

Fisiología

Ciclos: 2º y 3º

Tema: Comer para conseguir energía

PROFESOR

ALUMNOS



www.fundaciondiabetes.org



Nuestro cuerpo está compuesto por millones de "cosas" pequeñas que se llaman **células**: son los ladrillos de los que estamos hechos.

Unas células se encargan de ser huesos, otras músculos, otras el corazón, la piel, los ojos ...

Para que funcionen correctamente necesitan la energía que nos da la comida.

Como sabes, en los alimentos hay muchas cosas que nos ayudan a estar fuertes y sanos.

Una de ellas son los **hidratos de carbono** y su misión es darnos la energía que necesitamos para hacer cualquier cosa.



En el estómago, todo lo que hemos comido y bebido se prepara para que el cuerpo pueda aprovecharlo. A ese trabajo le llamamos **digestión**.

Con la digestión, los hidratos de carbono se convierten en **glucosa** que es como la gasolina que necesita el cuerpo para funcionar.

Cuando el **estómago** ha hecho su trabajo convirtiendo los alimentos en glucosa, la sangre se encarga de repartirla por todas las células del cuerpo.

