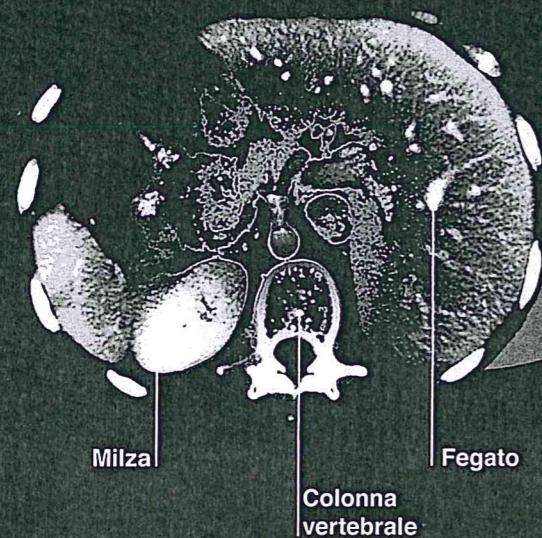


Un apparato purificante

Nella tua cavità addominale ci sono numerosi organi. Alcuni, come il pancreas e il fegato, sono indispensabili per vivere, mentre altri non lo sono: è il caso della milza o di uno dei due reni.

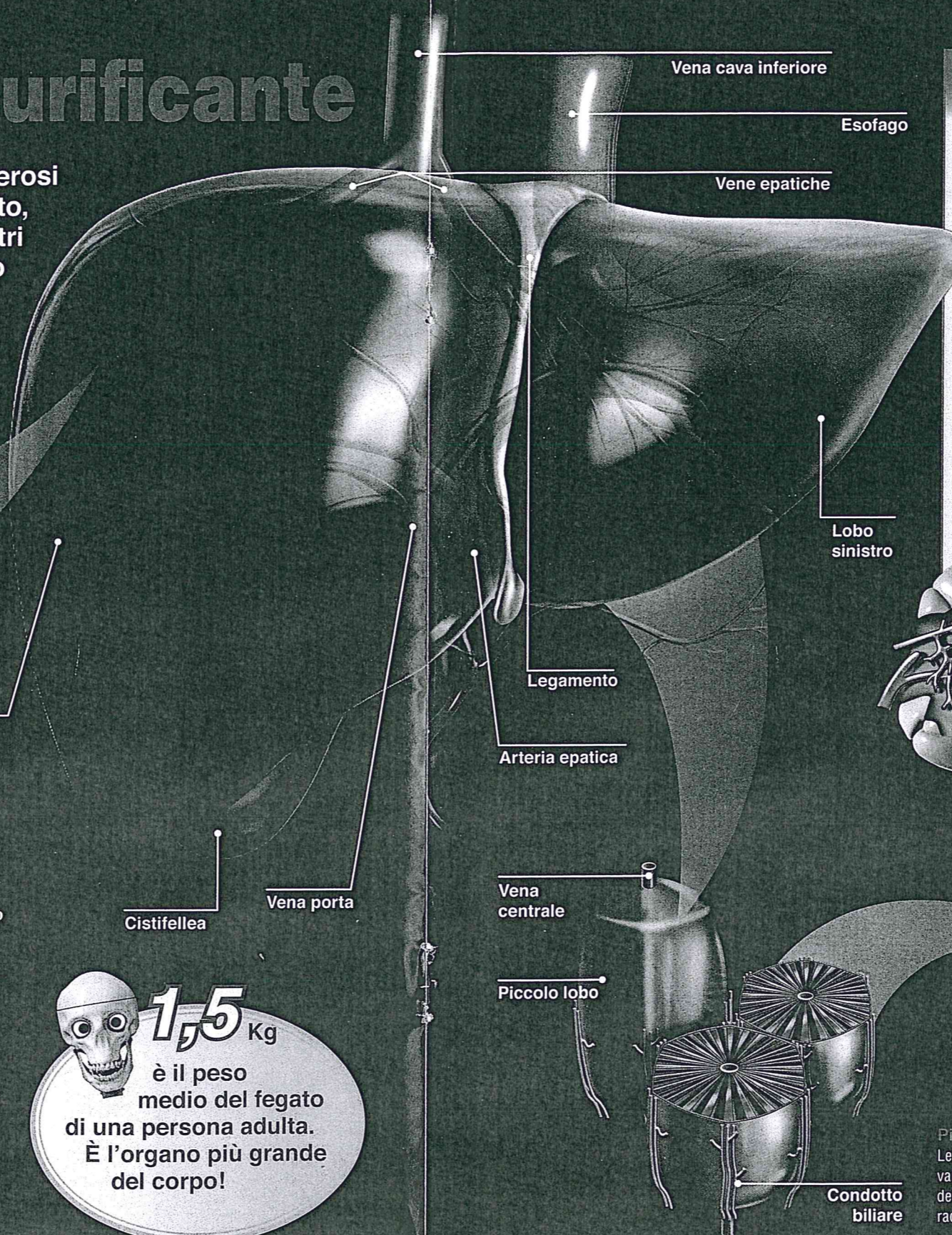


Un organo portentoso

Le cellule del fegato, chiamate epatociti, sono molto impegnate. Il fegato svolge una grande quantità di lavori, alcuni dei quali non sono collegati alla digestione. Produce sostanze, come proteine, zuccheri e grassi e le lavora per ottenerne energia o trasformare le une nelle altre (ad esempio trasforma i grassi in zuccheri). Allo stesso tempo, produce sostanze essenziali per il processo di coagulazione del sangue. È anche il luogo principale di produzione di globuli rossi per il feto, inoltre produce ormoni e immagazzina le vitamine A e D e sostanze come il ferro. Il fegato riceve il sangue che proviene dagli intestini e dalla milza.

