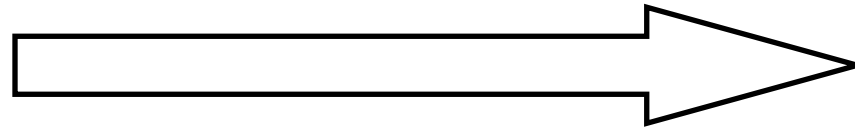
Aparato Respiratorio: Encárgase de tomar o **osíxeno** que necesitamos e expulsar **dióxido de carbono**.

Está formado por:



Pulmóns:

Órganos esponxosos que conteñen as **ramificacións** dos bronquios e dos alvéolos.



Vías respiratorias:

Tubos polos que entra e sae o aire.

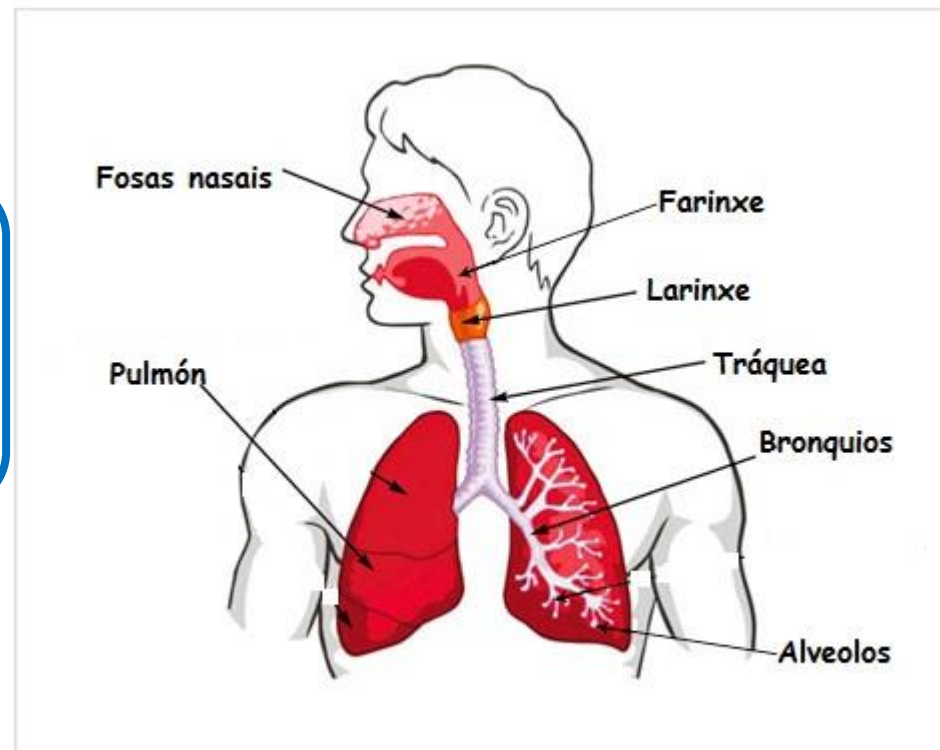
Partes:

Boca e fosas nasais.

Farinx, larinxe e tráquea.

Bronquios.

Alvéolos.



A **Respiración** - Pasos:

1- **Inspiración:**

O aire entra pola boca ou fosas nasais e o DIAFRAGMA e os outros músculos respiratorios, contráense, provocando que se enchan os pulmóns de aire.

2- **Intercambio de gases:**

O osíxeno que chega aos pulmóns pasa ao sangue a través dos alvéolos.

O dióxido de carbono pasa da sangue aos alvéolos.

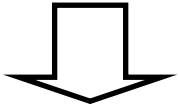
3- **Expiración:**

O diafragma e os músculos respiratorios reláxanse e o aire sae dos pulmóns.



Aparato Circulatorio: Encárgase de transportar as substancias polo corpo a través da circulación do sangue.

Está formado por:



Os Vasos Sanguíneos:

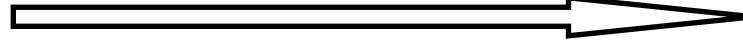
Tubos polos que circula o sangue.

Partes:

Arterias: levan o sangue desde o corazón aos órganos.

