

**Escuela: C.E.N.S SAN MARTÍN**

**Docentes: Carlos Daniel Basualdo**

**Curso: 1º Año 1º, 2º y 3º División**

**Turno: Nocturno**

**Área curricular: Biología.**

**Título de la propuesta: Funciones de nutrición**

### ***CARTA A LA COMUNIDAD EDUCATIVA DE SAN JUAN***

Querida Comunidad Educativa, hoy la población sanjuanina, como la del mundo entero, está transitando una situación compleja y desconocida, totalmente impensada, provocada por la denominada *pandemia de Coronavirus COVID-19*. Situación que ha generado cambios abruptos y profundos en el desarrollo de nuestras vidas.

El aislamiento social y obligatorio, modificó no sólo nuestras conductas y actividades sociales, sino también produjo la pérdida de espacios personales, entre otros hechos, que nos inspiró de algún modo, a reactivar y poner en marcha comportamientos positivos, apelando a la creatividad y originalidad para la reorganización más saludable posible de las rutinas diarias.

En este sentido, *se produjo también un sensible e importante cambio en la educación de nuestros hijos*, quienes a partir de un Decreto Nacional que dispone la suspensión de las clases en todo el país, nuestro hogar, el espacio de convivencia natural de las familias, pasa a ser el escenario principal, esencial de la continuidad de las trayectorias educativas de niños/as, adolescentes, jóvenes y adultos.

Esto implicó e implica un desafío para el Ministerio de Educación y para la comunidad educativa sanjuanina toda, quienes pusimos en práctica por primera vez y de modo muy acelerado, un modelo de acompañamiento pedagógico, impregnado de herramientas tecnológicas, tal vez impensadas para muchos adultos que se desempeñan en el ámbito educativo y para muchos padres, que hasta ahora tenían un rol diferente en el proceso educativo de sus hijos.

En tan sólo horas fuimos capaces, Supervisores, Directores, Docentes y Familias, de poner en marcha la implementación del sitio ***Nuestra Aula en Línea***, activando todos los recursos del Estado para hacer llegar al hogar de cada uno de los estudiantes, guías pedagógicas con aproximaciones pedagógicas, diseñada por docentes y supervisadas por Directivos y Supervisores. Estas guías se distribuyeron en formato digital para aquellos que tienen acceso a la conectividad, y en formato papel, para aquellos que les resulta más complejo acceder a la plataforma virtual.

En este escenario, y tomando el pulso a las necesidades de la comunidad, propusimos implementar otro espacio denominado ***Nos Cuidemos Entre Todos***, el cual ofrece recursos de

orientación, asesoramiento y contención emocional a las familias, sobre cómo organizarse en casa, pautas de organización familiar para la tarea escolar de los estudiantes, protocolos y otros recursos de utilidad para esta etapa del aislamiento social.

Posteriormente se sumaron los espacios ofrecidos por *“Infinito por Descubrir”*, lo *“Nuevo de San Juan y Yo”*, *“Matemática para Primaria”*, *“Fundación Bataller”* con sus aportes de Historia y Geografía, y todos los recursos educativos que se suman día a día en nuestra jurisdicción.

**Conscientes de esta nueva etapa del aislamiento social por la que transitamos todos, el Ministerio de Educación pone a disposición de Supervisores, Directores, Docentes, Padres y Estudiantes**, los siguientes contactos, para todo tipo de consultas e inquietudes personales, de índole psicológico, psicopedagógico, social, académico, lúdico o abierto a cualquier situación compleja que lo amerite, como así también sobre dudas o dificultades sobre *guías pedagógicas*.

**Consultas:** [educacionsanjuanteguiayorienta@gmail.com](mailto:educacionsanjuanteguiayorienta@gmail.com) / 4305840 - 4305706

POR TODO LO TRANSITADO Y LO QUE QUEDA POR RECORRER, POR LOS ESFUERZOS, POR LA COLABORACION Y EL ACOMPAÑAMIENTO PERMANENTE, LES AGRADECEMOS INFINITAMENTE.