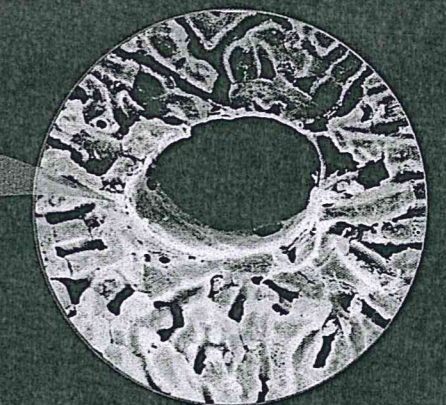
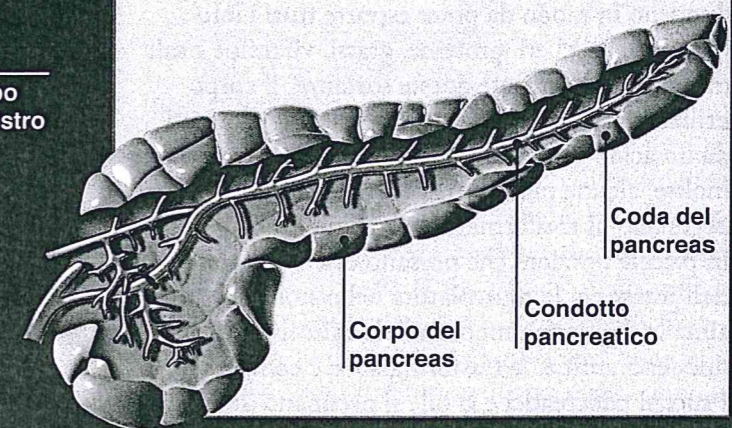
La maggior parte delle sostanze assorbite durante il processo digestivo è esaminata dal fegato: i nutrienti sono processati e inviati, tramite il sangue, al resto del corpo mentre i componenti tossici sono trasformati in sostanze meno nocive che sono immagazzinate o eliminate con l'urina.

1,5 Kg
è il peso medio del fegato di una persona adulta.
È l'organo più grande del corpo!



Il pancreas

Rispetto agli organi che lo circondano, il pancreas ha una forma e un aspetto abbastanza particolare. Si potrebbe affermare che si tratta di due organi in uno poiché le sue funzioni principali sono ben distinte. Da un lato, si tratta di una ghiandola endocrina che produce, tra le altre cose, un ormone vitale come l'insulina. Accanto alle cellule del pancreas da cui provengono insulina e altri ormoni ci sono cellule che producono gli enzimi digestivi contenuti nel succo pancreatico. Questi si occupano di completare la digestione dei grassi, degli zuccheri e delle proteine, trasformandola in una miscela che permetterà all'intestino tenue di assorbire tutti i nutrienti e inviarli al sangue. Il pancreas è un organo molto importante senza il quale vivere sarebbe impossibile.



Piccoli lobi epatici
Le cellule del fegato, gli epatociti, sono organizzate in gruppi di varie cellule che formano strutture dai lati esagonali. Nelle estremità dell'esagono ci sono vari vasi sanguigni e piccoli condotti biliari che raccolgono la bile mentre, al centro della struttura, c'è una piccola vena.

Parti fondamentali della digestione

Nel tratto compreso tra l'entrata dello stomaco e il termine del duodeno si completa la digestione degli alimenti che arrivano dalla bocca.

Il processo digestivo

Gli alimenti sono lavorati nello stomaco e nel duodeno in modo da poter estrarre tutti i loro nutrienti: zuccheri, proteine, grassi, vitamine e sali minerali. Per ottenere queste sostanze, il corpo utilizza varie strategie: gli alimenti sono attaccati da un acido prodotto dalla mucosa dello stomaco; inoltre, alcune proteine digestive (enzimi) si occupano di trasformare le proteine degli alimenti in piccole porzioni che possano essere assorbite dall'intestino; la muscolatura dello stomaco che aiuta la digestione muovendo la miscela e nel duodeno, infine, la trasformazione è completata. I succhi pancreatici e la bile si occupano di separare e digerire i grassi, gli zuccheri, i carboidrati e le proteine la cui decomposizione non è stata terminata nello stomaco.

Per saperne di più

Il diabete

Affinché il corpo funzioni è necessario mantenere costanti i livelli di alcune sostanze che circolano nel sangue. Una di queste è il glucosio, uno zucchero che si ottiene dagli alimenti che rappresenta il principale combustibile delle cellule. Il pancreas produce due ormoni, l'insulina e il glucagone, che si occupano di mantenere il livello di glucosio adeguato nel sangue. Il diabete è una malattia provocata dal fatto che il pancreas secerne poca insulina. Le persone che soffrono di diabete devono controllare ciò che mangiano e ottenere insulina in altri modi.

Condotto cistico
Conduce la bile per riempire o svuotare la cistifellea.

Condotto epatico comune
La bile esce dal fegato attraverso due condotti epatici che si uniscono in un condotto epatico comune.

Condotto biliare comune
L'unione tra il condotto cistico, proveniente dalla cistifellea, e quello epatico comune forma il condotto biliare comune o coledoco.