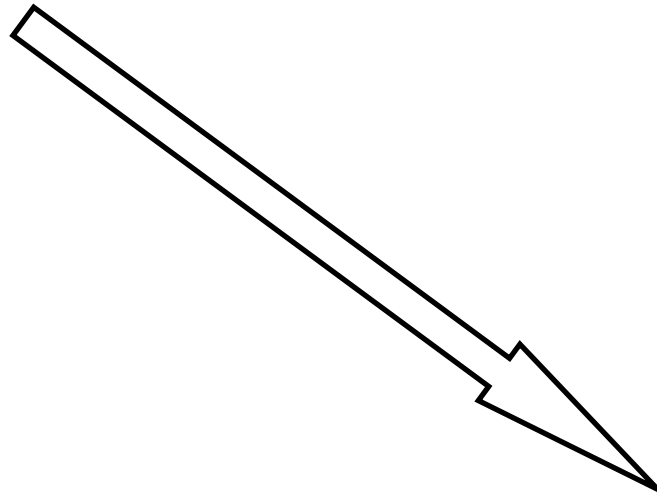
Veas: levan o sangue desde os órganos ao corazón.

Capilares: ramificacións máis finas das arterias e das veas.



O Sangue:

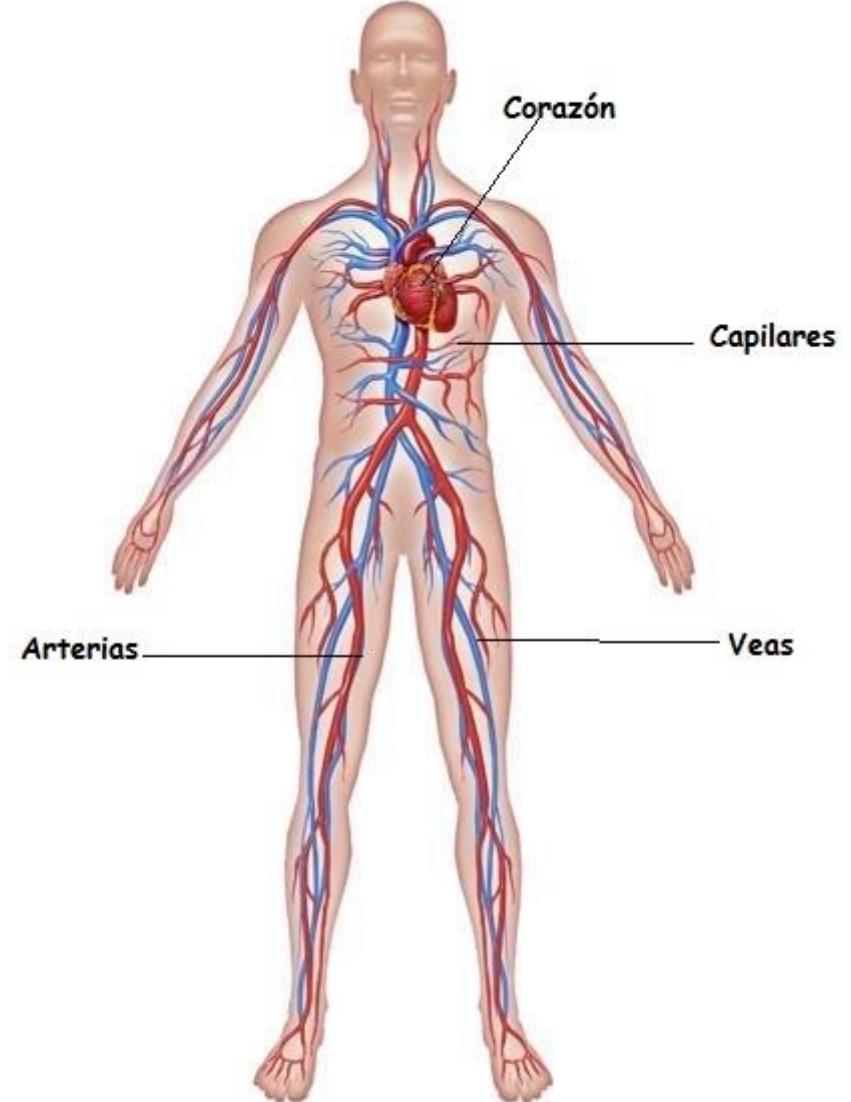
Líquido vermello que recolle e transporta **osíxeno**, **nutrientes** e **refugallos**.



O Corazón:

Músculo con 4 cavidades e paredes musculares, encargado de impulsar o sangue por todo o corpo.

O corazón latexa en 2 movementos (ensancha para que entre o sangue, e contráese para que saia polos vasos sanguíneos).



A **Circulación** - Pasos:

1- O sangue sae do corazón:

O corazón contráese e impulsa o sangue polas arterias.

