



Clase N°13: Etiquetas y Sellos nutricionales.

Estimados alumnos:

La Clase 13 se trabajará apoyándose con el texto guía **páginas 98-99-100 -101** y cuaderno. Todas sus respuestas y trabajo deben quedar **registradas en el cuaderno y libro de ciencias según corresponda.**

Objetivos:

- Identificar los nutrientes presentes en cada etiqueta, presente por porción en los alimentos.
- Analizar los sellos nutricionales, presentes en los alimentos, de manera de reconocer aquellos que presenten altos contenidos en azúcares, grasas, sodio y calorías.

Actividad N°1: Lee atentamente la **página 98 - 99** y realiza la siguiente actividad de aplicación registrándola en tu cuaderno.

Selecciona 2 alimentos con envase que tengas en tu hogar y que presente sellos y etiquetas nutricionales.

Luego registra en tu cuaderno, la etiqueta nutricional e identifica destacando con un lápiz de distinto color a los carbohidratos, proteínas, lípidos o grasas totales. Utilizando el mismo color anterior de destacadador de cada nutriente, marque los gramos contenidos por porción del nutriente respectivo.

Posteriormente, dibuje en su cuaderno el sello presente en el envase del alimento seleccionado, indicando a que hace referencia.

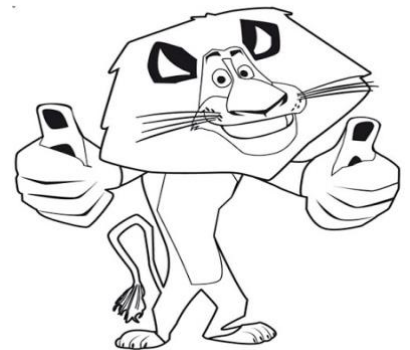
Actividad N°2:

Responde en tu libro de ciencias actividades de aplicación, relacionadas con la función de los nutrientes, etiquetas y sellos nutricionales de la página 100 y 101.

Reflexión Final:

¿Dentro de la dieta diaria que consumes (desayuno, colación, almuerzo, colación y cena), incorporas algún alimento que presente sellos? Explica.

Recuerde seguir estudiando y profundizando cada uno de los temas.



No olvidar: A partir del lunes 11 de mayo, estará disponible formulario online de Evaluación formativa de ciencias. Los temas a estudiar son: Sistema Digestivo y Cómo nos alimentamos.