

ANEXO XX:

Temática de preguntas del Trivial.

ALIMENTOS Y NUTRIENTES

<p>1. ¿Cuántos raciones al día hay que consumir de verduras y hortalizas?</p> <ul style="list-style-type: none">a. 2-3b. 4-5c. 0-1d. 6-7	<p>2. ¿Qué beneficios aportan los lácteos a nuestro cuerpo, principalmente por su alto contenido en calcio?</p> <ul style="list-style-type: none">a. Forman y nutren los huesosb. Mejoran la circulación sanguíneac. Forman y nutren los músculosd. Ninguna es correcta
<p>3. Los cereales se caracterizan por un alto contenido en...</p> <ul style="list-style-type: none">a. Proteínasb. Vitaminasc. Hidratos de carbonod. Minerales	<p>4. Las carnes y los pescados son alimentos que tienen una gran cantidad de...</p> <ul style="list-style-type: none">a. Hidratos de carbonob. Proteínasc. Mineralesd. Vitaminas

APARATOS QUE INTERVIENEN EN EL PROCESO DE NUTRICIÓN

<p>1. ¿Cuál es la función de aparato digestivo?</p> <ul style="list-style-type: none">a. Distribuir los nutrientes por todo el cuerpob. Extraer los nutrientes de los alimentosc. Obtener el oxígeno necesario para la combustión en las célulasd. Eliminar los residuos	<p>2. Los aparatos que intervienen en la función de nutrición son:</p> <ul style="list-style-type: none">a. El aparato digestivo, respiratorio, excretor y circulatorio.b. La boca, el estómago, el intestino grueso y el intestino delgado.c. El aparato digestivo, la sangre y el oxígeno.d. La A y B son correctas.
<p>3. Se conoce como circulación menor...</p> <ul style="list-style-type: none">a. La que lleva la sangre oxigenada desde el corazón a los músculosb. La que transporta la sangre desoxigenada desde el corazón hasta los pulmones, para luego regresar la oxigenada de vuelta al corazón.c. La que lleva los nutrientes hasta el estómago y los intestinos.d. Ninguna opción es correcta.	<p>4. La eliminación de las sustancias de desecho la realiza:</p> <ul style="list-style-type: none">a. El aparato excretor.b. El aparato respiratorio.c. El aparato digestivo.d. A y B son correctas.

VIDA SALUDABLE

<p>1. Para poder descansar bien, es necesario dormir...</p> <ul style="list-style-type: none"> a. 12 horas. b. 6 horas. c. 8 horas. d. Ninguna es correcta. 	<p>2. Es necesario hacer ejercicio...</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Todos los días de la semana. b. 1-2 veces por semana. c. 3-4 veces por semana. d. Ninguna vez a la semana.
<p>3. La hidratación es muy importante. Para una correcta hidratación es adecuado beber al día:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Lo que nuestro cuerpo nos pida. b. Un litro de agua. c. Entre 1,5 y 2 litros. d. Medio litro de agua. 	<p>4. Para tener una buena salud tanto física como mental, es necesario comer...</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Una gran cantidad de alimentos variados. b. Lo que el cuerpo pida c. Saludable y equilibrado d. Poca cantidad de elementos saludables

PREGUNTAS RANDOM

<p>1. Los nutrientes necesarios para crecer y reparar el cuerpo son:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Las vitaminas b. Los lípidos c. Las proteínas d. Todas son correctas 	<p>2. Si seguimos las indicaciones de la pirámide de la Alimentación, ¿qué debemos evitar?</p> <ul style="list-style-type: none"> a. La fruta y la verdura b. Dulces y grasas c. La carne y el pescado d. Los cereales y los lácteos
<p>3. Los jugos gástricos se producen en:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. El esófago. b. El estómago. c. El intestino delgado. d. El hígado y el páncreas. 	<p>4. La retirada de sustancias de desecho de la sangre para expulsarlas al exterior es:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. La respiración b. La circulación c. La excreción d. Todas son correctas

Temática según sus colores:

Δ: Alimentos y nutrientes.

Δ: Aparatos que intervienen en el proceso de nutrición.

Δ: Vida saludable.

Δ: Preguntas random.