2- O sangue chega aos órganos:

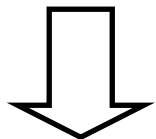
O sangue circula polos capilares recollendo e trasportando osíxeno, nutrientes e refugallos.

3- O sangue volve ao corazón:

O sangue volve polas veas ao corazón, que se ensancha para deixalo entrar.

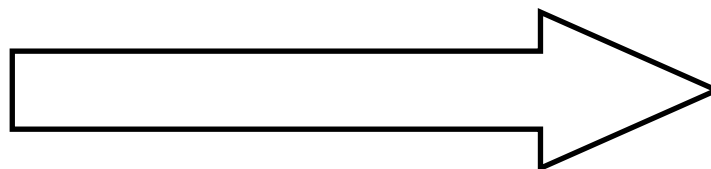
Aparato Excretor (I): Encárgase de expulsar os refugallos ao exterior.

Está formado por:



Os Riles:

Dous órganos marróns situados no abdome.

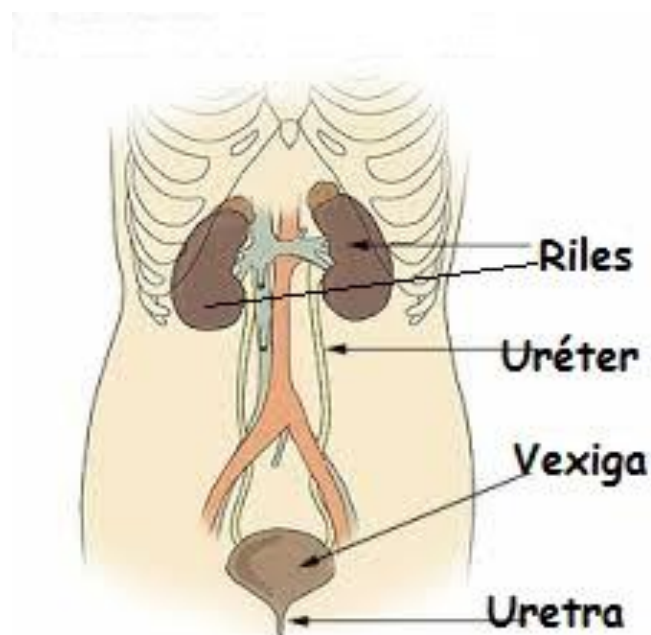


As Vías Urinarias:

Uréteres: 2 tubos que saen dos riles.

Vexiga: órgano en forma de bolsa.

Uretra: comunica o aparato excretor co exterior.



A Función do Aparato Excretor - Pasos:

1- Os riles filtran o sangue:

Extraen as substancias de refugallo do sangue e o sangue sae limpo dos riles.

2- Os riles fabrican os ouriños:

Os refugallos mestúranse con auga e os ouriños pasan á vexiga a través dos uréteres.

3- Os ouriños expúlsanse ao exterior:

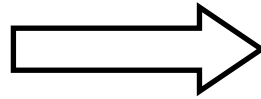
Saen ao exterior a través da uretra.



Aparato Excretor (II).

Gándulas Sudoríparas.

Encárgase de expulsar os refugallos ao exterior.



As Glándulas Sudoríparas:

Están repartidas por todo o corpo sobre todo nas axilas, na cara e nas mans.

Son tubos moi delgados rodeados de capilares dentro da pel, cun conducto que desemboca no exterior polos poros.

A Función das Glándulas Sudoríparas- Pasos:

1- As glándulas sudoríparas filtran o sangue:

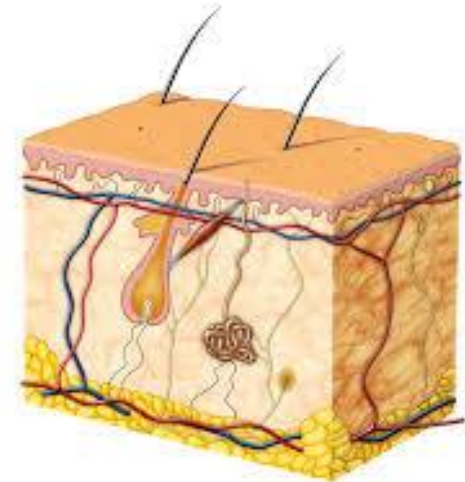
Extraen as substancias de refugallo.

2- As glándulas sudoríparas producen a suor:

A suor é unha mestura de refugallos e auga.

