

Unidad 2.

El sistema digestivo humano

¿Qué aprenderás en esta unidad?

- Componentes del sistema digestivo
- Salud del sistema digestivo

1. Observo las bocas de dos animales.



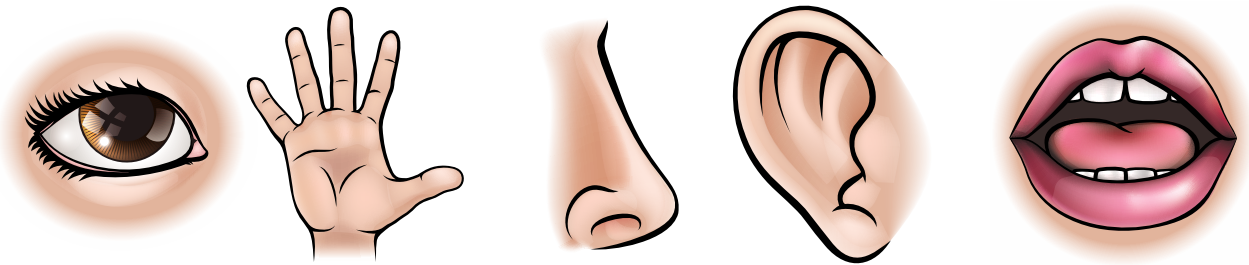
- Describo, en forma oral, en qué se diferencian las bocas de estos animales.
- ¿Cuál animal creo que come plantas, A o B? Explico.

- ¿Cuál creo que come carne, A o B? Explico.

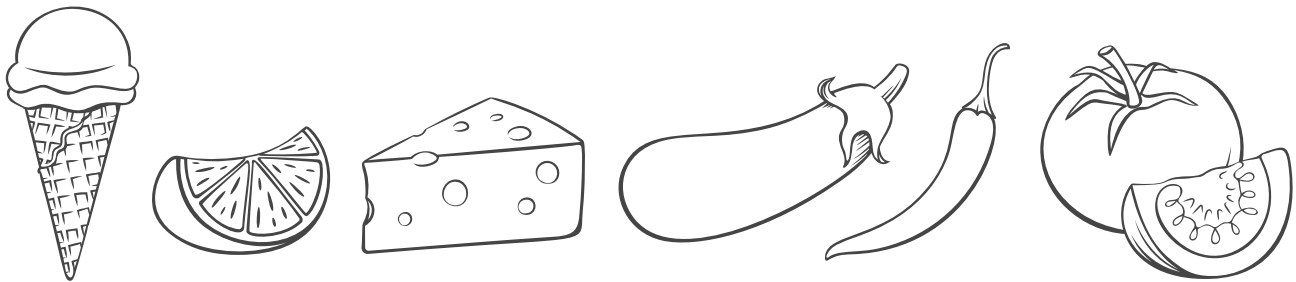
Lección 1. Componentes del sistema digestivo

A. Exploro

1. Circulo la parte del cuerpo que me permite detectar los sabores de los alimentos.



2. Pinto los que me gustan.



B. Conozco el tema

3. Leo la siguiente información.

El sistema digestivo y sus órganos

¿Te has preguntado qué sucede con los alimentos que comemos? Ellos pasan por un conjunto de órganos que se llama sistema digestivo.

El sistema digestivo transforma los alimentos en partes muy pequeñas. Así, las sustancias nutritivas de los alimentos energéticas, constructores y reguladores podrán llegar a todas las partes del cuerpo.

El proceso que se da en el sistema digestivo se llama digestión.



4. Observo los órganos del sistema digestivo.

a. Leo sus nombres y sus funciones.

