

Nom i cognoms:

Data:

Grup:

1.- Determineu el valor energètic en quilocalories dels nutrients d'un entrepà de tonyina amb tomàquet a partir de les informacions nutricionals següents, tenint en compte que hi ha 80 g de pa blanc, 50 g de tonyina i 3 g de tomàquet:

a) *Bonítol del Nord en oli d'oliva - Informació nutricional: valors mitjans per 100 g de producte escorregut*

Valor energètic	204 Kcal / 852,72kJ
Proteïnes	24 g
Hidrats de Carboni	0 g
dels quals, Sucres	0 g
Greixos	12 g
dels quals, àcids grassos saturats	1,8 g
Fibra alimentària	0 g
Sodi	0,62 g

b)	<u>deixalles</u>	<u>kcal</u>	<u>greixos</u>	<u>proteïnes</u> (per 100 g)
<u>Tomàquets</u>	3	20	0.3	1.1
<u>Pa de blat (blanc)</u>	-	280	0.8	8.0

[10 · 0.3 = 3.0 punts]

	glúcids	lípid	proteïnes	
80 g pa blanc				
50 g tonyina				
3 g tomàquet				
sumes parcials				suma total: <input type="text"/>

2.- La digestió té lloc a l'aparell digestiu. Amb quins altres aparells es relaciona? Raona la resposta.

[2 · 1.0 = 2.0 punts]

Nom i cognoms:

Data:

Grup:

3.- Les necessitats diàries d'energia per a les activitats vitals de manteniment del cos humà són, en termes mitjans, d'una quilocaloria per kg i hora en l'home i de 0,95 quilocalories per kg i hora en la dona. Les necessitats totals d'energia varien segons el tipus d'activitats i també poden variar segons l'estat físic, com en la dona gestant o lactant; així, un home necessita de 2.500 a 3.500 quilocalories/dia; una dona, de 2.000 a 2.600 quilocalories/dia; una dona gestant, de 2.300 a 2.600 quilocalories/dia, i una dona lactant, de 2.500 a 3.100 quilocalories/dia.

3.1) *Quin seria el metabolisme basal d'un noi de 70 kg segons les dades anteriors? [1.0 punt]*

3.2) *Quin seria el metabolisme basal d'una noia de 55 kg segons les dades anteriors? [1.0 punt]*

3.3) *Comparant les dades anteriors i els resultats obtinguts, quina relació hi ha entre el metabolisme basal i el metabolisme de l'activitat? [1.0 punt]*

4.- Redacteu un text que expliqui què és el fetge i quines funcions té. [2.0 punts]

Aclariments: feu l'examen amb bolígraf, feu bona lletra i no feu ús del tipp-Ex. La presentació pot augmentar fins a 1.0 punt la nota final de l'examen.

signatura dels pares