Cardias

Tra l'esofago e lo stomaco c'è un anello muscolare (sfintere) chiamato cardias. La sua funzione è di evitare che il contenuto acido dello stomaco torni verso l'esofago o la bocca. Si apre solo per lasciare passare cibo e bevande.



Mucosa

Riveste l'interno dello stomaco e produce acido, enzimi e muco protettivo.

Sub mucosa

Strato formato da un tessuto connettivo. A essa sono collegati i vasi sanguigni e le terminazioni nervose.

Strati muscolari

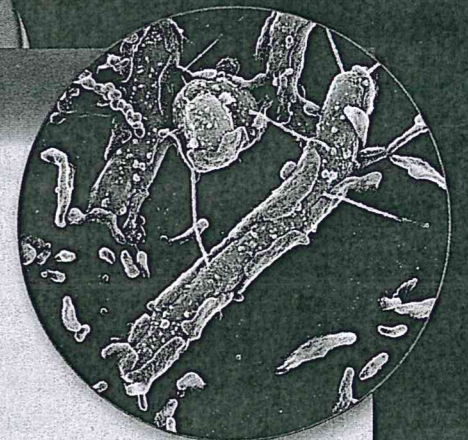
Esistono tre strati: fibre muscolari oblique, fibre circolari e fibre longitudinali (dall'interno verso l'esterno) che contraggono e muovono lo stomaco.

Strato sieroso (peritoneo)

Riveste lo stomaco esteriormente. Produce un liquido che riduce gli attriti provocati dai movimenti muscolari.

Helicobacter pylori

Questo batterio è capace di resistere all'interno dell'ambiente acido dello stomaco e s'introduce nella profondità della mucosa per "mettersi al riparo". Inoltre, produce delle sostanze che proteggono e migliorano l'acido per ottenerne energia. Di recente è stato scoperto che la maggior parte delle ulcere dello stomaco, compresi i tumori, è collegata alle infezioni causate da questo batterio. Ciò nonostante, è possibile combatterlo con degli antibiotici.



Lo stomaco al microscopio

Se consideriamo l'apparato digerente come un tubo, possiamo affermare che lo stomaco ne costituisce un'estensione abbastanza voluminosa. In realtà, però, è molto più di questo.

Una cornamusa molto speciale

Osservando questo disegno dello stomaco ti renderai conto che ha la forma di una cornamusa anche se, quando è a riposo, appare come una "J" allungata. Una caratteristica importante dello stomaco è la sua capacità di allargarsi. Inoltre, la sua parete interna è colma di pieghe e ricoperta da un tessuto speciale, la mucosa gastrica. In essa si trovano le cellule che producono l'acido che digerirà il bolo alimentare, fino a trasformarlo in una sostanza semi liquida, e le cellule che producono gli enzimi necessari per la digestione delle proteine. Per proteggersi dal suo stesso acido, lo stomaco contiene anche delle cellule che producono un denso muco che impedisce alla parete dell'organo di essere trafitta durante la digestione. Lo stomaco è contornato da tre strati di muscolatura che gli conferiscono una grande mobilità. L'entrata e l'uscita sono limitate da due strutture a forma di anello che permettono il passaggio degli alimenti da un organo all'altro: il cardias e il piloro.

Sfintere pilorico

Permette il passaggio di piccole quantità di chimo (alimento digerito) prodotto dallo stomaco. Dal piloro inizia il duodeno, la prima parte dell'intestino tenue.

Esófago

La superficie interna è protetta da vari strati di cellule che permettono il passaggio del cibo senza danneggiare il condotto. I movimenti, o peristalsi, conducono il cibo fino agli strati di muscolatura liscia.

Duodeno

Il primo tratto dell'intestino è speciale poiché permette di terminare la digestione dei grassi, degli zuccheri e delle proteine grazie alla bile e al succo pancreatico.

1 Lo stomaco sminuzza gli alimenti

L'acido nello stomaco, insieme agli enzimi che schiacciano le proteine riducendole a piccole unità e ai movimenti della muscolatura, trasforma il bolo alimentare in una pasta semi solida, il chimo. Il piloro si occupa di liberare piccole quantità di chimo verso il duodeno, evitando che questo fuoriesca di colpo nell'intestino.

2 Il fegato produce la bile

Grazie a vari elementi, alcuni dei quali provenienti dai globuli rossi che vanno morendo, il fegato produce un liquido verdastro-giallastro chiamato bile. Questo si occupa di diluire i grassi in piccole gocce che possano essere assorbite.

3 La cistifellea immagazzina la bile

La bile, che è continuamente prodotta dal fegato, scende attraverso i condotti epatici e si accumula in un organo cavo, la cistifellea. Durante la digestione, la bile esce dalla cistifellea attraverso il condotto cistico fino a raggiungere il coledoco e, da qui, il duodeno.

4 Il pancreas produce il succo pancreatico

Le cellule speciali del pancreas producono il succo pancreatico formato da enzimi digestivi, bicarbonato e acqua. Gli enzimi disintegrano completamente i grassi, gli zuccheri e le proteine mentre il bicarbonato contrasta l'acido prodotto nello stomaco.

5 Nel duodeno viene ultimata la digestione degli alimenti

Il chimo proveniente dal piloro si unisce alla bile e al succo pancreatico che fuoriescono da un'apertura chiamata sfintere di Oddi. Dall'azione della bile e degli enzimi si ottiene un liquido giallastro carico di nutrienti, il chilo, pronto per essere assorbito dallo stomaco.

