

## Vitamine D

In een tijdschrift staat:

Ultraviolet licht heeft een gezonde uitwerking op je lichaam. Als je in de zon loopt, komt er ultraviolette straling op je huid. Door deze straling maakt je huid vitamine D aan.

Vitamine D zorgt ervoor dat calcium in de darmen wordt opgenomen in het bloed.

In het lichaam zorgt vitamine D voor de aanmaak van botcellen.

- 2p 8 Vitamine D is een voedingsstof die behoort tot de groep vitamines.  
→ Noem nog twee andere groepen voedingsstoffen.

groep 1: .....

groep 2: .....

- 1p 9 Voedingsstoffen kunnen verschillende functies hebben. Ze kunnen dienen als brandstof, als bouwstof, als beschermende stof of als reservestof. In het menselijk lichaam hebben vitamines twee van deze functies.  
→ Geef in de tabel met een kruisje **één** van deze twee functies aan.

	functie van vitamines
beschermende stof	
bouwstof	
brandstof	
reservestof	

- 1p 10 Vitamine D wordt ook opgenomen via de voeding. Waar in het lichaam worden vitamines opgenomen in het bloed?
- A in de slokdarm
  - B in de dunne darm
  - C in de dikke darm