



Educaplay
BIO

“El hombre: un animal heterótrofo”

Objetivos:

- Caracterizar la nutrición del hombre como organismo heterótrofo.
- Reflexionar sobre el ultraprocesado de los alimentos y su posible impacto en la salud humana.

Contenidos:

Nutrición humana. Alimentos ultraprocesados.

Orientaciones para el docente:

En este video se describe el tipo de nutrición del ser humano, como una especie más del reino animal. Resulta pertinente poner en contexto, al comparar la alimentación humana con la de otros animales, que mucho de lo que ingerimos no son, en sí, otros seres vivos (o partes de ellos), como se puede observar en la fauna silvestre. Sin embargo, gran parte de los alimentos ingeridos, directa o indirectamente, provienen de otros organismos (se puede explicar esto analizando diversos ejemplos, como el helado, enlatados, fiambres, golosinas, gaseosas, entre otros).

Además, este material es una primera aproximación al conocimiento de los posibles impactos del consumo abusivo de alimentos ultraprocesados en la salud de las personas. Se recomienda plantear actividades que inviten a analizar la dieta que lleva a cabo cada estudiante, reflexionar sobre la calidad de los alimentos que consumen habitualmente, y motivar un cambio de hábitos alimenticios que apunten a mejorar la salud. Corrientes es una provincia con una producción de alimentos frescos y saludables muy importante. Guiar a los estudiantes a conocer cuáles son, en qué puntos de la provincia se producen e incentivarlos a consumirlos, como reemplazo de los alimentos ultraprocesados que ingieren habitualmente, resulta una actividad muy significativa para mejorar su calidad de vida desde el plano nutricional, a la vez aprenden sobre algunas actividades productivas y económicas más importantes de la región.

Páginas sugeridas:

-https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-08/guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina_manual-de-aplicacion_0.pdf

https://www.buenosaires.gob.ar/sites/gcaba/files/pd_ciencias_naturales_todo_lo_que_comemos_es_alimento_docente.pdf

- <http://www.mptt.gov.ar/site13/>

