

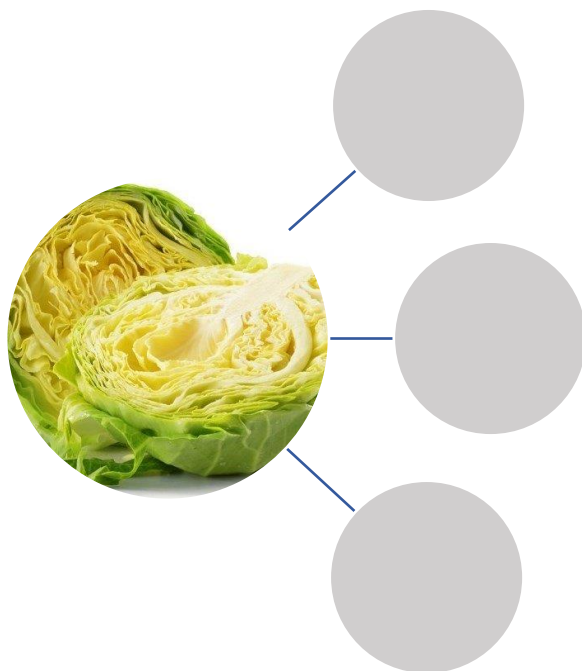


<b>Asignatura:</b> Lenguaje	
<b>Docente:</b> Karen Jerez Carrasco	<b>Curso:</b> Laboral 1 C
<b>Objetivo de Aprendizaje:</b> Leer y comprender el texto informativo.	
<b>Contenido:</b> Lectura y comprensión de textos informativos.	
<b>Habilidad:</b> Leer /Comprender	
<b>Semana N°: 13</b> (lunes 22 al viernes 26 de Junio)	

Para comenzar esta semana, veremos el video que aparece a continuación el cual también podrás ver desde la página de Facebook:

<https://www.youtube.com/watch?v=p2zX2EicuAE>

Para asegurarnos que viste y entendiste el video, anota 3 beneficios del repollo para nuestro cuerpo:



Como apareció en el video, existen varios alimentos que se les ha denominado "SUPERALIMENTOS" gracias a todos los beneficios que tienen para nuestro cuerpo. Ya conociste todos los beneficios del repollo, ahora es turno de que leas solo/a o junto a un adulto sobre el maqui.



Grabación.m4a

Puedes escucharlo también en este enlace

### El maqui, la superfruta

El árbol de maqui (*Aristotelia chilensis*) es originario del sur de Chile y posee un fruto que es considerado, hasta el momento, el de mayor concentración de antioxidantes en el mundo, superando a frutas como el arándano o la frambuesa. Los antioxidantes son moléculas beneficiosas para el organismo, ya que, entre otras cosas, retrasan el envejecimiento celular.

La gran capacidad antioxidante de los frutos del maqui es aportada por su concentración de compuestos fenólicos (son aquellas moléculas que le otorgan su color violeta característico). Sin embargo, pese a las altas propiedades antioxidantes de los frutos del maqui, esta planta aún no se cultiva de forma masiva.

Se espera que en los próximos años el potencial de estos frutos haga que su consumo se masifique y que pueda ser empleada, a partir de otros productos, como extractos o suplementos alimentarios.

Fuente: <https://herbociencia.wordpress.com>



### El maqui, la super fruta

El árbol de maqui es originario del sur de Chile y posee un fruto que es considerado, hasta el momento, el de mayor concentración de antioxidantes en el mundo, superando las frutas como el arándano o la frambuesa. Los antioxidantes son moléculas beneficiosas para el organismo, ya que, entre otras cosas, retrasan el envejecimiento celular.

La gran capacidad antioxidante de los frutos del maqui es aportada por su concentración de compuestos fenólicos (son aquellas moléculas que le otorgan su color violeta característicos).

Sin embargo, pese a las altas propiedades antioxidantes de los frutos del maqui, esta planta aún no se cultiva de forma masiva.

Se espera que en los próximos años el potencial de estos frutos haga que su consumo se masifique y que pueda ser empleada, a partir de otros productos, como extractos o suplementos alimentarios.

De acuerdo a lo leído o escuchado marca con una X la respuesta correcta:

1- ¿Cuál de estas frutas corresponde al maqui?



2- ¿En qué zona de Chile, podemos encontrar maqui?



3 – Según el texto ¿cuál de estas frutas tiene más antioxidantes?



Arándano

maqui

frambuesa

Tal como dice el texto el maqui es alto en antioxidantes y ellos ayudan a que no envejecamos tan luego. Para finalizar, lee estos siete beneficios de los antioxidantes.

## BENEFICIOS DE LOS *antioxidantes*

- 1 Retrasan SIGNOS DE LA EDAD
- 2 Mantienen PIEL JOVEN Y BONITA
- 3 Disminuyen el riesgo de CÁNCER
- 4 Ayudan a DESINTOXICAR TU CUERPO
- 5 Aumentan ESPERANZA DE VIDA
- 6 Protegen contra INFARTOS
- 7 Disminuyen PROBLEMAS DE VISTA