Condotto pancreatico

Il pancreas versa il succo pancreatico in una serie di piccoli tubi che si riuniscono in canali sempre più grandi fino ad arrivare al condotto pancreatico.

I calcoli renali

In alcune occasioni, nella cistifellea possono formarsi piccole pietre, o calcoli, formate da colesterolo o da parti della bile solidificante. Normalmente sono grandi come un granello di sabbia e non provocano complicazioni, ma in alcuni casi crescono e possono ostruire la cistifellea.

ATTENZIONE A...

...le sane abitudini

Per essere forte e sano devi mangiare tutti i giorni, ma non basta ingerire quello che più ti piace e quando vuoi. È opportuno adottare delle semplici abitudini alimentari. Seguendo questi consigli aiuterai il tuo sistema digerente a svolgere bene il suo compito e otterrai benefici da tutto ciò che mangi.

Cinque pasti al giorno

È consigliabile consumare cinque pasti durante la giornata anziché tre come fa molta gente. È ideale nutrirsi bene all'inizio della giornata per ottenere l'energia e i nutrienti necessari per affrontare le attività. Durante il pomeriggio e la sera è preferibile un pasto leggero per evitare una digestione notturna pesante.

Alimenti ricchi di antiossidanti

È molto importante abituarsi a consumare quotidianamente alimenti ricchi di minerali e vitamine. Frutta e verdura li contengono e sono anche ricchi di sostanze chiamate antiossidanti che hanno molte proprietà benefiche per il tuo corpo: prevengono le malattie del cuore, ritardano l'invecchiamento delle cellule e proteggono dai tumori.

Misure igieniche

Per evitare qualsiasi tipo di infezione causata da batteri o da altri microbi è opportuno adottare delle semplici misure igieniche: lavati sempre le mani dopo essere andato in bagno, prima di cucinare o di toccare gli alimenti. Inoltre, è necessario lavare bene anche la verdura, la frutta e le uova per eliminare i batteri presenti sulla loro superficie.



Esofago

Questo tubo di circa 20-30 cm collega la bocca allo stomaco. Il diaframma, che lo attraversa, e una valvola, chiamata cardias, evitano la risalita del cibo e dell'acido dallo stomaco all'esofago.

Pancreas

È una ghiandola vitale: si occupa di produrre il succo pancreatico, ma svolge anche altre funzioni che non sono collegate alla digestione come la produzione di ormoni molto importanti quali l'insulina.

Stomaco

Questa grande sacca situata tra l'esofago e l'intestino tenue immagazzina il cibo e le bevande e si occupa di digerirli e mescolarli grazie all'azione di acidi molto potenti, enzimi digestivi e forti contrazioni.

Duodeno

Il primo tratto dell'intestino tenue, a forma di "C", riceve il contenuto dello stomaco attraverso il piloro. Nel duodeno la digestione si completa grazie all'azione della bile e del succo pancreatico.



Lo stomaco e le sue ghiandole

Dal momento in cui attraversa la gola, il cibo tritato e bagnato di saliva inizia un processo che lo trasformerà in una massa semi liquida piena di nutrienti. Lo stomaco e le sue ghiandole svolgono questo compito.

Un lavoro di squadra

Durante la digestione degli alimenti intervengono diversi organi la cui azione congiunta permette di estrarre i nutrienti dal cibo e prepararli per la seconda fase del processo: l'assorbimento. Per raggiungere il loro obiettivo, questi organi devono lavorare in due modi: meccanicamente (sminuzzamento nella bocca e movimenti nello stomaco) e chimicamente (azione dell'acido dello stomaco, della bile e degli enzimi pancreatici). Il primo elemento incaricato di realizzare questo compito è un tubo, l'esofago, che conduce il cibo dalla bocca fino allo stomaco; poi è il turno d'una sacca, lo stomaco, che lo immagazzina mentre lo digerisce grazie ad acidi ed enzimi; poi una porzione di tubo, il duodeno, al quale arriva il contenuto dello stomaco per terminare la digestione; infine due ghiandole digerenti, il fegato e il pancreas, incaricate di produrre le sostanze necessarie per portare avanti il lavoro nel duodeno.

Per saperne di più

Il blocco della digestione

Quante volte i tuoi genitori ti hanno detto in spiaggia: "Non fare il bagno altrimenti ti si blocca la digestione"? Se dopo mangiato ti tuffi in mare o in piscina in maniera brusca, la differenza di temperatura tra il tuo corpo e l'acqua potrebbe provocare uno shock termico che interrompe il processo digestivo con effetti molto gravi. Se provi nausea, brividi, voltastomaco, vedi sfocato o senti ronzio alle orecchie devi uscire immediatamente dall'acqua.

Fegato

È l'organo interno più grande e anche il più pesante. Tra le tante funzioni che svolge c'è la produzione della bile, necessaria per la digestione dei grassi.

Cistifellea

Questo piccolo organo, cavo all'interno, immagazzina e concentra la bile tra i pasti, scaricando il suo contenuto verso il duodeno durante la digestione.

Condotti biliari

La bile prodotta dallo stomaco è incanalata attraverso due piccoli condotti che si riuniscono formando il condotto epatico comune. Questo conduce la bile fino alla cistifellea e a un altro condotto, il coledoco, che sbocca nel duodeno insieme al condotto pancreatico.

1 **La colazione:** durante la prima mattinata, per rompere il digiuno notturno, è opportuno consumare un pasto completo e ricco di carboidrati, fibre, latticini e frutta. In questo modo otterrai l'energia necessaria per affrontare la tua giornata.



