



REQUISITOS:

- 1 Tener la especialidad de Nutrición.
- 2 Mantenga un registro de qué y cuánta comida come durante dos semanas. Compare su dieta con la de la pirámide alimenticia.
- 3 ¿Qué es la digestión? ¿Cuál es otro nombre para el sistema digestivo humano?
- 4 ¿De dónde viene la saliva? ¿Cuáles son las tres funciones de la saliva?
- 5 Identifique las siguientes partes del diente: esmalte, dentina, pulpa, goma, cemento y membrana periodontal. ¿Qué papel juegan los dientes en la digestión?
- 6 Sea capaz de etiquetar un diagrama o modelo de todos los órganos que ayudan con la digestión, comenzando desde donde el alimento entra en la boca hasta donde es expulsado del ano.
- 7 Conozca la diferencia entre bolo alimenticio y quimo.
- 8 ¿De dónde viene la bilis? ¿Dónde se almacena? ¿Qué hace en el duodeno?
- 9 ¿Qué son las vellosidades? ¿Qué los hace absorber los nutrientes tan rápido? ¿En qué punto se eliminan todos los nutrientes de la comida / quimo? Compare la cantidad de agua absorbida por el papel normal en comparación con una toalla de papel de tamaño similar usando 1/8 de taza (17.2 ml) de agua.
- 10 ¿Qué sucede si hay demasiada agua presente en el intestino grueso? ¿Qué sucede si no hay suficiente agua presente?
- 11 ¿Cómo ayuda la fibra en tu dieta a la digestión? ¿Cuánto tiempo deben permanecer los alimentos en el tracto digestivo? ¿Qué sucede si los alimentos permanecen demasiado tiempo en el sistema digestivo?
- 12 Demuestre la digestión del almidón en azúcar simple usando la prueba de yodo.
- 13 ¿Cuáles son los seis nutrientes básicos que son esenciales para la vida y dónde tiene lugar la mayor parte de su digestión / absorción?
- 14 Conozca la diferencia entre monosacárido, disacárido y polisacárido. ¿Cuál es el carbohidrato más importante?
- 15 ¿Qué son los aminoácidos? ¿Cuántas se necesitan para producir todas las proteínas en el cuerpo? ¿Qué se entiende por aminoácidos esenciales? ¿Cuántos de ellos son esenciales? ¿Dónde puedes obtener todos los aminoácidos esenciales?
- 16 ¿Qué es el ATP? ¿Para qué se usa esto? ¿De qué hace tu cuerpo ATP? ¿Qué tres conjuntos de reacciones químicas producen ATP en su cuerpo? ¿Por qué necesitamos respirar oxígeno?
- 17 Conozca la diferencia entre el agua y las vitaminas liposolubles. ¿Cuáles son dos vitaminas comunes que son liposolubles? ¿Cuáles son dos vitaminas que son solubles en agua?
- 18 Liste cuatro textos bíblicos que se refieren a la digestión.
- 19 Enumere cinco referencias de EG White que promuevan una digestión adecuada. Elige una variedad de temas.