



Te invitamos
a leer más

15.- Respuesta correcta: b)

Los **micronutrientes** son las *vitaminas* y los *minerales*. Estos se encuentran en los alimentos en cantidades muy pequeñas, apenas ocupan espacio y no proporcionan energía, pero sin embargo resultan imprescindibles para la transformación de los macronutrientes en el organismo; además los micronutrientes también realizan otras funciones, como por ejemplo son las estructurales (el hierro de la sangre, el calcio de los huesos, etc.).

MICRONUTRIENTES



Vitaminas **Minerales**