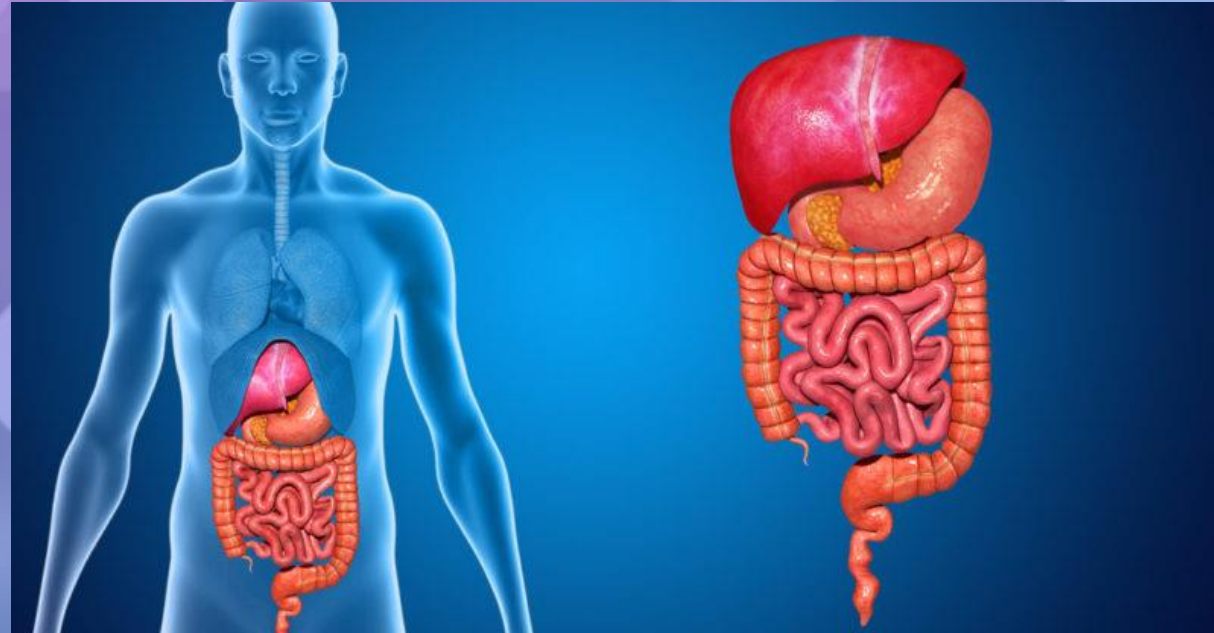




# El Sistema Digestivo



¡Hola niños y niñas! ¿Cómo están el día de hoy?

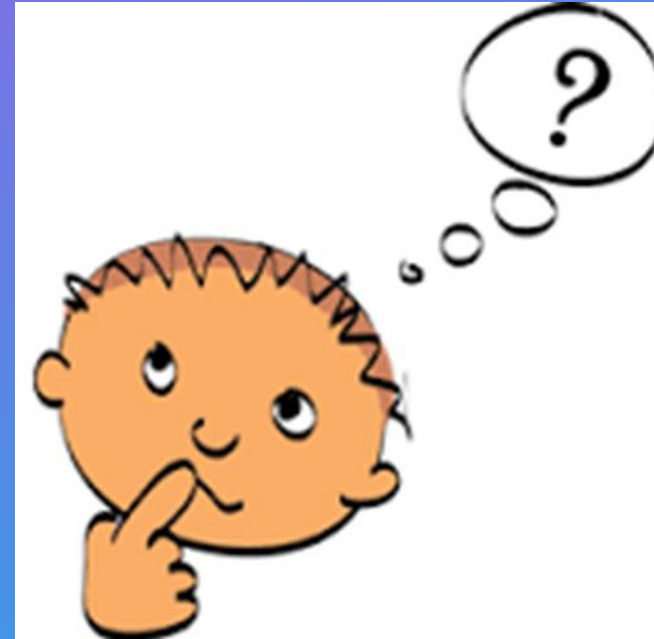
Para comenzar esta actividad quiero invitarlos a que vayan a la cocina a buscar una fruta.

¿Listos?