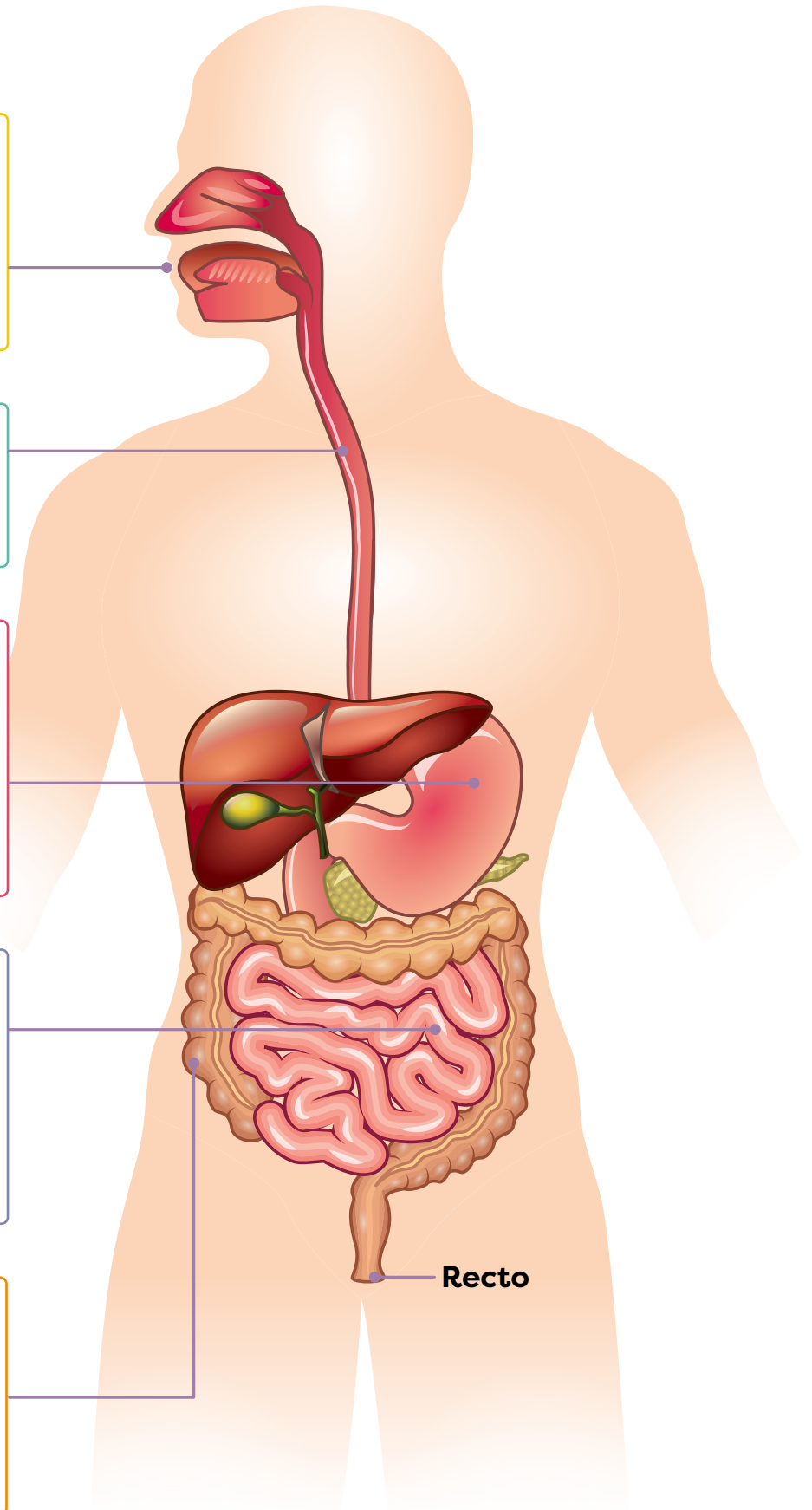
En la **boca** comienza la digestión. Los **dientes** trituran los alimentos y la **saliva** los ablanda. La **lengua** mueve la comida.

El **esófago** es un tubo por donde viaja la comida de la boca al estómago.

El **estómago** es un saco que funciona como una batidora, que mezcla los alimentos con sustancias que hay en él, y los transforma en una masa llamada **quimo**.

El **intestino delgado** recibe el quimo que se convierte en un líquido llamado **quilo**. Desde aquí, las sustancias nutritivas se reparten a todo el cuerpo.

