

Lectura 24 s

La microbiota

Cada vez se habla más de la microbiota, aunque hay quien ignora cuál es 0
la razón. Se trata de un concepto nuevo para un nombre antiguo. Hace ya 0
tiempo que lo que se denominó flora intestinal cambió de nombre. Y es 0
que, en realidad, no era una flora, ya los microorganismos que la integran 0
no son todos de origen vegetal. 0

No obstante, se la conoce bien; al menos, la facilidad con que se altera. 0
¿Quién no ha sentido sus efectos? Una preocupación o un malestar 0
pueden ser los culpables de consecuencias no gratas, como el exceso de 0
gases, el estreñimiento, la diarrea o molestias en el abdomen. En fin, un 0
conjunto de síntomas que incomodan a quien los padece. 1

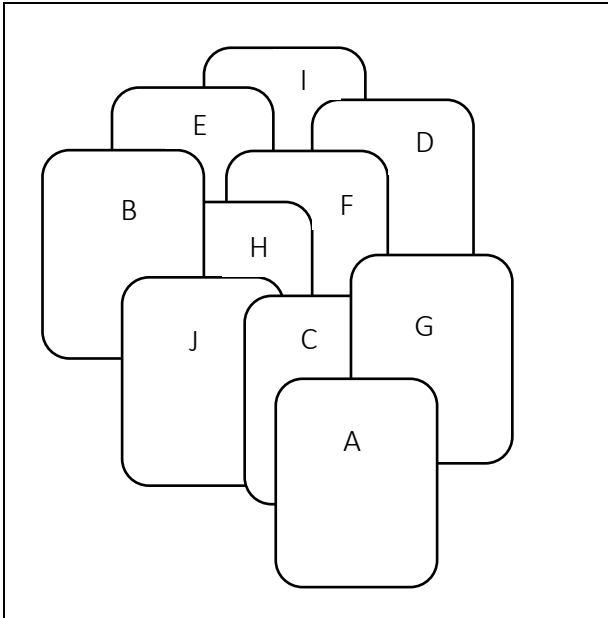
En contra de lo que se pudiera pensar, la microbiota intestinal es esencial 0
para el mantenimiento de la salud. Hoy se sabe que determinadas 0
enfermedades se relacionan con su falta de armonía. Y, en este sentido, 0
el tipo de alimentación es clave para su adecuada composición. 0

Sobre todo la cantidad de fibra que se ingiere, ya que es el sustrato que 0
permite el desarrollo de los microorganismos. Y solo está presente en 0
alimentos vegetales como las legumbres, las hortalizas, las verduras y las 0
frutas. 0

Repase atentamente la lectura; después, escriba a la derecha cuántas 1
veces aparece la letra j (jota) en cada línea y súmelas.

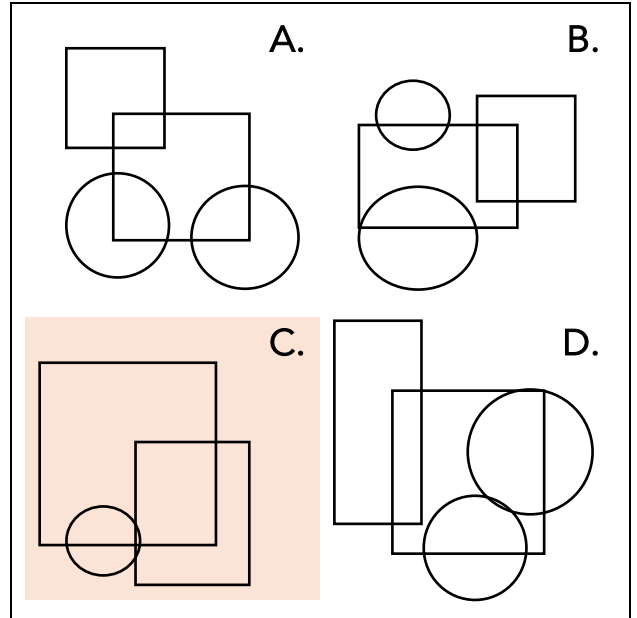
1. Indique cómo se puede deshacer el montón de cartas de fuera a dentro siguiendo el orden de las letras.

