EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE N °10: Calculamos una alimentación saludable

¿Cuánta papa consume mi familia?

•				
	COMPETENCIA	PROPÓSITO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	
•				EVIDENCIA
•	Resuelve	Hoy aprenderás a	-Interpreta las relaciones de proporcionalidad entre magnitudes en	Explica los
3	problemas de	establecer relaciones de	situaciones cotidianas.	procedimientos de
	regularidad,	proporcionalidad entre	-Emplea estrategias de cálculo con la multiplicación y la adición con	resolución en las
	equivalencia y	los datos de las	números decimales en la resolución de problemas.	situaciones cotidianas
•	cambio.	magnitudes mencionadas.	-Explica los procedimientos de resolución en las situaciones cotidianas	presentadas.
			presentadas.	

Lee atentamente la siguiente situación

Isabel, al cambiarse de ropa, notó que sus prendas le quedaban muy ajustadas, por lo que pensó que debía cambiar de talla. Además, últimamente, ha sentido mucha pesadez. Isabel le cuenta lo ocurrido a sus padres y ellos dialogan con ella sobre lo que puede estar pasando y cómo puede mejorar dicha situación.

¡Uy! ¡Mami, mi ropa ya no me queda! ¿No sé qué pasó? ¿Qué haré ahora? Hija, en estos últimos meses, te he visto comiendo muchas papas fritas y snacks. Lo mejor será que dejes de comerlos. Isabel, la papa tiene mucho valor nutritivo, por eso es necesario incluirla en nuestra dieta, a fin de asegurar una alimentación saludable con este alimento. Nosotros consumimos diferentes tipos de papa, pero también debemos reflexionar sobre la mejor forma de consumirla.

Juan, el padre de Isabel señala que el consumo mensual de papa por cada peruano es 7,4 kg. A raíz de la situación que Isabel le comentó, Juan y su esposa reflexionaron sobre cómo han estado consumiendo la papa en la dieta diaria de los seis integrantes de su familia y, a partir de ello, han decidido investigar cuál es la forma apropiada de consumirla, de manera que puedan obtener el valor nutricional necesario de este alimento, con el fin lograr una alimentación saludable. Así, Juan le mostró a Isabel unas tablas comparativas con algunos datos sobre el valor nutricional de las papas que suelen consumir en casa.

Nutrientes por cada 100 gramos de papa

Tipo de papa	Energías (kcal)	Grasas	Carbohidratos	
Blanca	97	0,1 g	22,4 g	
Amarilla	103	0,5 g	23,7 g	

Costo de 1 kg de papa

Tipo de papa	Costo (S/)		
Blanca	1,20		
Amarilla	2,50		

Reto 1

Si una persona consume aproximadamente 7,4 kg de papa al mes, ccuál será el consumo de una familia conformada por 6 integrantes? Para esto, elabora una tabla de proporcionalidad. Explica tu respuesta

Ahora, con esta información, representaremos los datos del consumo de papa que tuvo la familia de Isabel durante un mes.

Consumo de papa de la familia de Isabel durante un mes

Integrantes	1	2	3	4	5	6
kg de papa	7,4	14,8				

Calculamos el consumo mensual de papa de la familia de Isabel.

