

Solucións

- Nutrición: conxunto de procesos mediante os cales obtemos a enerxía e os materiais de construción que necesitamos.
 - Nutriente: substancia sinxela que forma parte dos alimentos.
 - Respiración celular: conxunto de reaccións químicas que ocorren nas células. Nelas, os nutrientes combínanse con osíxeno e producen enerxía e substancias de refugallo.
 - Os nutrientes proporcionannos enerxía ou sérvennos como materiais de construción.
- R. M.
 - Hidratos de carbono ou glícidos: patacas, pan.
 - Graxas ou lípidos: manteiga, aceite de oliva.
 - Proteínas: lentellas, sardiñas.
 - Vitaminas: mazá, tomate.
 - Auga e sales minerais: uvas, cogombro.
- Formación do bolo alimentario, na boca.
Formación do quimo, no estómago. Formación do quilo, no intestino delgado.
- Dixestión: boca, estómago, intestino delgado
Absorción: intestino delgado
Eliminación de refugallos: intestino grosso
- A absorción é o paso dos **nutrientes** do intestino **delgado** ao sangue. O intestino **delgado** é moi rugoso no seu interior, xa que está ateigado de repregamentos chamados **pilosidades intestinais**, o que fai que haxa moita superficie de contacto entre o **quilo**, que contén os nutrientes, e as paredes do intestino.
- De arriba abaixo e de esquerda a dereita: fosas nasais, alvéolos pulmonares, bronquio, pulmón, farinxe, larinxe, traquea.
- Esquerda, inspiración, e dereita, expiración.
- Durante o intercambio de gases, o *osíxeno* do aire pasa dos *alvéolos* ao sangue, e o *dióxido* de carbono que hai no *sangue* pasa ao interior do alvéolo e expúlsase coa *expiración*.
- R. M. Comer alimentos variados e repartir as comidas ao longo do día.
- R. M. Efecto inmediato: tose. Efectos a longo prazo: danos nos pulmóns.