3- A suor expúlsase ao exterior:

Polos conductos das glándulas sudoríparas que desembocan nos poros.



A NUTRICIÓN HUMANA:

As persoas necesitamos alimentarnos para obter substancias nutritivas ou **NUTRIENTES**, que conteñen os alimentos e a auga.



SEGUNDO OS NUTRIENTES QUE CONTEÑEN os alimentos poden ser:

ENERXÉTICOS, **CONSTRUTIVOS** e **REGULADORES**.

ALIMENTOS ENERXÉTICOS:

Os nutrientes que conteñen son **HIDRATOS DE CARBONO** ou **GRAXAS**.

Utilizamos estes nutrientes para **obter enerxía**.



HIDRATOS DE CARBONO:

Cereais (fariña, pasta, pan...) patacas, azucre.

GRAXAS:

Aceite, touciño, manteiga.

ALIMENTOS CONSTRUTIVOS:

Os nutrientes que conteñen son **PROTEÍNAS**.

Utilizamos estes nutrientes para **crecer e reparar o corpo**.



Carnes, peixes, legumes, ovos, lácteos

ALIMENTOS REGULADORES

Os nutrientes que conteñen son **VITAMINAS, MINERAIS e FIBRA VEXETAL**.

Utilizamos estes nutrientes para que o **corpo funciona ben e previr enfermidades**.



Froitas e verduras.

A AUGA

É necesario incluír **varios vasos de auga diarios** na nosa alimentación, aínda que os propios alimentos tamén conteñan auga.

A **AUGA** é unha parte moi importante do noso corpo. Está presente: na saliva, no sangue, na suor, nos ouriños...



A FIBRA

A **FIBRA** está formada polas **partes das plantas que non podemos utilizar como nutrientes**.

A **FIBRA** serve para:

- reducir o estreñimento.
- previr enfermidades.
- mellorar a flora bacteriana.



Froitas, verduras, hortalizas, froitos secos, cereais e legumes.

CONSELLOS PARA UNHA NUTRICIÓN SAUDABLE

SAÚDE E HIXIENE DO APARATO DIXESTIVO:

Seguir unha dieta saudable : evitando cortes de dixestión.

Vixiar os alimentos que tomamos: limpos e en boas condicións.



SAÚDE E HIXIENE DO APARATO RESPIRATORIO:



Inspirar polo nariz: para que o aire que entre se limpe e se quente.

Non inhalar fumes nin substancias perigosas: evitar zonas moi contaminadas.

Facer exercicios: para aumentar a capacidade pulmonar.

SAÚDE E HIXIENE DO APARATO CIRCULATORIO:

Facer deporte de forma habitual: para fortalecer o corazón.

Non abusar do sal nin das graxas nas comidas.



SAÚDE E HIXIENE DOS APARATOS PARA A EXCRECIÓN:



Beber moita auga: para facilitar o traballo dos riles e das glándulas sudoríporas..

Lavarase a diario: para limpar a pel dos refugallos.

Cambiar a diario a roupa: para evitar a acumulación de refugallos que quedan nela.

A DIETA:

É o conxunto de alimentos e a auga que unha persoa toma cada día.



UNHA DIETA SAUDABLE é a que contén unha cantidade suficiente de todos os nutrientes e de auga.

A DIETA TÍPICA DUNHA CULTURA é a dieta típica dunha cultura ou zona e que utiliza os alimentos do seu entorno. Por exemplo a **DIETA MEDITERRÁNEA** e a **ATLÁNTICA**.

A DIETA MEDITERRÁNEA

É unha dieta moi saudable, típica dos países en contacto con Mar Mediterráneo.

COMO É:



- **Abundantes alimentos e orixe vexetal**: pan, pasta, arroz, verduras, hortalizas, legumes e froitas.
- **Aceite de oliva** como fonte principal de graxa.
- **Consumo moderado de peixe, marisco, aves de curral, productos lácteos e ovos.**

VALORES DA DIETA MEDITERRÁNEA:

É SAUDABLE: proporciona a cantidade adecuada de todos os nutrientes.



FORMA PARTE DA NOSA CULTURA: temos moitas festas relacionadas coa comida.

É CREATIVA E BARATA: pódense elaborar moitos pratos con ingredientes sinxelos.

RESPECTA O MEDIO: utiliza alimentos do entorno, e aproveita case todas as súas partes para facer receitas distintas.



A DIETA ATLÁNTICA

É unha dieta **moi saudable**, típica dos países en contacto con **Océano Atlántico**.

