

Nutrición

Alimentación: La alimentación es el conjunto de acciones mediante las cuales se proporcionan alimentos al organismo. Abarca la selección de alimentos al organismo, la selección de alimentos, su cocinado y su ingestión.

Alimento: Es cualquier sustancia (sólida o líquida) que es ingerida, para reponer lo que se ha perdido por

actividad del cuerpo para ser fuente y motor de producción de las diferentes sustancias que se necesitan para la formación de algunos tejidos promoviendo el crecimiento y transformación de energía adjunta en los alimentos a trabajo, locomoción y el calor.

Nutrición: Son nutrientes que componen los alimentos, implica los procesos que suceden en tu cuerpo después de comer es el claro, la obtención, asimilación, y digestión de los nutrientes por el organismo.

Nutrientes: Son elementos químicos que se encuentran en los alimentos, estos participan de manera activa en las reacciones metabólicas necesarias para que funcione el organismo.

1001

Aquí el agua es una sustancia cuya molécula está compuesta por átomos de hidrógeno y uno de oxígeno. Se ve a la sustancia en estado líquido o también le podemos encontrar sólida (hielo).

Hidratación: Es el proceso mediante el cual se agrega o adhiere agua a un compuesto, a un organismo o a un objeto.

Mis alimentos más consumidos.



