

MODELOS MOLECULARES

ACTIVIDAD ALTERNATIVA VIRTUAL

RANGO DE EDADES

10–13

RESUMEN

El consumo excesivo de alimentos con azúcares agregados puede contribuir a aumentar el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles (ENT), como las enfermedades cardiovasculares y la diabetes tipo 2.¹ En esta lección, los estudiantes aprenderán a identificar los alimentos con azúcares agregados y cómo su consumo puede contribuir a un desequilibrio en los niveles de glucosa en sangre en su organismo. Desarrollarán modelos de la molécula de glucosa para ayudarles a entender cómo se utiliza y almacena la glucosa en su cuerpo.² También aprenderán cómo el aumento de los niveles de glucosa en sangre puede afectar a su salud general y al riesgo de desarrollar ENT. Al concluir la clase, los estudiantes podrán identificar hábitos de vida saludables que incluyen el papel de la actividad física,³ así como la elección de los alimentos más saludables posibles.



DURACIÓN

45–60 minutos

OBJETIVOS

Las y los estudiantes lograrán

- Demostrarán que comprenden cómo el cuerpo procesa la glucosa.
- Explicarán que consumir demasiados alimentos con azúcares agregados implica el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 y otras ENT.
- Desarrollarán un modelo de la glucosa y lo usarán para explicar los efectos de los niveles altos de glucosa en la salud en general.
- Identificarán los alimentos con azúcares agregados.
- Identificarán hábitos de vida que pueden ayudar a controlar los niveles de glucosa en la sangre y reducir los riesgos de desarrollar diabetes tipo 2 y otras ENT.

Para obtener más información sobre el programa Future Well Kids, envíenos un email a
ABBOTT.VOLUNTEER@ABBOTT.COM.