



Te invitamos
a leer más

14.- Respuesta correcta: a)

Los **macronutrientes** son los componentes de los alimentos que proporcionan la energía necesaria para realizar la actividad física, mantienen el normal funcionamiento del organismo y proporcionan los componentes necesarios para el crecimiento y renovación celular de órganos, tejidos, hormonas, etc. Los macronutrientes ocupan volumen en los alimentos y se clasifican en 3 grupos: los hidratos de carbono, las proteínas y las grasas.