Alle otto di mattina

2 **Metà mattinata:** la merenda è un piccolo pasto di rinforzo tra la colazione e il pasto di metà giornata. Puoi consumare della frutta, un panino oppure bere un succo di frutta.



Alle undici di mattina

3 **Il pranzo:** rappresenta il pasto principale della giornata, ma non devi esagerare. Il pranzo deve avere una composizione equilibrata e completa, con pochi grassi e molte proteine e carboidrati provenienti da cereali, legumi, frutta e verdura.



All'una di pomeriggio

4 **Merenda:** durante il lungo pomeriggio puoi consumare una piccola merenda, simile a quella di metà mattinata, che può calmare gli attacchi di fame. Puoi mangiare qualcosa di dolce, ma senza esagerare.



Alle cinque di pomeriggio

5 **La cena:** sebbene la cena rappresenti un pasto più importante della merenda, non bisogna cadere nella tentazione di mangiare tanto poiché è preferibile andare a letto senza dare troppo lavoro allo stomaco e all'intestino. Si possono consumare dei piatti leggeri ed è sconsigliato mangiare subito prima di coricarsi.



Alle otto di sera



CREDO CHE MANGIARE COSÌ TANTI HAMBURGER NON SIA STATA UNA BUONA IDEA!

Cattive abitudini e disturbi alimentari

Quando mangiamo è importante tenere alla larga alcune cattive abitudini. Il pasto rapido e di cattiva qualità, chiamato comunemente "cibo spazzatura", è particolarmente nocivo. Si tratta di alimenti con pochi nutrienti e ricchi di determinati grassi e zuccheri. Consumare questo tipo di pasti in maniera frequente può provocare problemi di sovrappeso e malattie del cuore e del sistema circolatorio. Inoltre, devi stare attento a disturbi alimentari come l'anoressia e la bulimia, due malattie che rivelano problemi psicologici. Chi è affetto da questi disturbi ha una percezione del proprio corpo alterata e ciò conduce ad atteggiamenti molto dannosi dal punto di vista alimentare. La scarsa o quasi inesistente alimentazione delle persone che soffrono di anoressia può portare a gravi situazioni di magrezza e denutrizione. Le persone affette da bulimia, invece, mangiano molto per poi vomitare gli alimenti ingeriti. Anche questo disturbo è molto grave.



Che stomaco!

Lo stomaco è una sacca muscolare la cui forma cambia a seconda della posizione del corpo, della costituzione fisica, della quantità di cibo che contiene o della presenza del feto nell'utero nelle donne in gravidanza. Noi umani abbiamo uno stomaco eccezionale... ma ci sono animali che ci superano!

L'essere umano

Il volume degli alimenti che possono essere contenuti nello stomaco umano dopo un pasto abbondante è sorprendente, ma è niente se paragonato a quello di altri animali.



3 litri



20 litri

Il cavallo

Il cavallo ha uno stomaco piccolo se paragonato alle dimensioni del suo corpo. Questo è dovuto al fatto che il luogo in cui si svolge la digestione della materia vegetale che compone la sua dieta si trova nel cieco intestinale, situato proprio dopo l'intestino tenue.

Il maiale

Lo stomaco del maiale è simile al nostro poiché la sua dieta include alimenti sia di origine vegetale sia animale. Ciò nonostante, grazie alle maggiori dimensioni del suo addome, può contenere una maggiore quantità di cibo rispetto allo stomaco umano.



9 litri

Il più grande

Tra i mammiferi terrestri, la mucca è quello che ha lo stomaco con maggiore capienza: può contenere fino a 150 litri di cibo. Grazie a una lunga digestione, la mucca è in grado di trasformare la fibra vegetale nei nutrienti di cui ha bisogno.



