

Name: _____ Date: _____ Period: _____

La Nutrición

G / A B Ñ S A Ñ A Q E F O M R A Z A G L E D A E
 E J D A U I T Q T N S A A E Í G E O Í L / G A O
 S G A J Í Q E P I M T / G R I R Á S R N Í L T F
 R / R A F U I V Ñ L A E R E R L Q E U O H O E Q
 A E B R R Q D M E O R N E N E E O P J J J S I F
 S I I D A M A B S S E G G D N V L E I J P P D C
 N E L E T S R E R G N O A A Ñ A L D A B S R E N
 A R I P N A A S A R F R R R J N E R O P E O D V
 C E U E E R T T N A O D / E J T V I I O R D R /
 S N Q S M U S I E N R A A I L A A B C N V U A E
 E E E O U D E R R O M R Ñ E R R R U I E E C I S
 D T A R A R N A T S A V A C E P U S C R G T B E
 / N T C D E Z R N N R Á D C D E N P R S E O M T
 E O E R T V Z S E L I L I Ñ U S A B E E T S A S
 S C I E F S O E B S M Q R F C A V T J A A L C A
 R B D E R A A O E T U G / Ñ I S I L E D R Á H L
 A / A V / L T R F Á S Z U L R E D L R I I C F U
 J T N O V P V I L S N A J U C V A Á E E A T T D
 A N U R F E M S G H O / Á A U F S N C T N E S A
 L Q R P G Ñ Z N A A C J S F H S A S A A O O Á B
 E G E A O D D E J I R O Á N Z L N Q H P E S D L
 R A N P V Ñ I Z F U L S C A N S A R S E Á T M E
 O O E I G A L F N Q C R E / Ñ E L H I E R R O Z
 E F T C S A Í R O L A C S A L C Á J U Q A D T N

tener una dieta equilibrada
 cambiar de dieta
 ser vegetariano
 estar en forma
 las calorías
 entrenarse
 estirarse
 aumentar
 proveer

los productos lácteos
 contener (e-ie)
 hacer ejercicio
 subir de peso
 las verduras
 ser vegano
 adelgazar
 cansarse

relajarse/descansarse
 merendar (e-ie)
 agregar/añadir
 bajar de peso
 los aceites
 saludable
 fatigarse
 engordar

llevar una vida sana
 ponerse a dieta
 levantar pesas
 estar a dieta
 los granos
 el hierro
 consumir
 reducir