



ACTIVIDADES PARA RESOLVER EN CASA

Ciencias: “El cuerpo humano”

3° A y B: “Tarea N° 3”

Seño Patricia: 15649448 / Seño Vilma: 15547407

1

Se deberá mandar a las señoritas Patricia (Los alumnos de 3° “B”) o Vilma (Los alumnos de 3° “A”) videos y fotos que evidencien la realización de esta tarea el día martes 29 de septiembre de 2020, por WhatsApp ¡Gracias!

Actividades

Nuestro cuerpo no es una masa homogénea y uniforme. Somos organismos complejos, estando formados por una gran cantidad de diferentes tipos de células, tejidos, órganos y sistemas que en su totalidad permiten en mayor o menor medida nuestra supervivencia y la adaptación al medio.

Los órganos del cuerpo humano son una parte fundamental de este conjunto, existiendo una gran variedad de ellos. En esta propuesta, vamos a seguir trabajando con el sistema digestivo.

Recordando lo aprendido...

Día 1:

a) Te proponemos que le cuentes a un integrante de tu familia qué recordás sobre el sistema digestivo, trabajado en la tarea anterior. **Mandanos un audio con lo aprendido sobre el tema.**

Estas preguntas te pueden ayudar:

- ☺ ¿Qué es el aparato digestivo? ¿Para qué sirve?
- ☺ ¿Cuáles son los órganos que tiene este sistema?
- ☺ ¿Qué es la digestión? ¿Cómo funciona?

Si en el texto anterior o en general, en toda la tarea, hay alguna **palabra cuyo significado no conoces**, te recomendamos que la averigües utilizando diccionario, buscador Google, etc.

Enfermedades del sistema digestivo

Día 2:

¡Recordar el recorrido que realizan los alimentos desde que los ingerimos y las transformaciones que sufren!

Leé con atención la siguiente información.



PATOLOGÍAS Y CUIDADOS DEL SISTEMA DIGESTIVO

El aparato digestivo es el conjunto de las partes del cuerpo que trabajan juntas para convertir los alimentos y los líquidos en los componentes y el combustible necesarios para el organismo. Está formado por varios órganos agrupados de la siguiente manera:

TUBO DIGESTIVO:

- ~ Boca
- ~ Faringe
- ~ Esófago
- ~ Estómago
- ~ Intestinos (delgado y grueso)

GLÁNDULAS DIGESTIVAS:

- ~ Glándulas salivales
- ~ Glándulas estomacales
- ~ Glándulas intestinales
- ~ Hígado
- ~ Páncreas

El funcionamiento del sistema digestivo puede verse afectado por **patologías** de diversos orígenes y, aunque no todas pueden evitarse, existen ciertas medidas que ayudan a mantenerlo en buen estado.



Las patologías son los trastornos o enfermedades que pueden afectar al sistema digestivo humano. Algunas de las más frecuentes son:

- ~ Gastritis
- ~ Estreñimiento
- ~ Gastroenteritis
- ~ Hepatitis

¡CUIDADOS!

- ~ **Lavarse las manos** antes de consumir alimentos.
- ~ Cuidar la **higiene de los alimentos** en la preparación, conservación y manipulación.
- ~ No abusar con los condimentos y productos picantes.
- ~ **Consumir** abundante cantidad de **alimentos ricos en fibra**, como la fruta, la verdura y los cereales integrales, que ayudan a las heces a avanzar a lo largo del tubo digestivo.
- ~ **Beber por día dos litros de agua** aproximadamente, para ayudar a eliminar los residuos generados en el tubo digestivo.
- ~ Evitar el consumo de bebidas alcohólicas y de tabaco.



ACTIVIDADES PARA RESOLVER EN CASA

Ciencias: “El cuerpo humano”

3° A y B: “Tarea N° 3”

Seño Patricia: 15649448 / Seño Vilma: 15547407

3

- ~ Comer en horarios regulares, sin prisa y con tranquilidad.
- ~ Mantener una **dieta rica y variada** teniendo en cuenta la pirámide alimenticia.

Ahora recuerda...

El sistema digestivo es una parte muy importante de tu cuerpo. Sin él, no podrías obtener los nutrientes que necesitas para crecer y mantenerte sano. La próxima vez que te sientes a comer, ya sabrás adónde va todo lo que comes: ¡de principio a fin!



Trabajo de investigación.

Día 3: ¡Vamos a trabajar en grupos! Para esto debés tener en cuenta la formación de grupos que te enviamos las señas.

- Primero, coordina día y horario con tu compañero de trabajo para que puedan mantener un diálogo y seguir la investigación a través de los medios tecnológicos que consideres más adecuados.
- Juntos, amplíen la información del texto, teniendo en cuenta las cuatro enfermedades del sistema digestivo que allí se mencionan.
- Averigüen qué otras enfermedades lo afectan, además de las que se detallan en el texto. Elaboren una lista escribiendo el nombre de las mismas.
- Expliquen brevemente qué tipo de alimentos consumen y si alguna vez tuvieron alguna de estas enfermedades.
- ¿Piensan que deber cambiar algo en sus hábitos alimenticios? ¿Qué?