150 litri

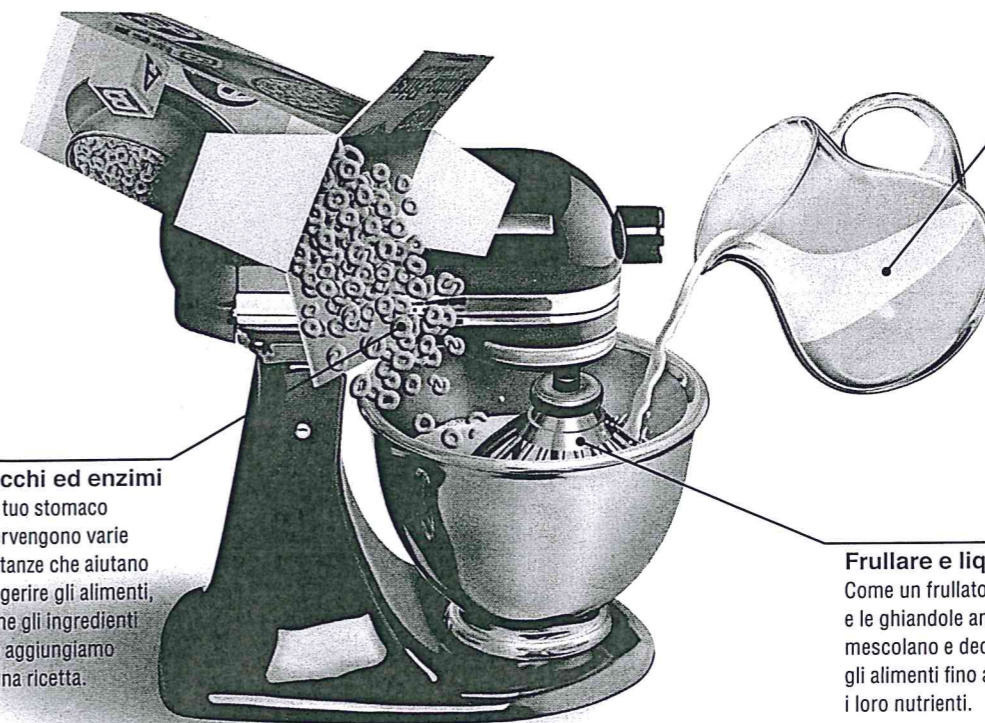
RECORD DI CAPACITÀ

L'apparato digerente Dallo stomaco al fegato

Lo stomaco è una macchina che trasforma gli alimenti: al suo interno, il cibo e le bevande che consumiamo sono immagazzinati, mescolati e decomposti.

Nel tuo apparato digerente, gli alimenti subiscono diversi processi che permettono di trasformare qualsiasi cosa tu mangi in sostanze che diventeranno poi parte del tuo corpo. Il luogo in cui si svolge la maggior parte della digestione è lo stomaco, che funziona come un frullatore che mescola e sminuzza il cibo. Com'è possibile che alimenti formati da tanti elementi differenti si trasformino in un liquido che

il tuo corpo è in grado di assorbire? Immagina il seguente pasto: una porzione di carne, quindi molte proteine, un piatto di ceci, abbondante di zuccheri, un'insalata completa, ricca di fibre e vitamine e un paio di bicchieri d'acqua. Tutto ciò è suddiviso in parti più piccole grazie al tuo stomaco e alle ghiandole gastriche. Di seguito imparerai come sono composti questi organi e quali sono i loro compiti.



Succhi ed enzimi

Nel tuo stomaco intervengono varie sostanze che aiutano a digerire gli alimenti, come gli ingredienti che aggiungiamo in una ricetta.

Dall'esofago allo stomaco
Gli alimenti arrivano allo stomaco in forma semi solida, pronti per essere trasformati in liquido grazie all'azione dello stomaco e delle ghiandole gastriche.

Frullare e liquefare

Come un frullatore, il tuo stomaco e le ghiandole annesse muovono, mescolano e decompongono gli alimenti fino a ottenere i loro nutrienti.

DIVERTITI E SCOPRI
IL CORPO UMANO

Divertiti e scopri il corpo umano
Pubblicazione periodica settimanale
Anno I - Numero 16 - Milano, 22 dicembre 2015

Edita da
RBA Italia S.r.l.
Via Roberto Lepetit, 8/10 - 20124 Milano

Direttore generale
Stefano Bisatti

Responsabile editoriale
Lidia Santocanale

Responsabile marketing
Tiziana Manciameli

Edizione originale dell'opera
El cuerpo humano
© 2009 RBA Coleccionables S.A.
Sulla presente edizione:
© 2015 RBA Contenidos Editoriales y Audiovisuales S.A.U.
© 2015 RBA Italia S.r.l.

Illustrazioni
Rebeca Puebla (illustrazioni 3D)
Tenllado Studio (illustrazioni scientifiche)
René Acuña (illustrazioni dello scheletro)

Crediti fotografici
iStockphoto, Age fotostock, Getty Images

Realizzazione editoriale
Il Sole di Carta S.r.l. a cura di Maria Maio
Consulenza scientifica per l'edizione italiana:
dott.ssa Federica Murri

Reg. presso il Trib. di Milano N. 241 del 18/05/2009
Iscrizione al ROC N. 16.647 in data 01/03/2008
ISSN 1828-552X

Direttore responsabile
Giorgio Rivieccio

P.I. Spa Sped. in abb. Post. DL 353/2003
legge del 27/02/04 n. 46 art. 1 c. 1 DCB Brescia

Stampato nel 2015 presso
IMPULS 45, Granollers, Barcellona, Spagna

Distributore per l'Italia: Press-di Distribuzione
Stampa e Multimedia S.r.l. 20090 Segrate (MI)Stampa e
Multimedia S.r.l. 20090 Segrate (MI)

www.rbaitalia.it

L'Editore si riserva la facoltà di modificare il prezzo nel corso della
pubblicazione, se costretto da mutate condizioni di mercato.
Il fascicolo e gli elementi che costituiscono la collana non possono
essere venduti separatamente.

"Il corpo umano" è un'opera a fascicoli composta da 80 uscite.
Le prime 34 spiegano com'è fatto e come funziona il corpo
umano attraverso gli 11 sistemi che lo compongono,
le successive 30 si riferiscono all'anatomia animale di tutti
i gruppi, dai mammiferi ai rettili, con interessanti confronti
con quella umana. L'opera si completa con l'apparato digerente
da assemblare con le ultime 16 uscite. Verrai guidato alla scoperta
di tutti i segreti del nostro corpo. In ogni fascicolo, oltre ad
informazioni utili e attività stimolanti per le tue abilità, troverai
uno o più elementi per costruire il tuo nuovo amico Scheletrino.
Potrai raccogliere tutti i tuoi fascicoli, infine, nel pratico
raccoltore che troverai in edicola abbinato
alle prossime uscite.

Con il prossimo fascicolo L'omero sinistro.