Los restos de alimentos que no se aprovechan pasan al **intestino grueso**. Se desechan en forma de heces, por el **recto** o ano.



C. Comprendo la información

5. Ordeno el recorrido de los alimentos por el sistema digestivo.

→ Uso números del 1 al 6.

- Los alimentos pasan por el esófago.
- Las heces se expulsan del cuerpo por el recto.
- Los restos de los alimentos que no se aprovechan pasan al intestino grueso.
- Desde el intestino delgado se reparten las sustancias nutritivas a todo el cuerpo.
- Los alimentos ingresan por la boca. La lengua ayuda a mezclarlos con la saliva.
- El estómago mezcla los alimentos hasta convertirlos en una masa llamada quimo.

D. Aplico mis conocimientos

6. Exploro cómo funciona el estómago con el siguiente experimento. Pido ayuda a un familiar para realizarlo.

a. Consigo una bolsa plástica con cierre, un trozo de pan, un marcador y unas cucharadas de jugo de limón o de soda.



b. Con el marcador dibujo un estómago en la bolsa plástica.

c. Agrego tres cucharadas de jugo de limón en la bolsa. El jugo representa los ácidos del estómago. Luego, agrego el trozo de pan y cierro la bolsa.

d. Agito la bolsa y la amaso. Observo cómo el pan se transforma en una masa casi líquida. Comento la experiencia en clase.

Lección 2. Salud del sistema digestivo

A. Exploro



Escuela inclusiva

✓ Todos debemos conocer qué afecta la salud de nuestro sistema digestivo y qué lo beneficia. De esta manera, podemos tomar buenas decisiones sobre nuestra alimentación y estilo de vida.

1. Realizo el siguiente juego con un amigo o un familiar.

- Recorto las tarjetas de las páginas 137 y 139 (se repiten las imágenes; son 15 en cada página). Puedo pegar las hojas en cartulina o papel de construcción antes de recortar las tarjetas.
- Revuelvo las tarjetas. Reparto cinco cartas a la otra persona y cinco para mí. Coloco la pila de cartas restantes en medio de ambos. Decidimos quién tendrá el primer turno.
- Observo mis cartas. Si encuentro cartas iguales, las pongo frente a mí, boca arriba. El otro participante hará lo mismo.
- Si es mi turno, le pregunto al otro jugador si tiene una carta que sea la pareja de una de las cartas que me quedaron ("¿Tienes una naranja?"). Si la otra persona tiene esa carta, me la dará y pondré la pareja de cartas frente a mí.
- Sigo preguntándole por cartas hasta que no tenga la carta que nombro. Si esto pasa, el otro jugador dirá "¡Comer fibra es saludable!", y tendré que tomar una carta de la pila. Ahora, es el turno de la otra persona (si se me formó una pareja, esperaré a que sea mi turno para ponerla frente a mí).
- Continuamos jugando hasta que no queden más cartas en la pila. Gana quien se queda sin cartas primero.



B. Conozco el tema

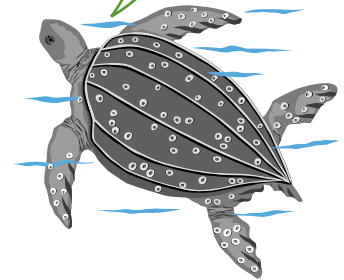
2. Leo la siguiente información.

Salud del sistema digestivo

¿Sabes por qué el sistema digestivo se puede enfermar? Hay muchas causas de los malestares digestivos, por ejemplo:

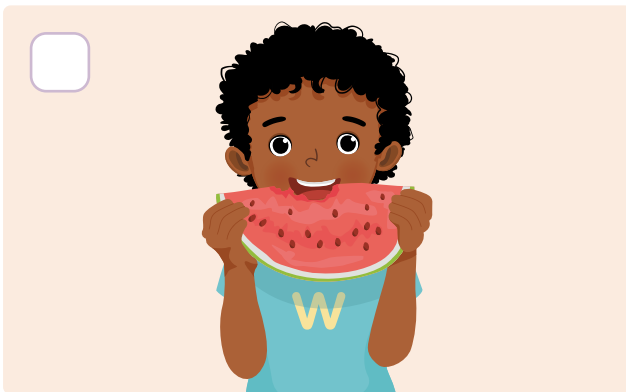
- **Comer demasiado.** Al comer mucho, el estómago se puede irritar.
- **Virus y bacterias.** Algunos gérmenes irritan el estómago y los intestinos. Estos microbios pueden producir dolor, fiebre, vómito y diarrea.

