

Fisioloxía

Ciclos: 2º e 3º

Tema: Comer para conseguir enerxía

PROFESOR

ALUMNOS



www.fundaciondiabetes.org



O noso corpo está composto por millóns de " cousas " moi pequenas que se chaman **células**: son os ladrillos dos que estamos feitos.

Unhas células encárganse de ser ósos, outras músculos, outras o corazón, a pel, os ollos...

Para que funcionen correctamente necesitan a enerxía que nos dá a comida.

Como sabes, nos alimentos hai moitas cousas que nos axudan a estar fortes e sans.

Unha delas son os **hidratos de carbono** e a súa misión é darnos a enerxía que necesitamos para facer calquera cousa.



No estómago, todo o que comemos e bebemos prepárase para que o corpo poida aproveitalo. A ese traballo chamámoslle **dixestión**.

Coa dixestión, os hidratos de carbono convértense en **glicosa**, que é como a gasolina que necesita o corpo para funcionar.

Cando o **estómago** fixo o seu traballo convertendo os alimentos en glicosa, o sangue encárgase de repartila por todas as células do corpo.

