



COLEGIO DOMINGO EYZAGUIRRE  
SAN BERNARDO // EL BOSQUE  
ASIGNATURA: Ciencias Naturales  
PROFESOR (a): María Mercedes Rojo G.

### Guía Pedagógica N°5

<b>Nombre:</b>	<b>Curso: 3 MEDIO</b>
<b>Fecha inicio:18/05</b>	<b>Fecha Término 29/05</b>

#### **Descripción Curricular de la Evaluación**

<b>Unidad</b>	<b>N° 1</b>
<b>Objetivos (sólo los números)</b>	<b>OA1-OA2</b>
<b>Habilidades a evaluar</b>	-Analizan, sobre la base de la investigación, factores biológicos, ambientales y sociales que influyen en la salud humana -Identifican y comparan diversas medicinas (incluyendo la convencional, la tradicional de nuestros pueblos originarios y la complementaria alternativa.

#### **Instrucciones:**

**No realices todas las actividades de una vez. Toma descansos de a lo menos 15 minutos para continuar con el trabajo.**

**Cualquier duda puedes consultar al siguiente correo electrónico:**

[m.rojo@colegiodomingoeyzaguirre.cl](mailto:m.rojo@colegiodomingoeyzaguirre.cl)

**I.-SELECCIÓN ÚNICA:** marca con una X la respuesta correcta.

1.-“Salud” significa:

- A sentirse bien
- B no tener molestias
- C estado de completo bienestar
- D estar animoso y tranquilo

2.- ¿Qué significa la O.M.S ?

- A Organización de estados americanos
- B Organización mundial de la salud
- C Organización del medio ambiente y salud
- D Organización de salud pública.

3.- ¿Cuales de las alternativas responde a los principales problemas de salud, en nuestro país y en el mundo?

- A Estilos de vida B factores sociales C factores ambientales D Todas las mencionadas.

4.-La Medicina Convencional es también llamada:

- A Complementaria
- B Alopática
- C Alternativa
- D Homeopatía

5.-La medicina convencional se fundamenta:

- A en el conocimiento científico
- B en el tratamiento de la persona completa
- C en técnicas menos invasiva
- D en el conocimiento del cuerpo y la mente.

6.- ¿Cuales son las características que incluye el ámbito social?

- I.- Buena relación con otros. II.-Integración al medio social III.-Equilibrio interior

- A solo I B I y II C I, II y III D II y III

7.-En el ámbito Físico; la salud considera como característica:

- A Adaptación exitosa al ambiente.
- B Bienestar con los demás
- C Buen nivel de aptitud física.
- D Integración al medio social.

8.-Cual es el concepto que corresponde al siguiente enunciado:” Proceso mediante el cual el organismo extrae y utiliza las sustancias presente en los alimentos”

- A Nutrición
- B Nutrientes
- C Compuestos
- D Dieta

9.-Una dieta equilibrada es la que está formada por alimentos que aportan:

- A las sustancias nutritivas
- B variedad y cantidad de nutrientes
- C las calorías necesarias
- D la energía para las funciones vitales.

10.-Las dietas vegetarianas se caracterizan por:

- A Contener solo carne animal
- B Contener productos lácteos
- C No contener carne de ningún tipo
- D Contener solo carne blanca

11.-La Dieta Vegana excluye: I productos lácteos II huevos III ingrediente de origen vegetal

- A II y III
- B I y III
- C I y II
- D I,II y III

12.-En una dieta vegana se debe excluir todo alimento que contenga algún origen:

- A Natural
- B Animal
- C Vegetal
- D Animal y vegetal

13.- ¿Cuál de estas alternativas sería una desventaja de la dieta vegetariana?

- A Sufrir carencias de algunos micronutrientes
- B Figura delgada
- C Menos toxicidad
- D Mayor ahorro

14.- ¿Cuál de estas alternativas es una ventaja de la dieta vegana?

- A Aumento de peso
- B Aumento de las enfermedades cardiovasculares.
- C Previene el cáncer
- D Mayor toxicidad en el cuerpo.

15.- El huevo como alimento no es consumido por los veganos ¿Por qué?

- A Es de origen vegetal
- B Es de origen vegetal y animal
- C Es un subproducto vegetal
- D Es de origen animal

II.-De acuerdo a lo estudiado, sobre los tipos de Alimentos Vegetarianos y Veganos.

Clasifique a qué grupo pertenecen marcando con una X sobre la letra correspondiente.

<b>ALIMENTOS</b>	<b>A Alimentos Vegetarianos</b>	<b>B(Ambos) Vegetarianos y veganos</b>
Avena	<b>A</b>	<b>B</b>
Plátano	<b>A</b>	<b>B</b>
Frutilla	<b>A</b>	<b>B</b>
Miel	<b>A</b>	<b>B</b>
Yogur	<b>A</b>	<b>B</b>
Nueces	<b>A</b>	<b>B</b>
Brócoli	<b>A</b>	<b>B</b>
Huevos	<b>A</b>	<b>B</b>
Espinaca	<b>A</b>	<b>B</b>
Chocolate	<b>A</b>	<b>B</b>
Porotos	<b>A</b>	<b>B</b>