



Universidad del Sureste
Licenciatura en Medicina



Humana Materia:

Epidemiología I

Trabajo:

Rotafolió: Nutrición, Salud y Bienestar

Docente:

Dr. Culebro Castellano Cecilo

Alumna:

Espinosa Alfonso Margarita del Carmen

Semestre y grupo:

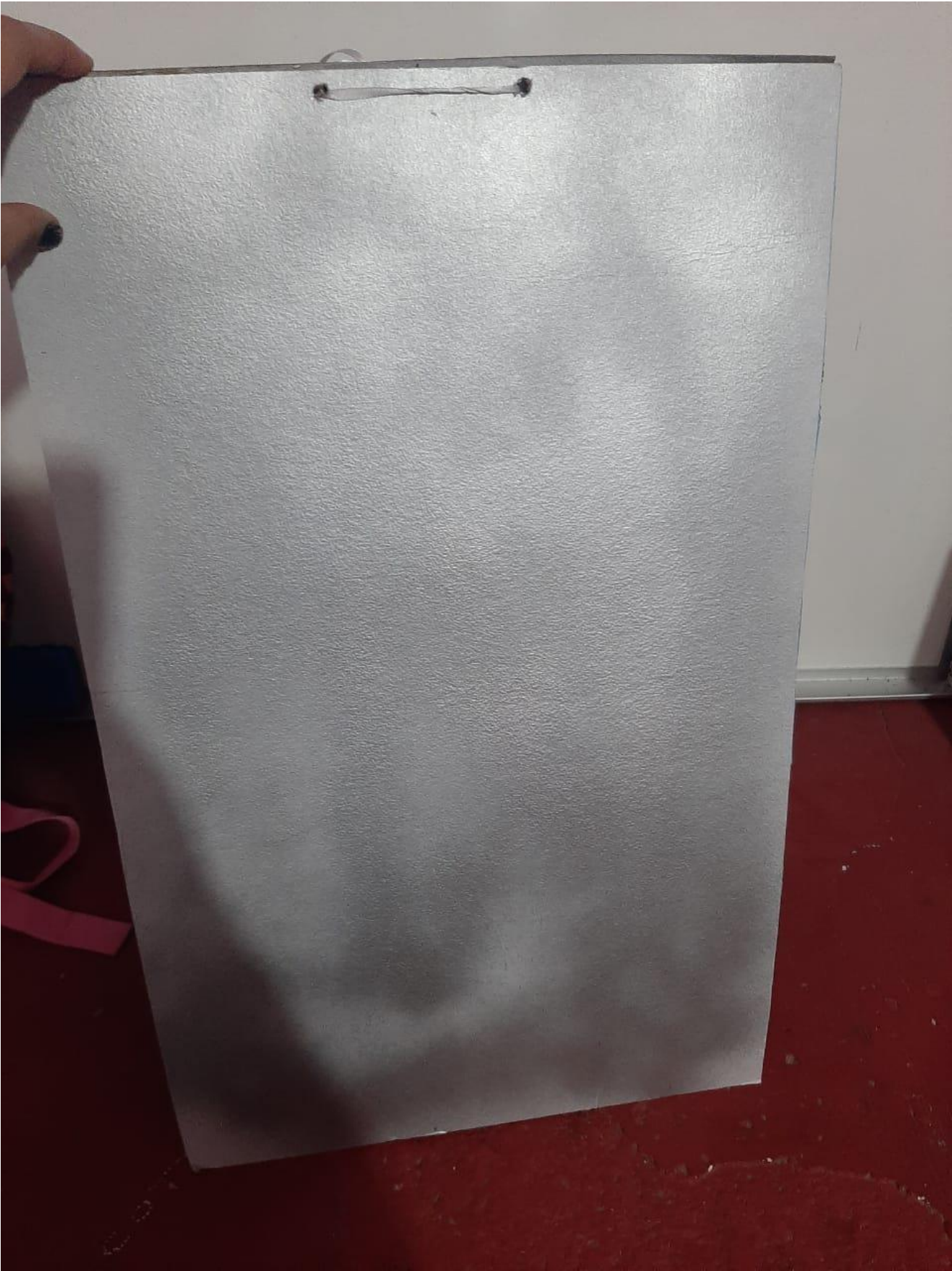
2° "A"