COMO É:

É moi semellante á dieta Mediterránea, pero **cun maior consumo de peixe, carne de bovino, lácteos, ovos e patacas**.



EXERCICIOS

NUTRICIÓN E DIETA

1- Relaciona cada palabra coa súa definición:

Alimento

Productos que comemos para obter nutrientes.

Nutriente

Utilización dos nutrientes para crecer e funcionar ben.

Alimentación

Substancias que utilizamos para crecer e funcionar ben.

Nutrición

Consumir auga e alimentos.

2- ¿Por qué necesitamos tomar alimentos?

- a) Para obter nutrientes.
- b) Para obter máis osíxeno nos pulmóns.
- c) Para poder tomar fibra e auga.

3- Os alimentos conteñen nutrientes. Segundo os nutrientes que conteñen, os alimentos poden ser:

- a) _____
- b) _____
- c) _____



4- Os alimentos ENERXÉTICOS conteñen:

- a) vitaminas, minerais e fibra vexetal.
- b) proteínas.
- c) Hidratos de carbono e garxas.

5- Utilizamos os alimentos ENERXÉTICOS para:

- a) Obter enerxía.
- b) Para crecer e reparar o corpo.
- c) Para que o corpo funcione ben e previr enfermidades.

6- Son alimentos ENERXÉTICOS:

- a) Carnes, peixes, legumes, ovos, lácteos.
- b) Froitas e verduras.
- c) Cereais (fariña, pasta, pan...), patacas, azucre, aceite, touciño, manteiga.

7- Os alimentos CONSTRUTIVOS conteñen:

- a) vitaminas, minerais e fibra vexetal.
- b) proteínas.
- c) Hidratos de carbono e garxas.

8- Utilizamos os alimentos CONSTRUTIVOS para:

- a) Obter enerxía.
- b) Para crecer e reparar o corpo.
- c) Para que o corpo funcione ben e previr enfermidades.

9- Son alimentos CONSTRUTIVOS:

- a) Carnes, peixes, legumes, ovos, lácteos.
- b) Froitas e verduras.
- c) Cereais (fariña, pasta, pan...), patacas, azucre, aceite, touciño, manteiga.



10- Os alimentos REGULADORES conteñen:

- a) vitaminas, minerais e fibra vexetal.
- b) proteínas.
- c) Hidratos de carbono e garxas.

11- Utilizamos os alimentos REGULADORES para:

- a) Obter enerxía.
- b) Para crecer e reparar o corpo.
- c) Para que o corpo funcione ben e previr enfermidades.

12- Son alimentos REGULADORES:

- a) Carnes, peixes, legumes, ovos, lácteos.
- b) Froitas e verduras.
- c) Cereais (fariña, pasta, pan...), patacas, azucre, aceite, touciño, manteiga.

13- Aínda que a AUGA está presente nos alimentos:

- a) Debemos evitar o consumo de auga bebida.
- b) Debemos incluír varios vasos de auga diarios na nosa dieta.
- c) Debemos beber un vaso de auga ao día.

14- Qué é a FIBRA?

- a) A parte dos alimentos que ten máis nutrientes.
- b) Os nutrientes do pan.
- c) A parte das plantas que non podemos utilizar como nutrientes.

15- A FIBRA serve para:

- a) Obter unha gran cantidade de enerxía, e previr enfermidades.
- b) Obter unha gran cantidade de enerxía e reducir o estreñimento.
- c) Reducir o estreñimento, previr enfermidades e mellorar a flora.



16- Son alimentos con **FIBRA**:

- a) Carnes e os peixes.
- b) Patacas, os mariscos, as aves de curral e as legumes.
- c) Foritas, verduras, hortalizas, froitos secos, cereais e legumes.

17- Completa a táboa coas pegatinas (verdes) que se adxuntan:

ALIMENTOS	NUTRIENTES	UTILIZÁMOLOS PARA
ENERXÉTICOS		
CONSTRUTIVOS		
REGULADORES		

18- Completa a táboa coas pegatinas (azuis) que se adxuntan:

ALIMENTOS			
ENERXÉTICOS	CONSTRUTIVOS	REGULADORES	FIBRA

19- A DIETA é:

- a) O conxunto de nutrientes que comemos unha semana enteira.
- b) O que temos que comer se queremos perder peso.
- c) O conxunto de alimentos e auga que unha persoa toma cada día.

20- Una DIETA SAUDABLE é:

- a) Unha dieta rica en verduras e sen carne.
- b) Unha dieta na que non se empreguen aceites.
- c) Unha dieta que contén unha cantidade suficiente de todos os nutrientes que necesitamos.