A, G, C, J, B, H, F, D, E, I.



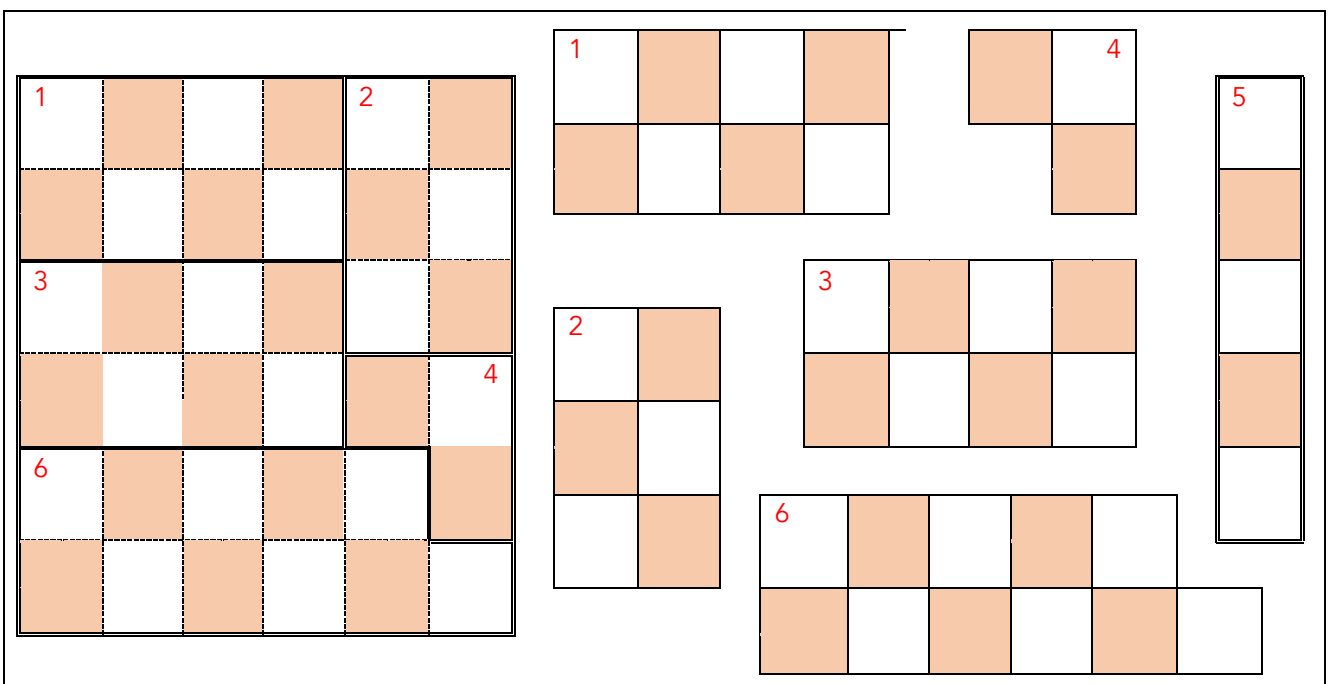
2. Señale cuál de las cuatro imágenes inferiores no guarda relación con las demás.

A. B. C. D.



3. Con 5 de las 6 piezas inferiores debe formar el tablero

de 6 x 6 casillas dibujado a la izquierda. ¿Cuál sobra? Pieza número 5



4. Coloree el camino que une la casilla superior izquierda con la casilla inferior derecha, restando 2 unidades en cada cuadro.

50	49	46	47	46	45	35	30	29	28	29	26
51	48	45	44	43	31	32	33	28	27	30	32
52	50	49	39	42	33	34	29	26	25	31	21
48	49	43	40	41	36	30	28	23	24	19	17
46	45	44	37	38	35	37	36	24	21	22	20