***Educación te sigue acompañando.***

➤ **CÓMO FUNCIONA EL CUERPO HUMANO.**

El organismo humano puede ser considerado, como el resto de los seres vivos, como **un sistema abierto**, porque intercambia materia, energía e información con el medio que lo rodea. En **el cuerpo ingresa** alimentos, cada vez que comemos; oxígeno, cada vez que respiramos y estímulos externos, como calor, sonidos, luz, etc., que son captados por los órganos de los sentidos. **El cuerpo elimina**, a su vez, sustancias de desecho a través de la orina, la materia fecal o el aire espirado. También elimina calor del cuerpo.

**Las funciones** que se llevan a cabo **en nuestro cuerpo** pueden ser agrupadas de la siguiente manera:

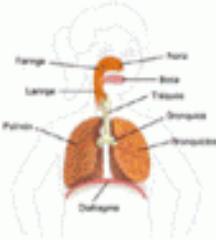
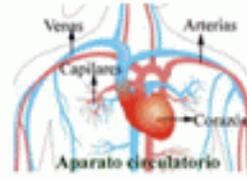
**Función de nutrición.**

**Función de defensa.**

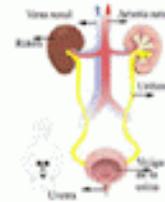
**Función de relación.**

## ¿QUIENES INTERVIENEN EN LA NUTRICION?

Vas a empezar. ¡Ánimo!



# La función de nutrición



Sistema Digestivo, Respiratorio, Circulatorio y Excretor.

En la Función de Nutrición, intervienen cuatro sistemas de órganos:

**El sistema Digestivo:** en el que se producen las transformaciones necesarias para degradar el alimento en sustancias simples, y así proveer de los nutrientes requeridos para todas las funciones vitales (mantenimiento de la temperatura corporal, trabajo muscular, etc.).

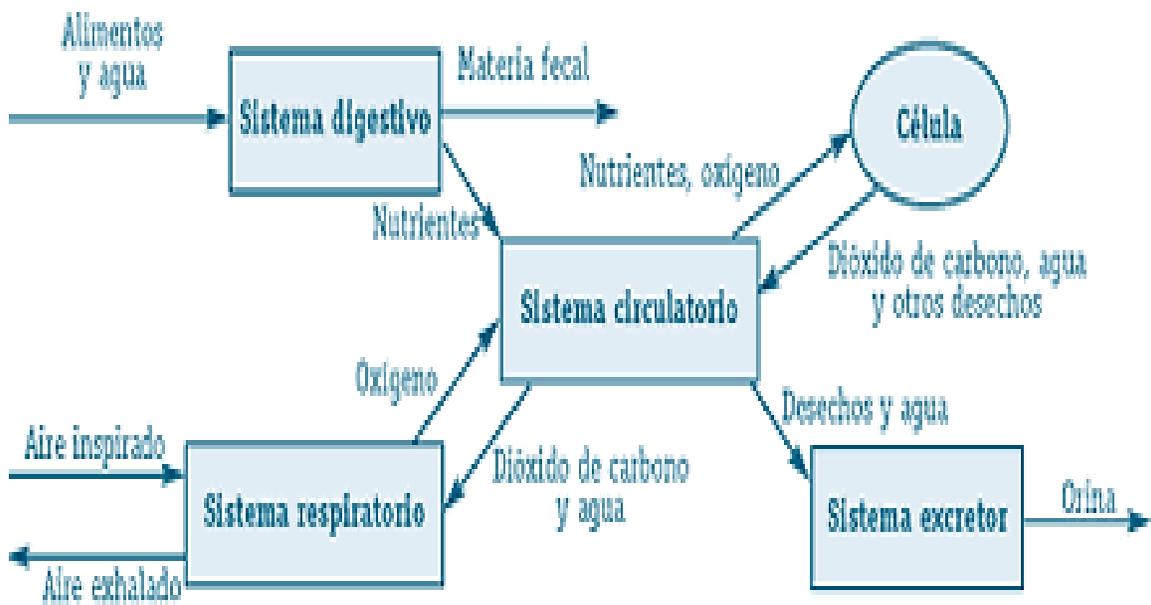
**El Sistema Respiratorio:** donde se realiza el intercambio gaseoso, ingresa oxígeno y elimina dióxido de carbono.