21- Que é A DIETA TÍPICA DUNHA CULTURA?

- a) Unha dieta barata e con menús variados.
- b) A dieta típica dunha zona na que se utilizan alimentos do entorno.
- c) O plato típico dunha zona.

22- Escribe o nome de dúas dietas típicas da nosa cultura:

- 1) _____
- 2) _____

23- A DIETA MEDITERRÁNEA é típica:

- a) Dos países próximos ao mar Mediterráneo.
- b) Dos países próximos ao Océano Atlántico.
- c) Da Península Ibérica.



24- A DIETA MEDITERRÁNEA consiste en:

- a) Abundantes froitas de todo tipo, manteiga e touciño, e moi pouca cantidade de peixes.
- b) Abundantes carnes de curral, e poucos vexetais.
- c) Abundantes alimentos de orixe vexetal, aceite de oliva, peixe, marisco, aves de curral, productos lácteos e ovos.

25- A DIETA ATLÁNTICA é típica:

- a) Dos países próximos ao mar Mediterráneo.
- b) Dos países próximos ao Océano Atlántico.
- c) Da Península Ibérica.

26- A DIETA ATLÁNTICA consiste en:

- a) Utilizar máis cantidade de aceite nas comidas que na dieta mediterránea.
- b) Utilizar máis vexetais que na dieta mediterránea.
- c) Utilizar máis peixe, carne de bovino, lácteos, ovos e patacas que na dieta mediterránea.



27- A NUTRICIÓN HUMANA consiste en (relaciona):

Alimentarnos para obter
nutrientes.

APARATO RESPIRATORIO

APARATO DIXESTIVO

Respirar para obter osíxeno.

APARATO EXCRETOR

Distribuir as substancias
polo corpo.

GLÁNDULAS
SUDORÍPORAS

APARATO
RESPIRATORIO.

Expulsar os refugallos.

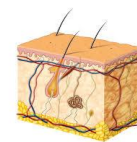
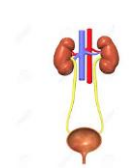
APARATO CIRCULATORIO

28- Une cada aparato co seu debuxo:

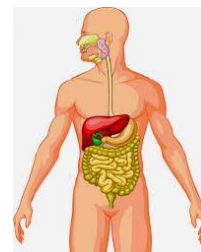
APARATO DIXESTIVO



APARATO RESPIRATORIO



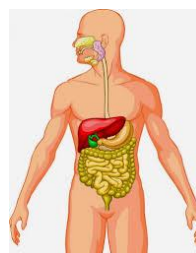
APARATO CIRCULATORIO



APARATO EXCRETOR

GLÁNDULAS
SUDORÍPORAS

APARATO
RESPIRATORIO.





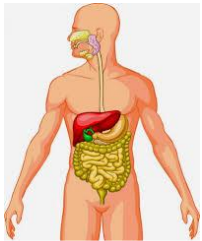
Asociación de Familias de Alumnado NEAE.

A NUTRICIÓN HUMANA

consiste en

Alimentarnos
para obter
nutrientes.

mediante



INSPIRACIÓN/
EXPIRACIÓN
INTERCAMBIO DE GASES

mediante



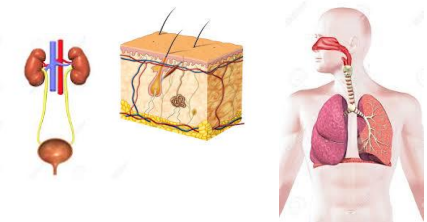
Distribuir as
sustancias por
todo o corpo.

mediante



APARATO CIRCULATORIO

mediante



APARATO EXCRETOR

GLÁNDULAS
SUDORÍPORAS

APARATO
RESPIRATORIO.

30- O APARATO DIXESTIVO encárgase de:

- a) Tomar osíxeno do aire e expulsar dióxido de carbono.
- b) Tomar alimentos e transformalos para obter nutrientes.
- c) Tomar alimentos para medrar.

31- O APARATO DIXESTIVO está formado por:

- a) Tubo dixestivo e glándulas dixestivas.
- b) Dentes e o tubo dixestivo.
- c) Tubo dixestivo e estómago.

32- O TUBO DIXESTIVO é:

- a) O conducto polo que entra o osíxeno.
- b) O conducto polo que se expulsan os refugallos.
- c) O conducto polo que pasa o alimento.

33- Cales son as partes do TUBO DIXESTIVO?