SERVIZIO ABBONAMENTI

Per informazioni sul tuo abbonamento o per accenderne uno nuovo:

SCRIVI al Servizio Clienti RBA Italia - Casella postale 100 - 25126 BRESCIA

CONTATTA il call center al numero 199 112 200 da lunedì a venerdì
dalle 9.00 alle 18.00 e il sabato dalle 10.00 alle 14.00
Costo massimo per chiamate nazionali da telefono fisso: 0,12 € + Iva min.
senza scatto alla risposta. Per i cellulari il costo è in funzione dell'operatore.

INVIA UN FAX al numero 030 77 72 385

INVIA UNA E-MAIL a collezioni.rbaitalia@pressdi.it

COLLEGATI al sito www.rbaitalia.it

Prenota in edicola le tue copie. Ti invitiamo a rivolgerti, per l'acquisto, sempre alla stessa edicola,
chiedendo all'edicolante di riservarti le uscite successive. In questo modo potremo garantirti un
servizio migliore.

SERVIZIO ARRETRATI

I numeri arretrati sono disponibili, chiedendoli al tuo edicolante di fiducia, per 6 mesi dalla
data di uscita al prezzo di copertina più un contributo spese di spedizione di 8,00 €
(salvo esaurimento scorte). Per averli direttamente a casa tua:

CONTATTA il numero 045 88 84 400 da lunedì a venerdì dalle 8.30 alle 17.30
Costo massimo per chiamate nazionali da telefono fisso: 0,1188 € + Iva min. senza
scatto alla risposta. Per i cellulari il costo è in funzione dell'operatore.

INVIA UN FAX al numero 045 88 84 378

AVVISO AI LETTORI

Questa collezione ha finalità didattiche e di intrattenimento ed è dedicata ai
bambini e ai loro genitori. I materiali che la compongono non sono di uso
medico. Si raccomanda la supervisione di un adulto nell'uso che il bambino
fa delle parti del corpo umano e del loro montaggio.

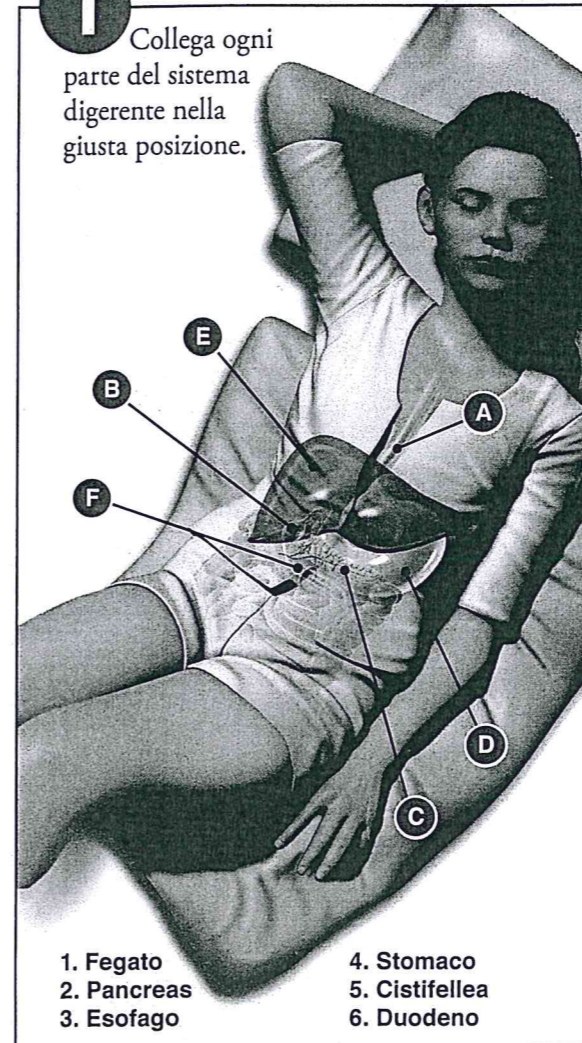


Non adatto ai bambini di età
inferiore ai 3 anni, tenere lontano
dalla loro portata.



Mettiti alla prova

1 Collega ogni
parte del sistema
digerente nella
giusta posizione.

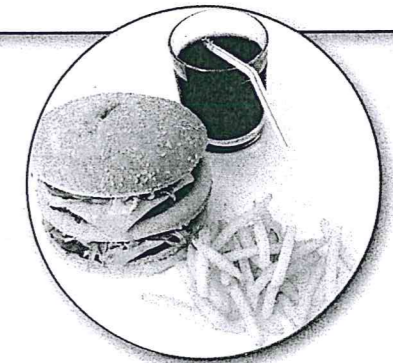


1. Fegato
2. Pancreas
3. Esofago

4. Stomaco
5. Cistifellea
6. Duodeno

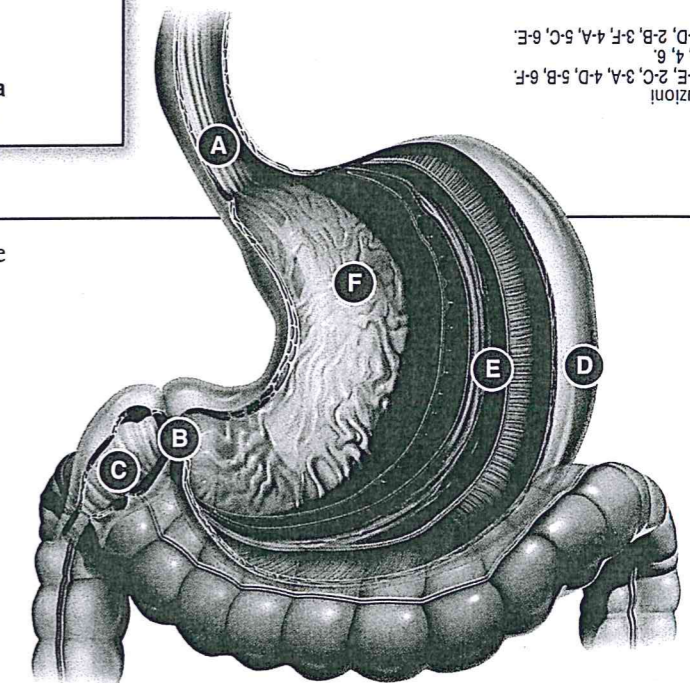
2 Individua le abitudini
che non sono molto salutari.

