



CÁTEDRA DE CIENCIA
TECNOLOGÍA Y SOCIEDAD
PARAGUAY

MATERIALES DIDÁCTICOS

CON ENFOQUE CTS

Nº 8

Importancia del Consumo de la leche en tiempo de Covid - 19

Francisco Larrosa
Romero

FICHA DE CATALOGACIÓN

Título del material de referencia:	La importancia de mantener el consumo de productos lácteos durante la cuarentena	
Autor/es:	Revista El Universo	
Fuente:	Revista El Universo. https://www.eluniverso.com/larevista/2020/05/14/nota/7841181/consumo-lacteos-durante-pandemia-cuarentena	
Resumen:	La leche es una fuente de alimento considerado esencial en toda la etapa de crecimiento desarrollo del ser, su composición heterogénea y los productos derivados de la leche ayuda al organismo a fortalecer el sistema inmunológico gracias a al alto valor biológico. El consumo deficiente de la leche puede afectar la disponibilidad de nutrientes esenciales para el organismo	
Fecha de publicación :	Mayo/ 2020	
Formato:	<input checked="" type="checkbox"/>	Noticia
	<input type="checkbox"/>	Reportaje
	<input type="checkbox"/>	Entrevista
	<input type="checkbox"/>	Artículo de Opinión
	<input type="checkbox"/>	Otro (Identificador)
Contenedor :	<input checked="" type="checkbox"/>	1. Los retos de la salud y la alimentación
	<input type="checkbox"/>	2. Los desafíos ambientales
	<input type="checkbox"/>	3. Las nuevas fronteras de la materia y energía
	<input type="checkbox"/>	4. El hábitat humano
	<input type="checkbox"/>	5. La sociedad digital
	<input type="checkbox"/>	6. Otros temas de la cultura científica
Autor del material didáctico	Francisco Larrosa Romero	

MATERIAL DE REFERENCIA

ELUNIVERSO La importancia de mantener el consumo de productos lácteos durante la cuarentena

DESTACADOS

COPA LIBERTADORES

COVID-19: MAPAS

COVID-19

ELECCIONES

TABLA DE POSICIONES

POLÍTICA

La importancia de mantener el consumo de productos lácteos durante la cuarentena



TE RECOMENDAMOS

VER LAS ÚLTIMAS NOTICIAS

Artículo completo disponible:

<https://www.eluniverso.com/larevista/2020/05/14/nota/7841181/consumo-lacteos-durante-pandemia-cuarentena>

ACTIVIDADES PARA EL ESTUDIANTE

1. Señala cuáles de las siguientes afirmaciones son verdaderas y cuáles falsas teniendo en cuenta el artículo de referencia.

1. La leche es una fuente de proteínas vitaminas y minerales.	V	F
2. El consumo en exceso puede afectar a la salud del consumidor.	V	F
3. Los productos derivado de la leche no contienen nutrientes esenciales que estimulan el sistema inmunológico.	V	F
4. La leche es una fuente de vitaminas fundamentales que estimula la producción de anticuerpos	V	F
5. Las criaturas menores de 1 año pueden consumir leche de vaca sin inconvenientes.	V	F
6. El consumo de 2 porciones o raciones de lácteos es suficiente para cubrir los requerimientos diarios.	V	F
7. El consumo de leche o derivados no es recomendado en adultos.	V	F
8. El consumo diario de productos lácteos ayuda a un buen crecimiento y desarrollo del cuerpo.	V	F
9. La leche descremada se recomienda a menores de 1 a 2 años de edad.	V	F
10. La leche de vaca puede provocar reacción a algunas personas.	V	F

2. Investiga. ¿Cuál es la cantidad de consumo per cápita recomendada por la OMS (Organización Mundial de la Salud)?

3. A partir de la información obtenida de la OMS, ¿cuál es el nivel de consumo en el Paraguay?

4. Teniendo en cuenta el nivel de consumo actual de la leche y sus derivados, según su apreciación cual sería la causa de ese nivel.

5. ¿Por qué crees que el consumo de leche de vaca no se recomienda a menores de 1 año de edad?

6. Según el material de referencia, ¿cuáles son los beneficios del consumo de la leche y sus derivados?

7. ¿Cuáles son los nutrientes que contiene la leche? ¿Cuántas porciones diarias se recomienda su consumo?

8. ¿Es mejor consumir leche adquirido de vendedores ambulantes o leche industrializadas? ¿indique por qué?
9. Investiga. ¿Cuáles son las principales cuencas productoras de leche en el país? ¿Qué producto lácteo tiene mayor consumo en el país?
10. En la página web del MEC (<https://www.mec.gov.py/>) busca información sobre cantidad de escuelas y alumnos beneficiados con la distribución de leche en el último año.

SUGERENCIAS PARA EL PROFESORADO

- Antes de proponer la realización de las actividades sugerir la lectura atenta del material de referencia.
- Realizar un análisis grupal sobre la importancia del consumo de leche y sus derivados.
- Acceder a la web de la Cámara Paraguaya de Industriales Lácteos – CAPAINLAC, y analice los niveles de consumo de leche y derivados lácteos. Luego comparte con los demás integrantes del grupo.
- Al indagar la página web del MEC sobre la cantidad de estudiantes beneficiados de la leche escolar. ¿Cuál es la realidad de su institución?
- A partir de las actividades anteriores, se sugiere realizar una pequeña investigación sobre qué tipo de leche y derivados consumen los alumnos en sus casas.
- En esta cuarentena a consecuencia del Covid – 19, ¿Cuál es el nivel de consumo de lácteos de los alumnos del grado/curso?
- Al finalizar las actividades con los alumnos realizar un resumen general sobre la importancia del consumo de la leche y como puede ayudar a prevenir enfermedades o infecciones en esta época de cuarentena.