## **NUESTRA SALUD**

na salud?
2 ¿Qué es un síntoma de una enfermedad?
Análisis po humano se ven afectados cuando:
a) Tenemos catarro o resfriado.
b) Tenemos caries.
c) Padecemos gripe.
1 Explica qué es un nutriente.
2 ¿Para qué utiliza nuestro cuerpo los nutrientes?

1 ¿Qué quiere decir que una persona tiene buena salud?

Tenemos buena salud cuando nuestro cuerpo funciona bien y nos encontramos a gusto con lo que nos rodea y con las personas que vivimos.

2 ¿Qué es un síntoma de una enfermedad?

Son las señales que nos da el cuerpo cuando algo no funciona correctamente

- Análisis
  Di qué órganos y aparatos del cuerpo humano se ven afectados cuando:
  - a) Tenemos catarro o resfriado.
  - b) Tenemos caries.
  - c) Padecemos gripe.
  - a) la nariz, la garganta y los pulmones
  - b) la boca, los dientes y las muelas
  - c) la cabeza y las articulaciones. Nos duele todo
- 1 Explica qué es un nutriente.

Son las sustancias que llevan los alimentos y nos aportan energía. Los nutrientes son los <u>hidratos de carbono</u>, las <u>grasas</u>, las <u>vitaminas</u>, los <u>minerales</u>, las <u>proteinas</u> y el <u>agua</u>.

2 ¿Para qué utiliza nuestro cuerpo los nutrientes?

Algunos nutrientes nos sirven para crecer. Otros nos proporcionan salud y nos ayudan a defendernos de las enfermedades y otros nos aportan energía para realizar las funciones vitales.