

Ficha 4: ¿De dónde viene el mito de que el omega 3 es bueno para prevenir enfermedades cardíacas?

Lee la noticia en el siguiente [enlace](#) o escanea el siguiente código QR.



PARTE A) Preguntas guía

1. ¿Qué alimentos son ricos en ácidos grasos omega 3?
2. Según la revista científica *The Lancet* ¿cuál es la dieta particular de los esquimales?, ¿por qué?
3. ¿Qué número de pobladores estadounidenses toma suplementos de omega 3, según el período *The New York Times*?
4. ¿Cómo se definen, químicamente, los ácidos grasos omega 3?
5. Escribe en una oración cuál es la temática abordada en el texto.
6. En Uruguay se comenzó a etiquetar frontalmente los alimentos advirtiendo sobre excesos de azúcares, sodio o grasas. Este etiquetado se fiscalizará desde febrero de 2021. El almacenero de tu barrio quiere proponer al comunal barrial rotular aquellos alimentos con un alto contenido de ácidos grasos omega 3 y/o 6. Diseña la etiqueta que podrían llevar estos alimentos.
7. A partir de la siguiente oración: “*Les realizaron varios exámenes y detectaron que sus niveles de colesterol y triglicéridos eran bajos, pese al consumo regular de carne alta en grasa*”, ¿qué relación puedes establecer entre el consumo de ácidos grasos y el aumento o disminución del colesterol? Responde esta pregunta a partir de la elaboración de una infografía, destinada a estudiantes de sexto año de la escuela del barrio, donde recomiendes que hábitos alimentarios saludables deben adquirir con respecto al consumo de ácidos grasos.
8. ¿Qué has aprendido con la lectura del texto?

PARTE B) Según el modelo C.R.I.T.I.C.

Responde las preguntas de la última columna.

C	Consigna o afirmación que expone el texto.	¿Cuál es la idea principal del texto?
R	Rol del que hace la afirmación.	¿Quién ha escrito esta noticia? ¿Con qué objetivo la escribió?
I	Ideas.	¿Qué conocimientos hay detrás de la noticia?
T	Test.	Los datos que aporta el artículo, ¿son suficientes y válidos?
I	Información.	¿Qué evidencias o pruebas se exponen o podrían exponerse para apoyar la información? ¿Hay incoherencias, errores o contradicciones?
C	Conclusiones.	¿Crees que la información que se presenta es coherente con el conocimiento científico que posees?

Créditos

✓ Referencias bibliográficas:

- Marbá, A., Márquez, C. y Sanmartí, N. (2009, enero). ¿Qué implica leer en clase de ciencias? *Alambique. Didáctica de las Ciencias experimentales*. N° 59. pp 102-111. Recuperado de: <https://gent.uab.cat/conxitamarquez/sites/gent.uab.cat.conxitamarquez/files/que%20implica%20leer%20en%20clase%20de%20ciencias.pdf>
- Oliveras, B. y Sanmartí, N. (2009, junio). *La lectura como medio para desarrollar el pensamiento crítico*. Octava Convención Nacional y Primera Internacional de Profesores de Ciencias Naturales. *Educación Química*. Conferencias Plenarias. Recuperado de: <http://www.scielo.org.mx/pdf/eq/v20s1/v20s1a5.pdf>
- *Noticia: ¿De dónde viene el mito de que el omega 3 es bueno para prevenir enfermedades cardíacas?* (19 de julio de 2018). *BBC News Mundo*. Recuperado de: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-44889837#:~:text=Sirva%20como%20referencia%20que%20al,cerebrales%20o%20tener%20problemas%20coronarios.>

Autores: Alberto Censato y Lucía Pastore.

Fecha de publicación: 1 de febrero de 2021.



Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons Atribución-Compartir Igual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).