El ejercicio diario ayuda a que tengas un sistema digestivo saludable.



3. Marco con un gancho (✓) los cuidados que practico.

→ Si no marqué alguno, procuraré practicarlo.



Comer alimentos ricos en fibra.



Lavar bien las frutas y las verduras antes de comerlas.



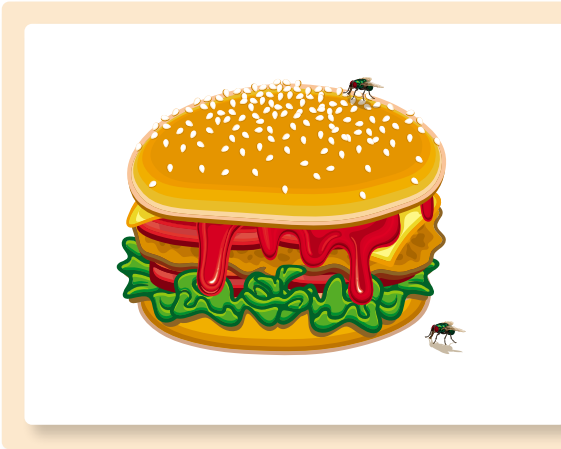
Guardar los alimentos bien para que no se contaminen.



Comer con moderación y beber suficiente agua.

C. Comprendo la información

4. Escribo un cuidado del sistema digestivo para cada situación.





D. Aplico mis conocimientos

5. Realizo el siguiente experimento con ayuda de un adulto.

- Consigo agua, un cepillo de dientes, pasta dental, un huevo duro con cáscara, un vaso y un líquido de color oscuro, como jugo de uva o soda.
- Lleno medio vaso con el líquido y sumerjo el huevo por una noche.
- Observo lo que sucedió con el huevo. Lo limpio con el cepillo y la pasta de dientes. Describo qué sucede a medida que lo cepillo por más tiempo.
- Los dientes tienen una cubierta protectora llamada esmalte. El esmalte es muy parecido a una cáscara de huevo. Con base en el resultado del experimento, ¿por qué es recomendable cepillarse los dientes después de cada comida?

Evaluación sumativa

Circulo la letra que indica la opción correcta.

1. ¿En cuál órgano comienza la digestión?

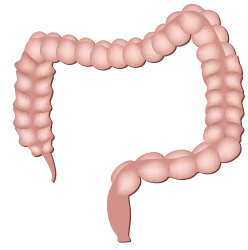
A)



B)



C)



2. ¿Cuál es la función de la saliva?

A) Ablandar la comida.

B) Convertir los alimentos en quimo.

C) Transformar los alimentos en quilo.

3. ¿En cuál órgano está el recto?

A) Esófago.

B) Intestino grueso.

C) Intestino delgado.

4. ¿En cuál órgano se forma el quimo?

A) Boca.

B) Estómago.

C) Intestino delgado.

5. ¿Desde cuál órgano se reparten las sustancias nutritivas al resto del cuerpo?

A) Esófago.

B) Estómago.

C) Intestino delgado.

6. ¿Qué puede pasarle a una persona que come demasiado en la cena?

A) Le puede dar gripe.

B) Puede padecer escalofríos.

