



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

### Guía Pedagógica N°5

<b>Nombre:</b>	<b>Curso: 8 Básico</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>OA6 – OA7</b>
<b>Habilidades a evaluar</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Identifican y clasifican nutrientes por características y funciones</b></li><li>- <b>Asocian nutrientes con su estructura básica</b></li><li>- <b>Analizan aportes nutricionales.</b></li></ul>

#### 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 a las siguientes interrogantes.

**1.-En cuál de los siguientes alimentos es posible encontrar una mayor cantidad de proteínas?**

- A. Pera                                      B. Agua                                      C. Carne                                      D. Mantequilla

**2.- ¿Qué función cumplen en el organismo los Carbohidratos?**

- A. Regular procesos metabólicos
- B. Suministrar energía inmediata.
- C. Proporcionar energía de reserva
- D. Llevar a cabo funciones enzimáticas.

**3.-“Polímeros formados por unidades estructurales más pequeñas llamadas aminoácidos”. ¿A qué tipo de nutrientes corresponde la descripción?**

- A. Lípidos                                      B. Proteínas                                      C. Carbohidratos                                      D. Sales Minerales

**4.- ¿Qué nutriente aporta la mayor cantidad de energía?**

- A. Lípidos                                      B. Vitaminas                                      C. Carbohidratos                                      D. Agua

**5.-¿Cuál de los siguientes alimentos tiene la mayor cantidad de vitaminas?**

- A. Frutas.      B. Huevos.      C. Carne de vacuno.      D. Carne de pescado.

**6.-¿Cuál de los siguientes alimentos es el que tiene la mayor capacidad para hidratar tu cuerpo?**

- A. Naranjas.                                      B. Sandía.                                      C. Kiwis.                                      D. Agua.

**7.-Las proteínas al estar en contacto con ácido nítrico se tornan de un color amarillento. ¿Cuál de los siguientes alimentos dará positivo para este ensayo?**

- A. Naranjas.                                      B. Plátanos.                                      C. Leche.                                      D. Pan.

8.-¿Cuál alimento aporta la mayor cantidad de energía para ser usada al corto plazo?

A Carne de vacuno. B Carne de pollo. C Tallarines. D Espinacas.

9.- ¿Qué es la TMB o tasa metabólica basal?

A. Es la cantidad mínima de masa que una persona debe tener.

B. Es el índice entre la estatura de una persona y su masa corporal.

C. Es la relación entre la masa de la persona y la ingesta diaria de carbohidratos.

D. Es la cantidad de energía mínima diaria requerida para mantener el organismo en reposo.

10.-.-Observa la siguiente pirámide alimenticia:



¿Cuál es el principio de esta pirámide?

A Las cantidades de los grupos de alimentos deben ser iguales.

B La cantidad de carbohidratos es la base de la nutrición diaria.

C La cantidad de vegetales debe ser al menos la mitad de los alimentos diarios.

D La cantidad de alimentos propuestas debe complementarse con ejercicio físico.

11.-¿Qué conducta corresponde a una alimentación saludable?

A. Beber poca agua

B. Comer pocas frutas

C. Ingerir muchas grasas

D. Disminuir la ingesta de azúcar

12.-¿Qué se considera una dieta equilibrada?

A. Comer dos veces al día

B. Consumir alimentos de un solo tipo.

C. Comer muchos alimentos ricos en azúcar y grasas

D. Ingerir variedad de alimentos en porciones adecuadas

13.-Son funciones del agua como nutriente:

I.-Mantener la temperatura II.-Entregar energía III.-Facilita el transporte de nutrientes.

A. I y III

B. I y II

C. I, II y III

D. II y III

14.-¿En qué nivel el porcentaje de desnutrición es más bajo?

A En kínder, en niñas

B En Prekínder, en niños

C En primero Medio, en niños

D En primero Medio, en niñas

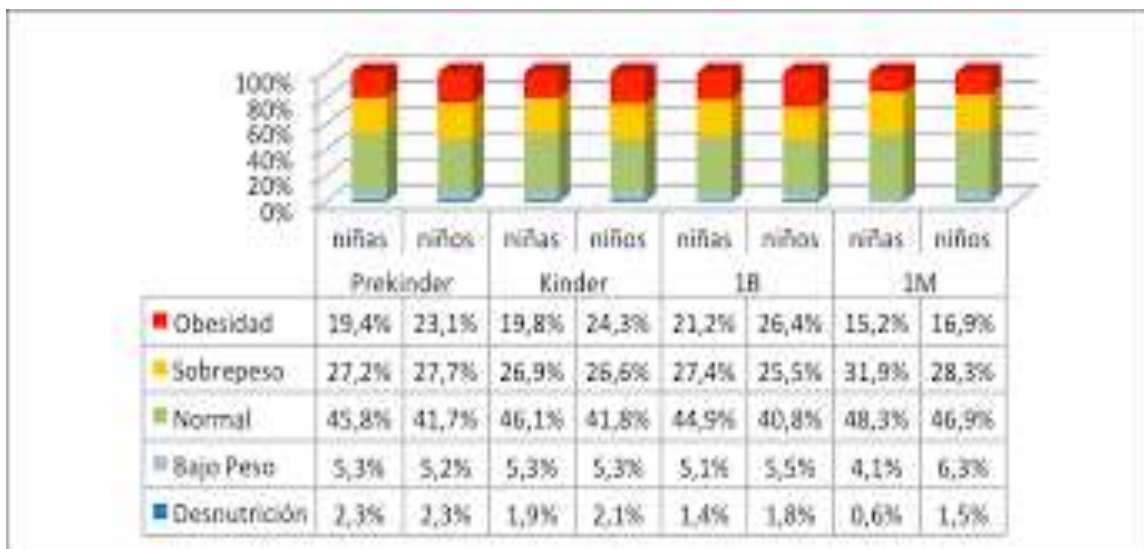
**15.-Cual de estos cuidados no corresponde en el etiquetado:**

A. Fecha de vencimiento B. Ingredientes C. Aditivos D. como se fabrica

**II.- Marque con una X sobre la letra que corresponde a la definición dada.**

N°	Alternativas		Definiciones
	A	B	
1	Nutrientes Esenciales	Nutrientes Calóricos	Son aquellos nutrientes que el organismo no puede producir.
2	Kilocalorías	Gramos	Unidad de medición de la energía.
3	Disacáridos	Monosacáridos	Unidad básica de un Carbohidrato
4	Alimentos reparadores	Alimentos Energéticos	Son aquellos que contienen Carbohidratos y Lípidos.
5	Alimentos Energéticos	Alimentos constructores	Son aquellos alimentos que poseen alto contenido en proteínas
6	Metabolismo basal	Metabolismo nutricional	Es la cantidad mínima de energía utilizada por la célula en reposo.
7	Pirámide alimentaría	Trama alimentaría	Representación utilizada para clasificar los alimentos.

**III.- Observa el siguiente Grafico: Índice Nutricional de cuatro niveles del sistema educacional y responde.**



**16.-¿En qué nivel el porcentaje de obesidad es más alto? ¿En niñas, niños o ambos?**

- A En primero básico, en niñas.
- B En primero básico, en niños.
- C En primero Medio, en niñas
- D En primero Medio, en niños

**17.-¿Que variables se representan en el gráfico?**

- A Niños/niñas y Nutrición
- B Niñas/niños y porcentaje
- C Índice nutricional y porcentaje
- D Enfermedades y porcentaje.