Comitán de Chiapas a 04 de Julio del 2020



Materiales:

- Papel cascaron
- Hojas de colores recicladas
- Hojas blancas recicladas
- Aerosol color plateado
- Hojas de libreta
- Plumones de colores
- Cartulinas color blancas



NUTRICIÓN

Es la ingestión de alimentos con las necesidades dietéticas del organismo.

PLATO DEL BUEN COMER

Es una guía informativa que te muestra cuáles son las bebidas saludables y la cantidad de líquidos que se recomienda consumir al día.

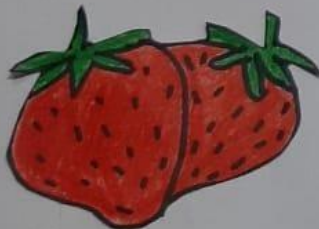
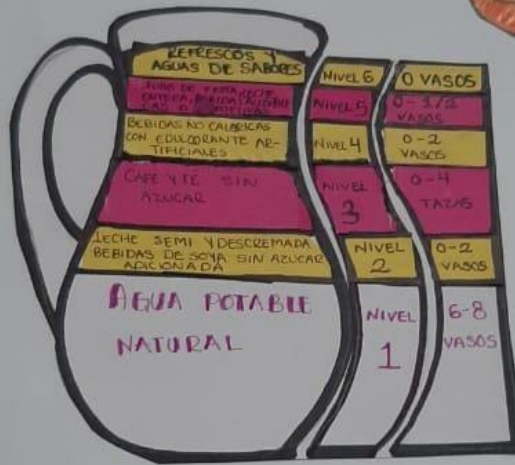


LA JARRA DEL BUEN BEBER

Es una guía de alimentación que forma parte de la Norma Oficial Mexicana para la promoción y prevención para la salud en la materia alimentaria.



LIMÓN



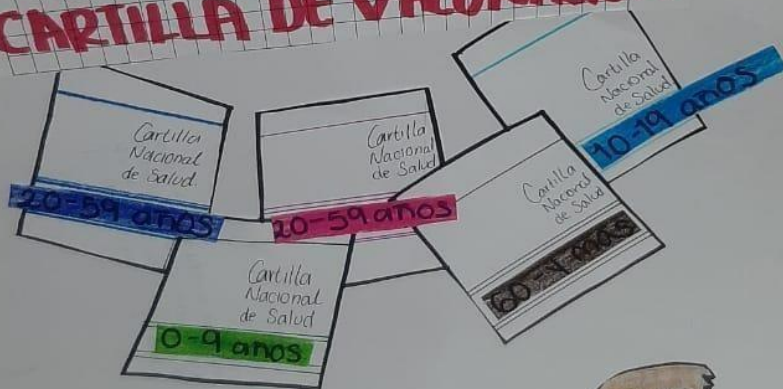
FRESAS



SALUD

ES UN ESTADO DE COMPLETO BIENESTAR FÍSICO, MENTAL Y SOCIAL, Y NO SOLO LA AUSENCIA DE AFECCIONES O ENFERMEDADES.

CARTILLA DE VACUNACIÓN



ÍNDICE DE MASA CORPORAL

SEXO
EDAD
ALIMENTACIÓN
ANTECEDENTES
HEREDOFAMILIARES.



BIENESTAR

Es un estado en el cual todas las personas gozan en forma oportuna y permanente.

#Físico #Social
#Económico



✓ Sobrepeso y Obesidad.

✓ Estrés

✓ Depresión y Ansiedad.