7,4 kg de papa × 6 = _____ consumo mensual de kg _____



esponde: Si una persona consume provincia de la familia de Isabel por la compra de apas, tanto blancas como amarillas? Costo de 1 kg de papa Costo de 1 kg de papa Costo de 1 kg de papa Tipo de papa Costo (S/) Blanca 1,20 Amarilla 2,50
roximadamente 7,4 kg de papa al nes, ¿cuál será el consumo de una nilia conformada por 6 integrantes? Explica Costo de 1 kg de papa Egún las tablas comparativas que le mostró Juan a su hija Isabel, suál es el gasto anual de la familia de Isabel por la compra de Tipo de papa Costo (S/) Blanca 1,20
roximadamente 7,4 kg de papa al nes, ¿cuál será el consumo de una nilia conformada por 6 integrantes? Explica Costo de 1 kg de papa egún las tablas comparativas que le mostró Juan a su hija Isabel, suál es el gasto anual de la familia de Isabel por la compra de Tipo de papa Costo (S/) Blanca 1,20
roximadamente 7,4 kg de papa al nes, ¿cuál será el consumo de una nilia conformada por 6 integrantes? Explica Costo de 1 kg de papa Egún las tablas comparativas que le mostró Juan a su hija Isabel, suál es el gasto anual de la familia de Isabel por la compra de Tipo de papa Costo (S/) Blanca 1,20
roximadamente 7,4 kg de papa al nes, ¿cuál será el consumo de una nilia conformada por 6 integrantes? Explica Costo de 1 kg de papa Egún las tablas comparativas que le mostró Juan a su hija Isabel, suál es el gasto anual de la familia de Isabel por la compra de Tipo de papa Costo (S/) Blanca 1,20
roximadamente 7,4 kg de papa al les, ¿cuál será el consumo de una illia conformada por 6 integrantes? Explica Costo de 1 kg de papa Egún las tablas comparativas que le mostró Juan a su hija Isabel, uál es el gasto anual de la familia de Isabel por la compra de Tipo de papa Costo (S/) Blanca 1,20
roximadamente 7,4 kg de papa al les, ¿cuál será el consumo de una pilia conformada por 6 integrantes? Explica Costo de 1 kg de papa Egún las tablas comparativas que le mostró Juan a su hija Isabel, uál es el gasto anual de la familia de Isabel por la compra de Tipo de papa Costo (S/) Blanca 1,20
roximadamente 7,4 kg de papa al les, ¿cuál será el consumo de una pilia conformada por 6 integrantes? Explica Costo de 1 kg de papa Egún las tablas comparativas que le mostró Juan a su hija Isabel, uál es el gasto anual de la familia de Isabel por la compra de Tipo de papa Costo (S/) Blanca 1,20
roximadamente 7,4 kg de papa al nes, ¿cuál será el consumo de una nilia conformada por 6 integrantes? Explica Costo de 1 kg de papa Egún las tablas comparativas que le mostró Juan a su hija Isabel, suál es el gasto anual de la familia de Isabel por la compra de Tipo de papa Costo (S/) Blanca 1,20
regún las tablas comparativas que le mostró Juan a su hija Isabel, suál es el gasto anual de la familia de Isabel por la compra de
uál es el gasto anual de la familia de Isabel por la compra de
uál es el gasto anual de la familia de Isabel por la compra de Blanca 1,20
pas, tanto blancas como amarillas? Amarilla 2,50
de kilogramos de papa blanca comprada con los meses del año. Cantidad de 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
meses
Gasto por la 159,84 213,12 266,4
papa blanca
cantidad de kilogramos de papa blanca que compra la familia de Isabel es S/ .
cantidad de kilogramos de papa blanca que compra la familia de Isabel es S/ Sabemos que el consumo mensual de papa de la familia, en kilogramos, es 44,4. Si el costo de la papa amarilla es S/2,50, entonces: 44,4 × 2,50 = S/ Elaboramos la tabla de proporcionalidad que relacione las magnitudes de gasto en soles por la cantidad de kilogramos de papa amarilla comprada con los meses del año. Cantidad de 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
Sabemos que el consumo mensual de papa de la familia, en kilogramos, es 44,4. Si el costo de la papa amarilla es S/2,50, entonces: 44,4 × 2,50 = S/

ċQué tip	oo de papa es recomendable consumir para tener una alimentación saludable?	
<i>ċ</i> Resulta	económico el consumo de papa para tu familia como parte de una alimentación saludable	2
xplica.		
		

CRITERIOS PARA EVALUAR MIS APRENDIZAJES	LO LOGRÉ	LO ESTOY INTENTANDO	NECESITO APOYO
Interpreté las relaciones de proporcionalidad entre magnitudes en situaciones cotidianas.			
Empleé estrategias de cálculo con la multiplicación y la adición con números decimales en la resolución de problemas.			
Expliqué los procedimientos de resolución en las situaciones cotidianas presentadas.			