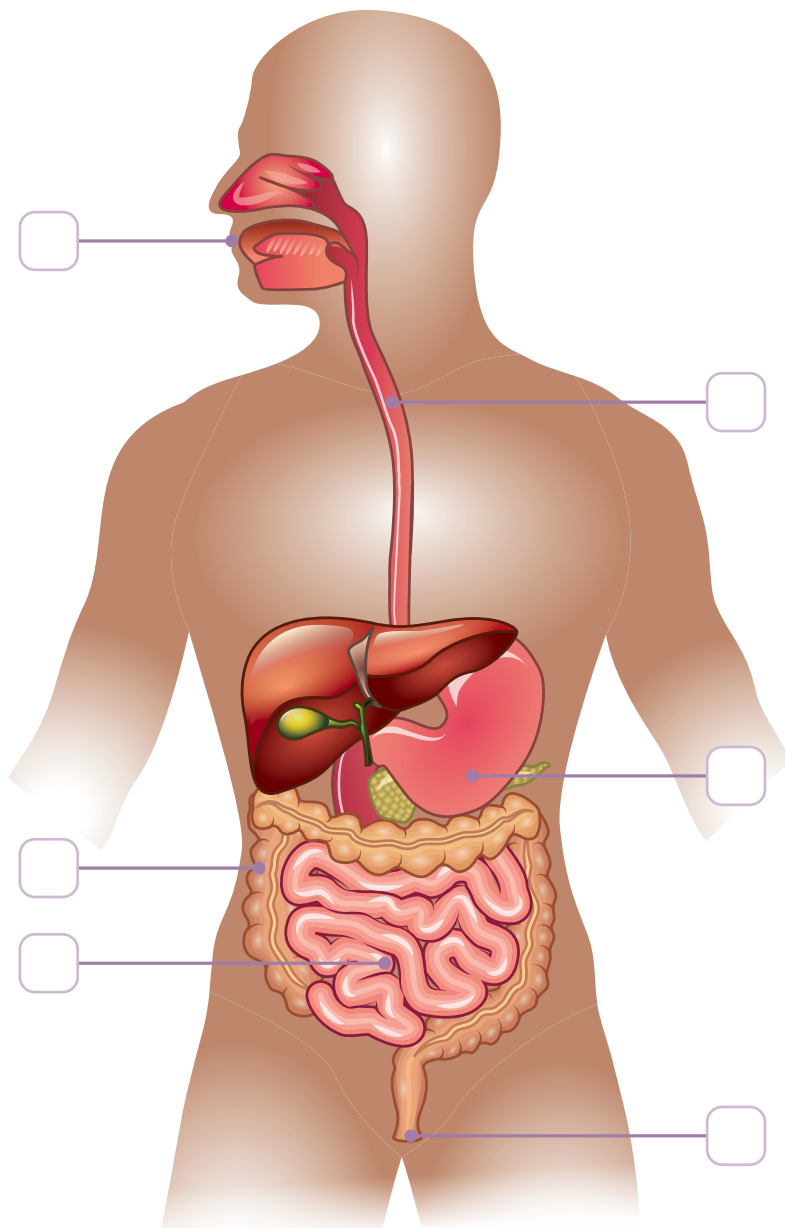
C) Puede sufrir dolor de estómago.

7. ¿Cuál es una medida para cuidar el sistema digestivo?

- A) Comer las frutas sin lavarlas.
- B) Dejar los alimentos a la intemperie.
- C) Lavar bien los vegetales antes de consumirlos.

Anoto en los recuadros la letra correspondiente a la parte del sistema digestivo que se señala.

- | | |
|----------------------|---------------------|
| A. Intestino delgado | B. Intestino grueso |
| C. Estómago | D. Esófago |
| E. Recto | F. Boca |



Instrumento de autoevaluación

Marca con un gancho (✓) las evidencias de aprendizaje que has logrado.

Criterios	Desempeños		
	Lo domino.	Lo domino parcialmente.	Debo esforzarme para dominarlo.
1. Identifico el concepto del sistema digestivo.			
2. Infero la importancia del sistema digestivo y su función.			
3. Reconozco los órganos del sistema digestivo y su ubicación.			
4. Explico las funciones de los órganos del sistema digestivo.			
5. Explico algunos malestares y enfermedades del sistema digestivo.			
6. Cito medidas para el cuidado del sistema digestivo.			