Dejamos algunos links como fuente de información segura para su investigación:

<https://www.abc.com.py/edicion-impres/suplementos/escolar/patologias-y-cuidados-del-sistema-digestivo-1498289.html>

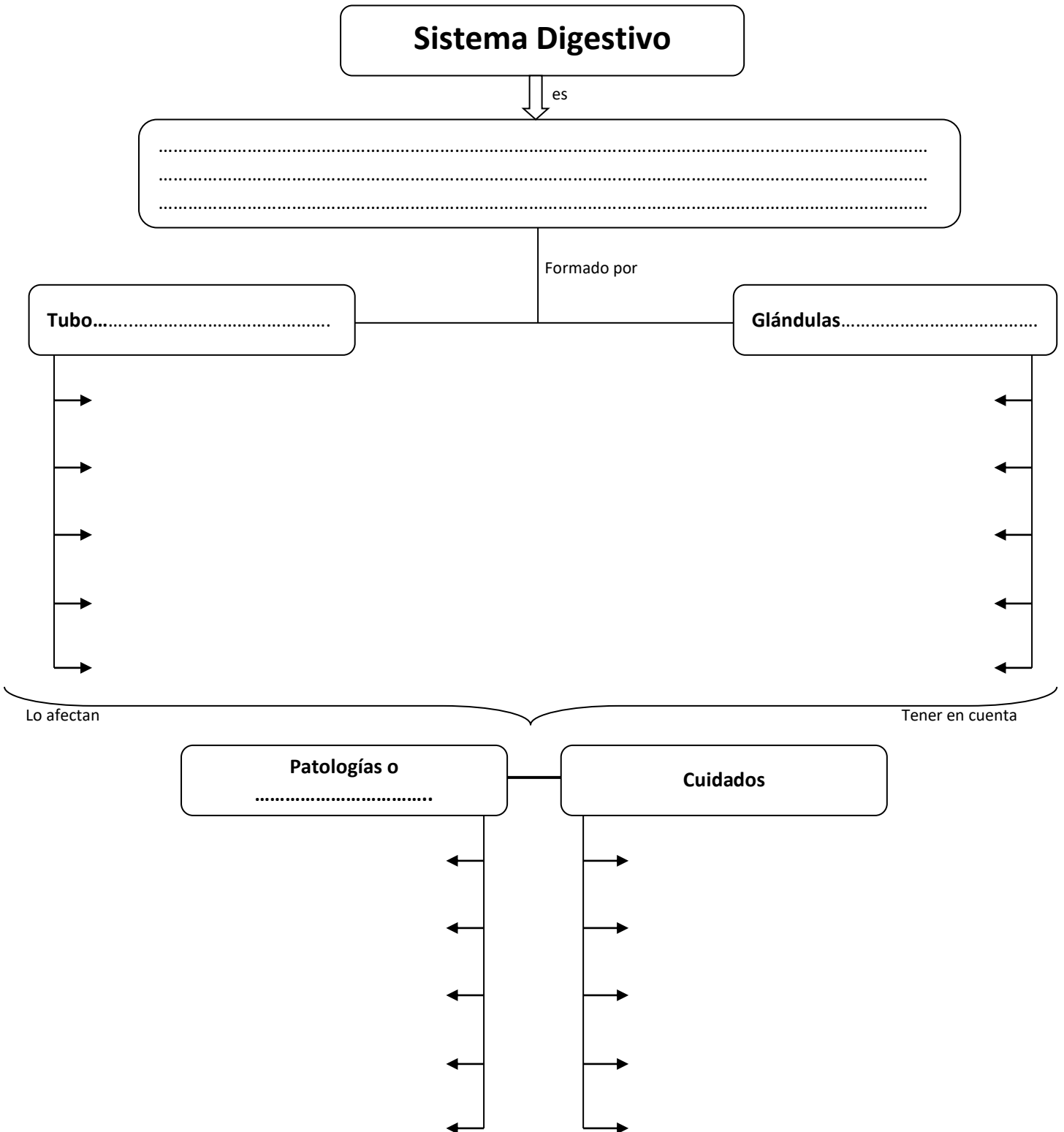
https://www.educantabria.es/docs/Digitales/Primaria/Cono_3_ciclo/CONTENIDOS/CUERPO%20HUMANO/DEFINITIVO%20DIGESTIVO/Publicar/page9.html

<https://www.cdc.gov/foodsafety/es/symptoms-es.html>



¡Resumiendo lo aprendido!

Día 4: Completa el siguiente esquema de información.





Al finalizar las tareas, no te olvides de expresar tu opinión...

¡Recuerda que este es el momento ideal para decir qué fue lo que sentiste o te pasó durante la realización de la tarea!

“Autoevaluación de mis actividades”



Con esta tarea aprendí que.....

.....
.....



Me resultó complicado

.....porque.....

.....