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____
- 6) _____
- 7) _____



34- Cal é a función das GLÁNDULAS DIXESTIVAS?

- a) Expulsar os refugallos a través dos poros da pel.
- b) Distribuir as substancias polo corpo.
- c) Producir zumes que separan os nutrientes.

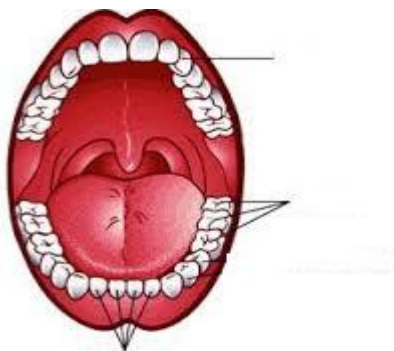
35- Cales son as GLÁNDULAS DIXESTIVAS?

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____

36- Ordena os pasos da DIXESTIÓN:

- Os nutrientes son absorvidos polas paredes do intestino delgado e pasan ao sangue.
- Os dentes trituran os alimentos.
- Os alimentos mestúranse no tubo dixestivo cos zumes das glándulas dixestivas.
- Os restos dos alimentos que non son absorvidos polo intestino delgado, pasan ao intestino grosso e expúlsanse polo ano.
- Sepáranse os nutrientes.

37- Escribe el nombre de los dientes que se indican en el dibujo (Incisivos, caninos, molares).



APARATO RESPIRATORIO



38- O APARATO RESPIRATORIO encárgase de:

- a) Tomar osíxeno do aire e expulsar dióxido de carbono.
- b) Tomar alimentos e transformalos para obter nutrientes.
- c) Distribuir as substancias polo corpo.

39- O APARATO RESPIRATORIO está formado por:

- a) Tubo dixestivo e glándulas dixestivas.
- b) Vías respiratorias e pulmóns.
- c) Pulmóns e bronquios.

40- AS VÍAS RESPIRATORIAS son:

- a) O conducto polo que entra o osíxeno.
- b) O conducto polo que se expulsan os refugallos.
- c) Os tubos polos que entra e sae o aire.

41- Cales son as partes das VÍAS RESPIRATORIAS?

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____
- 6) _____
- 7) _____

42- Que son os PULMÓNS?

- a) Dous músculos esponxosos que conteñen as ramificacións dos bronquios e dos alvéolos.
- b) Dous órganos esponxosos que conteñen as ramificacións dos bronquios e dos alvéolos.
- c) Dous órganos que se atopan no abdómen e filtran o sangue.

43- Ordena os pasos da RESPITACIÓN:

- Expiración: O diafragma e os músculos respiratorios reláxanse e o aire sae dos pulmóns.
- Inspiración: O aire entra pola boca ou fosas nasais e o DIAFRAGMA e os outros músculos respiratorios, contráense, provocando que se enchan os pulmóns de aire.
- Intercambio de gases:
 - O osíxeno que chega aos pulmóns pasa ao sangue a través dos alvéolos.
 - O dióxido de carbono pasa da sangue aos alvéolos.



APARATO CIRCULATORIO

44- O APARATO CIRCULATORIO encárgase de:

- a) Tomar osíxeno do aire e expulsar dióxido de carbono.
- b) Tomar alimentos e transformalos para obter nutrientes.
- c) Distribuir as substancias polo corpo.

45- O APARATO CIRCULATORIO está formado por:

- a) O sangue, os vasos sanguíneos e o corazón.
- b) Vías respiratorias e pulmóns.
- c) Pulmóns e bronquios.

46- Que é o SANGUE?:

- a) O conducto polo que entra o osíxeno.
- b) Un líquido vermello que recolle e transporta osíxeno, nutrientes e refugallos.
- c) Un líquido vermello que transporta o dióxido de carbono por todo o corpo.

47- Qué son os VASOS SANGUÍNEOS?

- a) Tubos polos que circula o osíxeno.
- b) Tubos polo que circula o sangue.
- c) Tubos polos que circulan os refugallos.

48- Cales son os tipos de VASOS SANGUÍNEOS?

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____

49- As ARTERIAS:

- a) son ramificacións máis finas das arterias.
- b) levan o sangue desde o corazón aos órganos.
- c) levan o sangue desde os órganos ao corazón.

50- As VEAS:

- a) son ramificacións máis finas das arterias.
- b) levan o sangue desde o corazón aos órganos.
- c) levan o sangue desde os órganos ao corazón.



