

## BOLETÍN DE REPASO UNIDADE 2.1: OS NUTRIENTES.

1. Cal é a diferenza entre alimento e nutriente?
2. Explica que tres tipos de nutrientes existen. Indica a súa función e que tipos de nutrientes atopamos en cada un deles.
3. Que diferenza hai entre os monosacáridos, os disacáridos e os polisacáridos?
4. A que tipos de glúcidos corresponden as seguintes oracións:
  - a. Están formados por moitos monosacáridos.
  - b. Son solubles en auga.
  - c. O amidón é un...
  - d. Non son cristalinos.
  - e. Son brancos.
  - f. A glicosa é un...
  - g. Teñen un sabor doce.
  - h. Non son doces.
  - i. Están formados por dous monosacáridos.
  - j. Son insolubles en auga.
  - k. A lactosa é un...
  - l. Son cristalinos.
5. Por que os lípidos son tan importantes estruturalmente?
6. Como diferenciarías a simple vista un glicérido saturado dun insaturado?
7. Enumera as funcións das proteínas e explícaaas brevemente.
8. Cal é o porcentaxe de peso da auga no corpo humano? Explica as funcións da auga no corpo humano.
9. Que significa que unha vitamina é liposoluble? E que é hidrosoluble? Indica cales son as de cada tipo.
10. Completa a seguinte táboa:

AS VITAMINAS			
NOME		FUNCIÓN NO ORGANISMO	ALIMENTOS EN QUE ABUNDA
LIPOSOLUBLES			
HIDROSOLUBLES			