

1. Agua potable.

Años atrás las personas bebían agua de río, con el paso de los años empezaron a construir pozos para obtener agua.

El agua potable es la única bebida apta para el ser humano pues es necesaria para vivir.

Las características que esta debe tener son:

- ✓ Limpia y segura.
- ✓ Incolora.
- ✓ Inodora.
- ✓ Insípida.

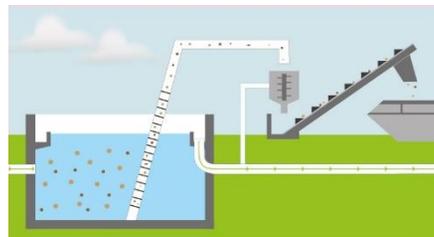


2. Potabilización del agua.

La potabilización es un proceso donde se eliminan bacterias, virus y sustancias tóxicas que contiene el agua, para que pueda ser consumida con seguridad.

Para realizar el procedimiento de potabilización se deben seguir los siguientes pasos:

- ✓ Pretratamiento: filtración de agua.
- ✓ Coagulación: se añaden ácidos y álcalis.
- ✓ Decantación: se filtran los restos que quedan.
- ✓ Filtración: se cuean las impurezas.
- ✓ Desinfección del agua: se añade cloro.
- ✓ Análisis: se analiza y verifica la seguridad del agua.



SESIÓN 3:

“HIDRÁTATE”



3. Agua embotellada.

El agua embotellada debe contener la fecha de caducidad en el empaque, de no ser así se debe considerar que la vida útil es de aproximadamente un año a partir de que se fabricó.

El envase debe contener algunas características como:

- ✓ Contar con una tapa que cierre perfecta y herméticamente.
- ✓ Debe estar hecho de materiales durables.
- ✓ Debe tener boca o cuello angosto para que se pueda servir sin riesgo de derrame.



4. Bebidas hidratantes.

Las bebidas hidratantes dan energía y reponen la pérdida de agua y sales minerales después de practicar alguna actividad física.

Existen distintos tipos de bebidas:

- ✓ Bebidas hipotónicas: contienen menos azúcar y electrolitos.
- ✓ Bebidas isotónicas: contienen la misma cantidad de azúcar y electrolitos.
- ✓ Bebidas hipertónicas: contienen más azúcar y electrolitos.