1. Mangiare dolci tutti i giorni.
2. Consumare cinque pasti al giorno.
3. Mangiare frutta.
4. Cenare con due hamburger e patatine fritte.
5. Bere molta acqua.
6. Bere molte bevande gassate.
7. Mangiare pesce quotidianamente.
8. Mangiare latte e i suoi derivati tutti i giorni.



3 Indica il nome di ognuna delle
parti che compongono lo stomaco.

1. Strato sieroso
2. Piloro
3. Mucosa
4. Esofago
5. Duodeno
6. Strato muscolare

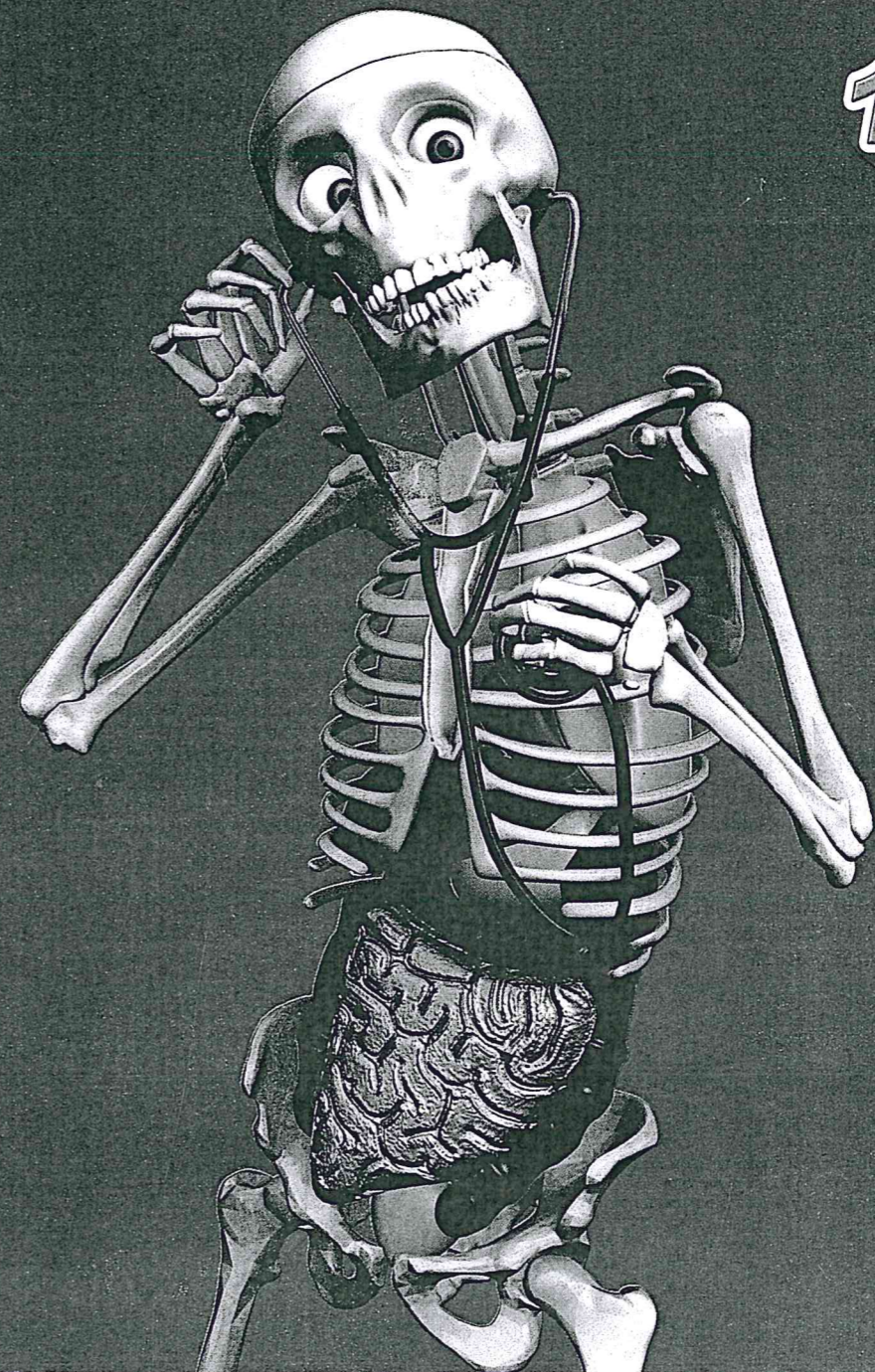


Soluzioni!
1. 1-E, 2-C, 3-A, 4-D, 5-B, 6-F.
2. 1, 4, 6
3. 1-D, 2-B, 3-F, 4-A, 5-C, 6-E.

DIVERTITI E SCOPRI

IL CORPO UMANO

16



DIVERTITI E SCOPRI
IL CORPO UMANO

RBA