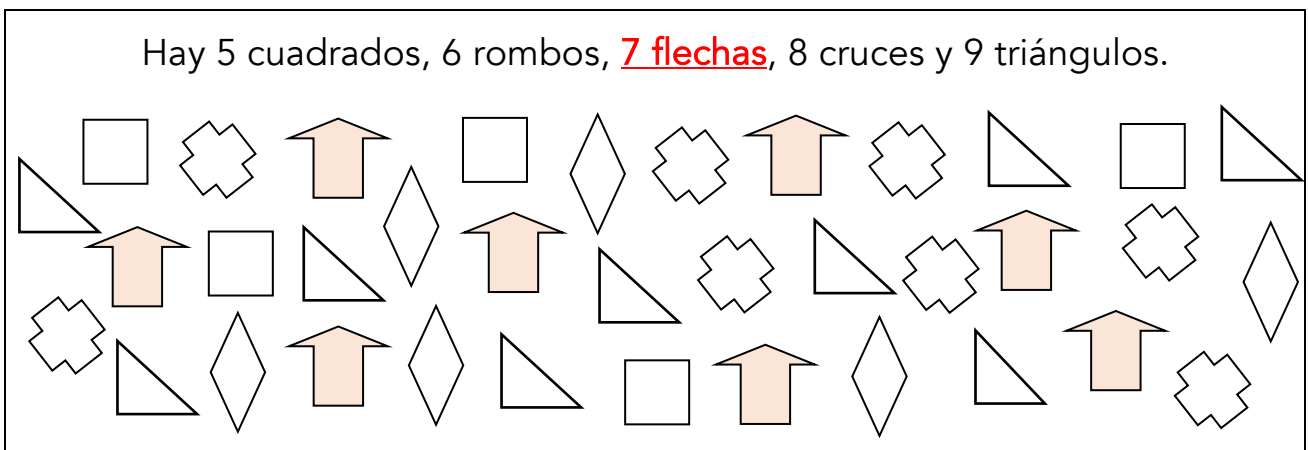
5. Encuentre una palabra que cumpla las siguientes condiciones:

Tiene más de 6 letras, no acaba en o, no lleva tilde y no contiene T, J, ni B.

Tormenta	Silencio	Almendra	Balance	Dibujar	Colchón
Bellota	Lástima	Pasillo	Intruso	Arbusto	Juguete
Intención	Jugoso	Fabuloso	Tuerca	Trabajo	Adelante
Propósito	Melón	Salmón	Lentitud	Pareja	Sentido
Armario	Fractura	Mendrugo	Suerte	Fábrica	Barco

6. Una de las afirmaciones del cuadro es falsa. Señale cuál.

Hay 5 cuadrados, 6 rombos, **7 flechas**, 8 cruces y 9 triángulos.



7. Escriba a la derecha de cada palabra otra opuesta (antónima).

Disgusto	<u>Alegría</u>	Caliente	<u>Frío</u>	Oscuro	<u>Claro</u>
Salado	<u>Soso</u>	Valor	<u>Miedo</u>	Rápido	<u>Lento</u>
Final	<u>Principio</u>	Ruido	<u>Silencio</u>	Agitado	<u>Tranquilo</u>
Ameno	<u>Aburrido</u>	Rugoso	<u>Liso</u>	Débil	<u>Fuerte</u>

8. Anote debajo de cada dibujo 5 palabras referidas al mismo.

				
<u>Casa</u>	<u>Armario</u>	<u>Chaqueta</u>	<u>Tren</u>	<u>Jarra</u>
<u>Ventanas</u>	<u>Cajones</u>	<u>Mangas</u>	<u>Humo</u>	<u>Agua</u>
<u>Tejado</u>	<u>Puertas</u>	<u>Bolsillos</u>	<u>Ruedas</u>	<u>Sed</u>
<u>Escalera</u>	<u>Ropa</u>	<u>Botones</u>	<u>Maquinista</u>	<u>Líquido</u>
<u>Hogar</u>	<u>Patas</u>	<u>Cuello</u>	<u>Viajeros</u>	<u>Cristal</u>

9. Quite una letra en cada fila para lograr palabras que se correspondan con la definición escrita a la derecha.

I N V A D Í A	Ocupaba por la fuerza
D I V I N A	Perteneciente a los dioses
D I V Á N	Asiento alargado para tumbarse
V I D A	Existencia
V I D	Planta cuyo fruto es la uva
I D	Caminad hacia allí
D	Cuarta letra del alfabeto