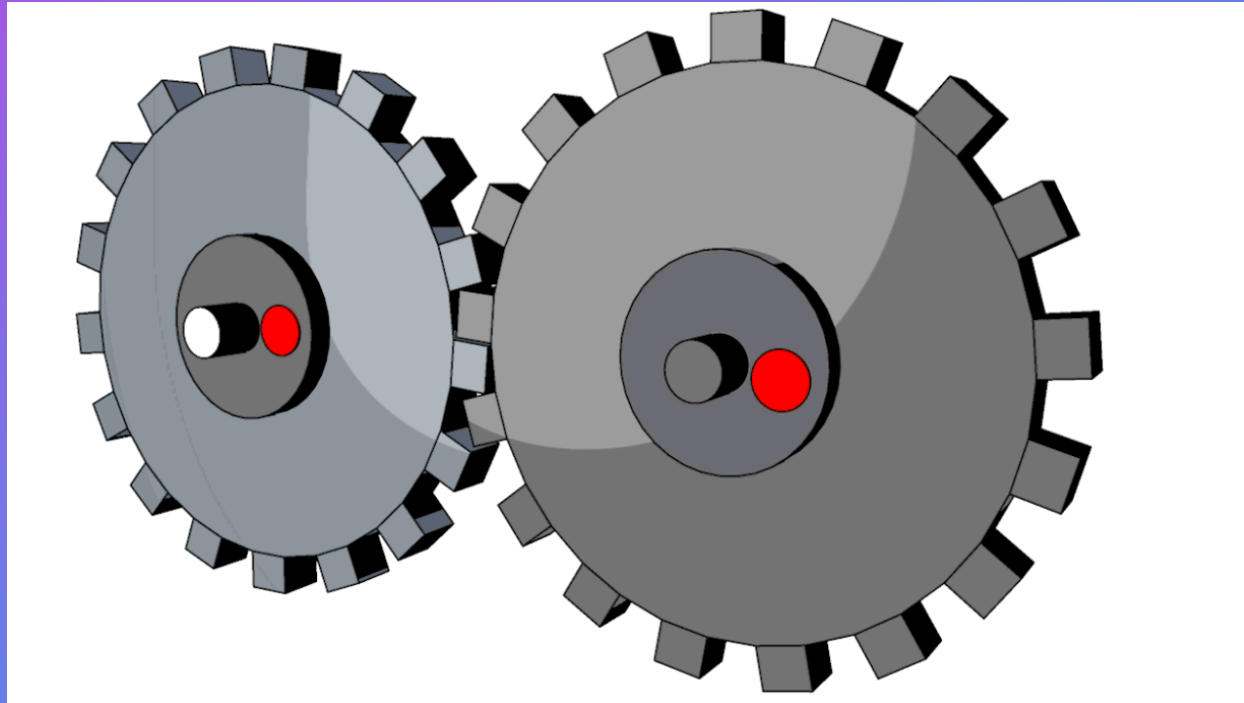
¡Bien! Ya puedes comerte esa rica fruta.

Ahora, quiero hacerte una pregunta

¿A dónde crees tú que se fue la fruta que comiste?



# ¿Qué sucedió con la fruta?

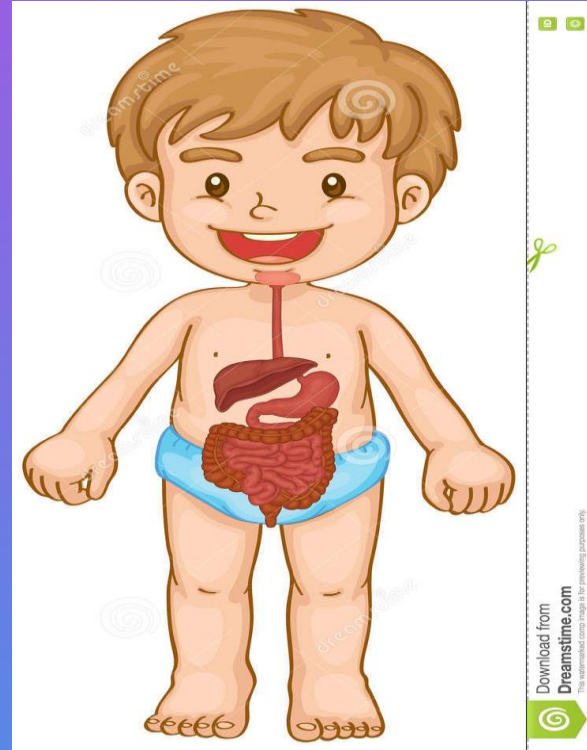


Nuestro organismo es una máquina que siempre está funcionando

Antes de pasar a la sangre para hacer funcionar nuestro cuerpo, los alimentos que comemos siguen un largo camino: la digestión. Lo que comemos se reduce a una especie de puré líquido.



Los alimentos recorren el **tubo digestivo** que va desde la boca al ano.



Los intestinos están enrollados en nuestro vientre y miden de 6 a 7 metros.



¡Eso sería como un arco de fútbol!

Se necesitan **24 horas** para digerir una comida



**15 segundos** en  
la boca

**5 horas** en el estómago

**18 horas** en los intestinos



Los alimentos se mastican con los dientes y se impregnan de saliva.

Enseguida pasan por el estómago, una especie de bolsa grande, donde se transforma en papilla.

En el intestino, los alimentos se vuelven más ligeros y pueden pasar a la sangre. Lo que sobra es evacuado por el ano, cuando vas al baño.



<https://www.youtube.com/watch?v=ClhwGRIBEQ8>

Como puedes ver lo que comemos es muy importante para nuestra salud y debemos tratar de incorporar siempre alimentos sanos a nuestro organismo. Hoy te invito a ver unas ideas de comida saludable que puedes preparar en casa con tú familia.



<https://www.youtube.com/watch?v=LzxkZ00-RyE>

Estos días nos han llegado muchas fotos de las actividades que están realizando en casa. Anímense y pídanle a la mamá o al papá que nos envíen sus fotitos, las estaremos esperando.

Tía Anne Marie, Kinder A  
[annemariesalazar@gmail.com](mailto:annemariesalazar@gmail.com)

Tía Marylan, Kinder B  
[marylanbarrazastmf@gmail.com](mailto:marylanbarrazastmf@gmail.com)

Tía María Paz, Kinder C  
[mariaquirogastmf@gmail.com](mailto:mariaquirogastmf@gmail.com)

Tía Marilú, Kinder D  
[mariluramirezstmf@gmail.com](mailto:mariluramirezstmf@gmail.com)

