

ACTIVITAT DE RECERCA BLOC III Nutrició i salut

Nom i llinatges:

1-LA VITAMINA D

Per a què serveix la vitamina D?

Com l'obté el nostre organisme?



La vitamina D ajuda a l'absorció d'un mineral anomenat.....

Quines conseqüència pot tenir per a l'organisme la carència d'aquesta vitamina?

2-L'OLI DE PALMA

De quina planta s'extreu l'oli de palma?

On es cultiva?

Des de quan es comercialitza?



A part de per la indústria alimentària quines altres funció té?

Per què es perjudicial pels ecosistemes el “boom” d'aquest tipus d'agricultura?

Per què s'ha anat substituint altres tipus d'olis per l'oli de palma?

En quins aliments s'empra?

Per què és perjudicial per a la salut abusar d'aquest tipus d'oli?

3-LES GRASSES HIDROGENADES

En quins aliments les podem trobar?

Estan sempre indicades com a “grasses hidrogenades” a les etiquetes dels aliments?
De quina altra manera s'etiqueten?



Com es fan les grasses hidrogenades a la indústria alimentària?

Per a què s'hidrolitgen les grasses? Quins beneficis obtenen les indústries alimentàries?

Quins problemes podem tenir en el nostre organisme si consumim grasses hidrogenades?

4-SUCRE MORENO versus SUCRE BLANC.

És el mateix el sucre moreno que el sucre moreno integral?

Com es fa cada un?

Realment el sucre moreno és molt més saludable que el blanc? Quina diferència hi ha entre ells?



5-Preparació del joc “Pasapalabra”. Busca tres preguntes des de metabolisme fins allò explicat fins ara amb respostes que comencin o tinguin les següents lletres: