

ACTIVIDAD 2

Observa la rama con nísperos⁶:



- › ¿Cuántos nísperos hay en la rama?

De ellos:

- › ¿Cuántos están verdes?
- › ¿Cuántos están maduros?

Expresa en una frase:

- › La relación entre el total de nísperos en la rama y la cantidad de aquellos que están verdes.
- › La relación entre el total de nísperos en la rama y la cantidad de aquellos que están maduros.

6. Información extraída desde: <http://alimentos.org.es/Nispero>

Tabla de información nutricional del níspero⁷

A continuación, se muestra una tabla con el resumen de los principales nutrientes y la proporción que contiene de cada uno.

La cantidad de los nutrientes que se muestran en la tabla son **algunos de los contenidos en 100 gramos de esta fruta.**

Grasa	0,20 g.
Sodio	0,004 g.
Carbohidratos	8,58 g.
Fibra	2,07 g.
Azúcares	8,58 g.
Proteínas	0,56 g.
Calcio	0,019 g.

Responde las siguientes preguntas utilizando la información de la tabla. Fundamenta cada una de tus respuestas:

1. Si Juan se comió 200 gr. de nísperos ¿Cuánto carbohidrato consumió?
2. Si Verónica quiere comer una cantidad de nísperos que le permitan obtener 0,038 g de calcio ¿cuántos gramos de nísperos deberá comer?

Con la información de la tabla, construye una frase que comunique:

- a) La cantidad de azúcares que contienen los nísperos.
- b) La cantidad de fibra que contienen los nísperos.
- c) Roberto consumió una cantidad de nísperos que le aportó 1.4 g de proteínas ¿cuántos gramos de carbohidratos consumió en esa oportunidad?

7. Información extraída desde: <http://alimentos.org.es/Nispero>

Observen que los datos de la tabla están referidos a 100 gr. de nísperos. Esto quiere decir, por ejemplo, que “cien gr. de nísperos contienen 19 mg. de calcio” o que “cien gramos de nísperos contienen 4 mg. de sodio”

Otra forma de comunicar esta información es diciendo: por cada cien gramos de nísperos se tienen 19 mg. de calcio.

Los cien gramos de nísperos son el **“referente”** que permite comparar las cantidades, en este caso, de nutrientes en los nísperos.

Con la información dada en la tabla ¿se pueden responder las preguntas?

- i)** ¿Qué hay más en un níspero sodio o calcio? ¿Por qué?
- ii)** ¿Cuánto sodio hay en un níspero? ¿Por qué?