51- Os CAPILARES:

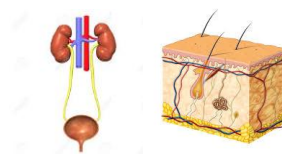
- a) son ramificacións máis finas das arterias e as veas.
- b) levan o sangue desde o corazón aos órganos.
- c) levan o sangue desde os órganos ao corazón.

52- Que é o CORAZÓN?

- a) Un músculo esponxoso que contén as ramificacións dos bronquios e dos alvéolos.
- b) Un músculo encargado de impulsar o sangue por todo o corpo.
- c) Un órgano que se atopa no abdómen e filtran o sangue.

53- Ordena os pasos da RESPITACIÓN:

- O sangue chega aos órganos: O sangue circula polos capilares recollendo e transportando osíxeno, nutrientes e refugallos.
- O sangue sae do corazón: O corazón contráese e impulsa o sangue polas arterias.
- O sangue volve ao corazón: O sangue volve polas veas ao corazón, que se ensancha para deixalo entrar.



APARATO EXCRETOR E AS GLÁNDULAS SUDORÍPORAS

54- O APARATO EXCRETOR encárgase de:

- a) Tomar osíxeno do aire e expulsar dióxido de carbono.
- b) Expulsar os refugallos ao exterior.
- c) Distribuir as substancias polo corpo.

55- O APARATO EXCRETOR está formado por:

- a) O sangue, os vasos sanguíneos e o corazón.
- b) Vías respiratorias e pulmóns.
- c) Os riles e as vías urinarias.

56- Que son os RILES?:

- a) Dous conductos polo que entra o osíxeno.
- b) Dous músculos marróns situados no abdome.
- c) Dous órganos marróns situados no abdome.

57- Cales son os tipos de VÍAS URINARIAS?

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____

58- Os URÉTERS:

- a) son dous órganos en forma de bolsa.
- b) son dous tubos que saen dos riles.
- c) comunica o aparato excretor co exterior.

59- A VEXIGA:

- a) é un órgano en forma de bolsa.
- b) son dous tubos que saen dos riles.
- c) comunica o aparato excretor co exterior.



60- A URETRA:

- a) é un órgano en forma de bolsa.
- b) son dous tubos que saen dos riles.
- c) comunica o aparato excretor co exterior.

61- Ordena os pasos da FUNCIÓN DO APARATO EXCRETOR:

- Os ouriños expúlsanse ao exterior: Saen ao exterior a través da uretra.
- Os riles filtran o sangue: Extraen as substancias de refugallo do sangue e o sangue sae limpo dos riles.
- Os riles fabrican os ouriños: Os refugалlos mestúranse con auga e os ouriños pasan á vexiga a través dos uréteres.

62- As GLÁNDULAS SUDORÍPORAS encárganse de:

- a) Tomar osíxeno do aire e expulsar dióxido de carbono.
- b) Expulsar os refugалlos ao exterior.
- c) Distribuir as substancias polo corpo.

63- Que son as GLÁNDULAS SUDORÍPORAS?:

- a) Dous tubos moi delgados polo que entra o osíxeno ao sangue.
- b) Son dous músculos marróns situados no abdome.
- c) Son tubos moi delgados rodeados de capilares dentro da pel, cun conducto que desemboca no exterior polos poros.

64- Ordena os pasos da FUNCIÓN DAS GLÁNDULAS SUDORÍPORAS:

- As glándulas sudoríporas filtran o sangue: Extraen as substancias de refugallo.
- As glándulas sudoríporas producen a suor: A suor é unha mestura de refugалlos e auga.
- A suor expúlsase ao exterior: Polos conductos das glándulas sudoríporas que desembocan nos poros.



65- Completa a táboa coas pegatinas (vermellas) que se adxuntan:

APARATO	PARTES			FUNCIÓN
DIXESTIVO				
RESPIRATORIO				
CIRCULATORIO				
EXCRETOR				
GLÁNDULAS SUDORÍPORAS				

CONSELLOS PARA UNHA NUTRICIÓN SAUDABLE

66- Completa:

SAÚDE E HIXIENE DO APARATO DIXESTIVO:

1) _____

2) _____

SAÚDE E HIXIENE DO APARATO RESPIRATORIO:

1) _____

2) _____

3) _____



SAÚDE E HIXIENE DO APARATO CIRCULATORIO:

1) _____

2) _____

SAÚDE E HIXIENE DOS APARATOS PARA A EXCRECIÓN:

1) _____

2) _____

3) _____

