

	Colegio Aurora de Chile	Guía de trabajo Ciencias Naturales <b>Comportamiento de los gases</b>
8º año Básico	<b>Nº1</b>	Nombre _____
<b>Unidad 1</b> Comportamiento de la materia y su clasificación		

Los alimentos aportan nutrientes a nuestro organismo; sin embargo, el no conocer su composición y las funciones que cumplen puede originar una mala alimentación y provocar desequilibrios en nuestro cuerpo.

Según los últimos reportes del Ministerio de Salud (Minsal), en Chile la obesidad infantil ha aumentado en un 34 % en los últimos años, resultado preocupante, ya que tiende a mantenerse en la adolescencia y en la adultez, asociándose a otras enfermedades. Para evitar estos efectos

se están implementando distintas propuestas de difusión, como el programa Elige Vivir Sano, los quioscos saludables, el modelo de plato de porciones de alimentos o la nueva ley de etiquetado de alimentos.

### Salud reemplaza pirámide alimentaria por el modelo de plato que fija porciones de alimentos.

Un plato seccionado, donde predominan las verduras y frutas, es la nueva imagen que lanzó el Ministerio de Salud (Minsal) para guiar a los chilenos hacia una alimentación equilibrada. Así, el esquema reemplazaría a la conocida pirámide alimentaria tras evaluar que inducía a una interpretación errónea. Tito Pizarro, jefe de Políticas Saludables del Minsal, explica que la pirámide generaba confusión, debido a que los productos sanos se hallaban en la base de la figura, mientras que los menos recomendables estaban en la cúspide. Por eso, se reformularon las guías alimentarias con los lineamientos de la Organización Mundial de la Salud y se llegó a un esquema similar al que hoy se utiliza en el Reino Unido y Estados Unidos.

La nueva imagen organiza los alimentos según la proporción en que deben ingerirse: en el centro se ubica el agua y en el lugar más pequeño, el aceite. Además, se incluye un mensaje que recuerda que la nutrición debe complementarse con actividad física. Bajo la imagen se incorporaron dibujos de productos poco saludables que se deben evitar, como dulces, sal o helados. Esto, en línea con la Ley de Etiquetado de Alimentos, que obligará a rotular los productos con exceso de nutrientes críticos azúcar, grasas saturadas y sodio y prohibirá su venta en los quioscos de colegios.



¿Hay términos mencionados en el texto que reconozcas de años anteriores? Explícalos.

¿Crees que este nuevo modelo será mejor comprendido que la pirámide alimentaria?, ¿por qué?

¿De qué otra manera le presentarías a tus compañeras y compañeros la información que aparece en el plato?

### Problemas de salud en la población chilena

Desde el año 2000, el Minsal realiza una encuesta nacional de salud (ENS) para obtener información sobre las enfermedades no transmisibles y sus principales factores de riesgo en la población adulta, con el fin de planificar y programar la atención sanitaria nacional. Entre estas enfermedades se encuentran el sobrepeso, la obesidad, la diabetes mellitus tipo 2, el sedentarismo y otras.

A continuación se presenta una tabla con los problemas de salud más frecuentes dentro de la población chilena, comparando las encuestas realizadas en los años 2003 y 2010. Se puede observar que solo una enfermedad no presentó un aumento en el porcentaje.



Problema de salud	Porcentaje (%) año 2003	Porcentaje (%) año 2010
Sobrepeso	37,8	39,3
Obesidad	23,2	25,1
Diabetes mellitus	6,3	9,4
Sedentarismo	89,4	88,6

1.- ¿Qué información muestra la tabla?

2.- ¿Qué análisis podrías realizar con la información entregada en la tabla? Para ello observa cómo han variado los porcentajes en cada caso.

3.- ¿Por qué los datos presentados en la tabla pueden ser considerados confiables? ¿En qué te has fijado para responder?

4.- ¿Qué otro método podrías utilizar para ? representar los datos entregados?