

Fisiologia

Cicles: 2n i 3r

Tema: Menjar per aconseguir energia

PROFESSOR

ALUMNES



www.fundaciondiabetes.org



El nostre cos està compost per milions de «coses» supermenudes que anomenem **cèl·lules**, són els maons amb què estem construïts.

Unes cèl·lules s'encarreguen de convertir-se en ossos, unes altres en músculs, d'altres en cor, la pell, els ulls...

Perquè funcionin correctament necessiten l'energia que ens dona el menjar.

Ja saps que als aliments hi ha moltes coses que ens ajuden a créixer forts i sans.

Una d'aquestes coses són els **hidrats de carboni**, i la seva missió és donar-nos l'energia que necessitem per fer qualsevol cosa.



A l'estómac, tot el que hem menjat i begut es prepara perquè el cos pugui aprofitar-ho. A aquesta feina l'anomenem **digestió**.

Amb la digestió, els hidrats de carboni es converteixen en **glucosa**, que és com la gasolina que necessita el cos per funcionar.

Quan l'**estómac** ha fet la seva feina i ha convertit els aliments en glucosa, la sang s'encarrega de repartir-la per totes les cèl·lules del cos.

