

# B1.26 Nutrición y dieta

## Nutrición y dieta

*"La lengua es el instrumento de la mente."  
"La lengua es el instrumento de la mente."*

*William Shakespeare*

## Objetivos de aprendizaje

### Objetivos de aprendizaje

- ✔ Situación : Habla sobre los nutrientes y componentes de los alimentos. / Situación : Habla sobre los nutrientes y componentes de los alimentos.
- ✔ Situación : Habla sobre tu dieta alimenticia diaria. / Situación : Habla sobre tu dieta alimenticia diaria.


## Este folleto para estudiantes está disponible en múltiples traducciones.


Este folleto para estudiantes está disponible en múltiples traducciones.

1. Descargas parciales, audio y ejercicios disponibles en:

 <https://espanol.colanguage.es/plan-de-curso/b1/26>

2. Leyenda (disponible en el sitio web):

 Ejercicio interactivo.

 Audio con traducciones.

## Recapitulación y ejercicios de preparación

### Recapitulación y ejercicios de preparación

 <https://espanol.colanguage.es/plan-de-curso/b1/25>

 <https://espanol.colanguage.es/plan-de-curso/b1/26/historial-de-aprendizaje>

# B1.26 Vocabulario básico (13)

## B1.26 Vocabulario básico (13)

🔊 <https://espanol.colanguage.es/plan-de-curso/b1/26>

### Español

Alimentarse

*Se alimentan bien y rara vez se resfrían.*

Contener

*Él contiene la emoción al recibir el análisis de sangre.*

El diabético

*El diabético revisó su dieta para incluir más vitaminas.*

El hierro

*El hierro es esencial para la formación de glóbulos rojos.*

El régimen

*El régimen de Juan incluye muchas vitaminas y proteínas.*

Ir de tapas

La alimentación

*La alimentación adecuada es vital para el paciente.*

La fibra

*La fibra es esencial en una alimentación nutritiva diaria.*

Las calorías

*Es importante quemar las calorías para mantenerse en forma.*

Las proteínas

*Es esencial que las proteínas se incluyan en la dieta diaria.*

Las vitaminas

*Para el desarrollo, la vitamina D es fundamental en la alimentación.*

Nutritivo

*El nuevo plato es más nutritivo que el anterior.*

Quemar calorías

### Español

Alimentarse

*Se alimentan bien y rara vez se resfrían.*

Contener

*Él contiene la emoción al recibir el análisis de sangre.*

El diabético

*El diabético revisó su dieta para incluir más vitaminas.*

El hierro

*El hierro es esencial para la formación de glóbulos rojos.*

El régimen

*El régimen de Juan incluye muchas vitaminas y proteínas.*

Ir de tapas

La alimentación

*La alimentación adecuada es vital para el paciente.*

La fibra

*La fibra es esencial en una alimentación nutritiva diaria.*

Las calorías

*Es importante quemar las calorías para mantenerse en forma.*

Las proteínas

*Es esencial que las proteínas se incluyan en la dieta diaria.*

Las vitaminas

*Para el desarrollo, la vitamina D es fundamental en la alimentación.*

Nutritivo

*El nuevo plato es más nutritivo que el anterior.*

Quemar calorías

# B1.26 Deberes / ejercicios

## B1.26 Deberes / ejercicios

<https://espanol.colanguage.es/plan-de-curso/b1/26>



### Ejercicio 1:

### Traduce y usa en una oración

**Instrucción:** Elige una palabra, tradúcela y utiliza la palabra en una frase o diálogo.

1. Contener

.....

2. Ir de tapas

.....

3. Alimentarse

.....

4. Las calorías

.....

5. Las proteínas

.....

#### Soluciones:

1. Contener 2. Ir de tapas 3. Alimentarse 4. Las calorías 5. Las proteínas