**El Sistema Excretor:** que permite la eliminación de desechos producto de las distintas funciones que se llevan a cabo en todas las células del cuerpo. Algunos de esos desechos, pueden ser tóxicos para el organismo. Además, regula la cantidad de agua vital para el organismo.

**El Sistema Circulatorio:** que transporta los nutrientes, los gases y los desechos, por el cuerpo.

### ¿Para qué nos alimentamos?

Todos sabemos que no podríamos vivir sin alimentarnos. Por eso decimos que la alimentación es una necesidad vital, y además es una característica de los seres vivos. **Los alimentos aportan los materiales** para que el cuerpo crezca, repare y sustituye lo que gasta. Pero además **aportan la energía** para llevar a cabo todas las actividades vitales como moverse, pensar, imaginar, respirar, etc.



➤ Alimentos y Nutrientes.

¿Cuál es la diferencia?

Se llama **alimento** a toda sustancia o mezcla de sustancias que, ingeridas por el Hombre, aportan a su organismo los materiales y la energía necesaria para el desarrollo de sus procesos biológicos. Los alimentos son productos orgánicos de origen animal, vegetal o industrial que, al consumirlos, aportan al organismo los nutrientes necesarios.

Llamamos **nutrientes** a los componentes químicos de los alimentos, que el organismo utiliza en la realización de funciones vitales. Los nutrientes pueden ser **compuestos orgánicos** como **inorgánicos**.

Los **orgánicos** son las proteínas, los hidratos de carbono o azúcares, los lípidos (grasas y aceites) y las vitaminas. Los **inorgánicos** son el agua y sales minerales.



<b>Tipos de Alimentos</b>	<b>Según su Origen</b>	<b>Animal</b> , ej. : carnes, huevos, lácteos, fiambres
		<b>Vegetal</b> , ej. : frutas, verduras, cereales, aceite, azúcar
		<b>Mineral</b> , ej.: agua y sales minerales
	<b>Según Su Función</b>	<b>Energéticos</b> , ej. : azúcar, pastas, manteca, chocolate
		<b>Reguladores</b> , ej. : agua, sales y vitaminas
		<b>Reparadores</b> , ej. : carnes, lácteos, huevos, legumbres
	<b>Según Su Composición Química</b>	<b>Hidratos de carbono</b> , ej. : azúcar, dulces, harinas
		<b>Proteínas</b> , ej. : carnes, gelatina, huevos, lácteos
		<b>Lípidos</b> , ej. : grasas, manteca, margarina, aceite

Se llama **alimentación** al conjunto de acciones a través de las cuales se ingieren alimentos, y digestión, a la serie de transformaciones físicas y químicas que hacen posible el transporte de sustancias nutritivas a cada una de las células del cuerpo.

La dieta de los seres humanos incluye alimentos de origen animal y vegetal, que aportan los hidratos de carbono, las proteínas, los lípidos, las vitaminas, las sales minerales y parte del agua que el organismo humano requiere.

**Los procesos que se llevan a cabo en el sistema digestivo** consisten básicamente en:

- **Macerar los alimentos ingeridos,**
- **Producir las enzimas y otros compuestos que actúan en la degradación de sustancias,**
- **Llevar a cabo dichos procesos de degradación,**
- **Transportar los nutrientes resultantes a la sangre,**

- Eliminar las sustancias que no fueron absorbidas (materia fecal).

El **sistema digestivo**, que comienza en la boca y termina en el ano, está constituido por un conjunto de órganos que se disponen uno a continuación uno del otro, esto es conocido como **tubo digestivo**. Además posee **glándulas anexas**: el **hígado**, el **páncreas** y las **glándulas salivales**.

Actividades

1. Cuál es la diferencia entre alimento y nutrientes. Explique y de ejemplos de cada uno.
2. Mencione que sistemas de órganos participan en la nutrición
3. Cuáles son los procesos que se llevan a cabo en el sistema digestivo
4. Reconozca los siguientes alimentos y clasifíquelos, según su origen, función y composición química.

<i><b>Alimentos</b></i>	<i><b>Origen</b></i>	<i><b>Función</b></i>	<i><b>Comp. química</b></i>
			
			
			
			
			
			