



Capítulo

7: Taller de Compresión Lectora



- **Subraye y realice sumillas del siguiente texto, luego realice un resumen del texto.**

Texto 1

Es recomendable endulzar las bebidas o recetas con miel de abeja, ya que esta miel contiene los azúcares necesarios que nos darán calorías. La miel de abeja oscura y cruda, sin procesar, contiene más vitaminas que las de colores claros, y también más minerales. Además, hay alguna evidencia de que la glucosa presente en la miel ayuda en la absorción de minerales como el calcio y el zinc.

Se recomienda endulzar las bebidas o recetas con miel de abeja, por sus contenido y beneficios.





El color y sabor de la miel de abeja no se deriva de las abejas, sino de la fuente de la que las abejas extraen el néctar. Las flores más comunes de las que las abejas extraen el néctar para fabricar miel son: el trébol, la flor de naranja, la salvia, la alfalfa, el diente de león, el tomillo y la frambuesa, entre otras.

Depende del néctar de las flores el sabor de la miel.





Pese a que la miel de abeja ofrece muchas bondades, un consejo que se les da a las madres de niños menores de un año es no dársela en sus bebidas ni en su chupón, ya que la miel de abeja puede contener una bacteria que causa una enfermedad llamada botulismo infantil, que es muy rara, pero que tiene muchos casos documentados. Sin embargo, después del primer año de vida, el sistema inmune del niño ya se ha desarrollado más y el organismo mata la bacteria fácilmente cuando está presente, sin peligro. Por lo tanto, se les puede dar la miel a niños mayores de un año.

No es recomendable la miel de abeja para menores de un año, por la posibilidad del botulismo infantil.

