Werkboek blok 2 – Voeding en vertering – Antwoorden

2.1 Eten: wat zit er in en wat heb je eraan?

B-vragen

1. Bouwstof (om cellen of stoffen te kunnen maken), brandstof (om energie te maken), reservestof (als opslag voor later) of beschermende stof (tegen ziektes)
2. *Laat deze controleren in de les / behandeld in de les*
3. Een voedingsmiddel is een product dat je eet, deze bestaat uit verschillende voedingsstoffen
4. Dit zijn voedingsstoffen die vooral in plantaardig voedsel zitten (zoals cellulose van de celwanden van plantencellen). Ze stimuleren de peristaltiek, bevorderen de doorloopsnelheid door het spijsverteringskanaal.

2.2 Spijsvertering begint in de mond

B-vragen

1. *Laat deze controleren in de les / behandeld in de les*
2. Het afbreken van voedingsstoffen in verteringsproducten (bouwstenen) zodat deze opgenomen kunnen worden in het lichaam door de darmwand heen in de bloedsomloop.
3. Water, mineralen en vitaminen. Deze zijn klein genoeg om op te nemen zonder vertering.
4. a) Enzymen (amylase), water en slijm
   b) Enzymen voor de vertering van zetmeel, water voor het vochtig en zacht maken van het voedsel, slijm voor de glijbaarheid van het voedsel, waardoor het slikken beter gaat.

V-vragen

5. De stoffen veranderen door het kauwen niet in andere stoffen. Bij de vertering door enzymen worden de stoffen uit je eten in andere stoffen omgezet.
6. Amylase zet zetmeel om in suiker.
7. Als je iets lekkers proeft of ruikt (of er alleen aan denkt) dan is er al speeksel aanwezig voor de eerste hap. Dat bevordert dus de spijsvertering.
8. Zie boek pagina 61
9. Als er veel zuur in je eten zit moet het zuur geneutraliseerd worden door het te verdunnen. Anders kan de slokdarm aangetast worden.
10. Je smaak en reukzintuigen geven dit door aan de hersenen.