

# Solució d'avui 6 de setembre de 2026 del Wordle

Publicat: 6 de setembre de 2026 | Autor: Carles

---

Aquí trobaràs les pistes i la **solució d'El Mot del Dia** d'avui (06/09/2026) —el joc diari de paraules catalanes—. Pots llegir les pistes per nivells —de la més general a la gairebé reveladora— o anar directament a la resposta final. També trobaràs el significat complet de la paraula.

## Pistes del Wordle El Mot de 06/09/2026

Et donaré **5 pistes** en ordre de menys a més concretes perquè encertis el mot d'avui. Llegeix-les pas a pas i pensa bé abans d'intentar endevinar-lo!

### 🔍 Pista 1 - Categoria General

**pensa en** una substància d'origen vegetal que no es digereix completament pel nostre cos; **imagina que** és la part de les plantes que ajuda el trànsit intestinal i no és ni greix ni proteïna.

### 🔍 Pista 2 - On la trobes

La trobes sobretot en la pell, la polpa i les membranes de fruites, verdures, llegums, cereals integrals i fruits secs; és abundant en aliments vegetals sense processar.

### 🔍 Pista 3 - Característiques

És majoritàriament carbohidrat no assimilable que pot ser soluble (gèlid) o insoluble (estructural), i resisteix l'acció d'enzims digestius humans.

### 🔍 Pista 4 - Ús comú

La seva funció principal en la dieta és regular el trànsit intestinal, augmentar la sacietat i alimentar la flora intestinal; es recomana augmentar-la per a una digestió saludable.

### 🔍 Pista 5 - Pista molt concreta

Quan l'ingereixes, part d'ella fermenta en el còlon produint àcids grassos de cadena curta que beneficien les cèl·lules intestinals; no la confonguis amb vitamines ni minerals.

## Solució de El Mot del dia 06/09/2026

🔗 Fes clic per veure la solució 🔗

La paraula de El Mot d'avui és:

F

I

B

R

A

## Què significa "fibra"

En català, **fibra** significa principalment una estructura filiforme o element resistent que forma teixits o materials; en context alimentari, s'usa per referir-se a la fracció dels aliments que no és digestible i que afavoreix el trànsit intestinal i la salut digestiva.

Fibra prové del llatí **fibra**, que vol dir fil o filament, i el terme s'ha mantingut en informació tècnica i quotidiana per descriure tant materials tèxtils com components dietètics.

Per exemple: **fibra** dietètica soluble com la pectina s'utilitza per regular el colesterol, i **fibra** insoluble com la cel·lulosa ajuda a prevenir el restrenyiment.

## I ara què? Explica'm com t'ha anat

Tant si la paraula t'ha semblat immediata com si t'has quedat encallat, **explica'm als comentaris** si ja la coneixies i quants intents vas necessitar; m'interessa saber si les pistes t'han ajudat o si et van fer falta més ajudes. Comparteix una línia amb la teva experiència i, si vols, quina estratègia vas provar. Ens veiem demà amb una altra paraula.

