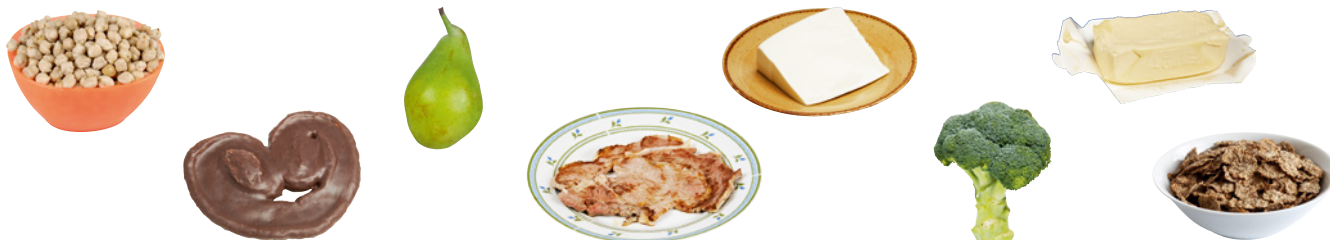


- 1 La fibra vegetal está presente sobre todo en frutas, verduras y cereales integrales. Es un elemento que no puede ser digerido por nuestro organismo y que favorece el avance de los alimentos por el intestino, previniendo el estreñimiento y el cáncer de colon. Selecciona cuáles de los siguientes alimentos son ricos en fibra.



- 2 ¿Qué trastornos digestivos puede producir el hábito de reducir el consumo de frutas, verduras y legumbres de la dieta?

.....

.....

- 3 Lee el texto y responde a las preguntas.

Las vacunas nos protegen y nos defienden de algunas enfermedades infecciosas evitando que desarrollemos determinadas enfermedades. Las vacunas contienen el organismo causante de una enfermedad en un estado muy debilitado, muerto o tan solo un fragmento de este. De esa forma, la persona que se pone la vacuna ya está preparada si el organismo entra en su cuerpo y podrá defenderse rápidamente contra él. Gracias a las vacunas, enfermedades como la viruela, que ocasionaba muchas muertes, han desaparecido casi totalmente.

- a) ¿Crees que las vacunas constituyen una medida preventiva? ¿Por qué?

.....

.....

- b) ¿Para qué tipo de enfermedades son útiles las vacunas?

.....

- c) ¿Por qué la vacuna no ocasiona la enfermedad aunque se introduzca el organismo que la provoca dentro del cuerpo?

.....

.....