

NOMBRE DE ALUMNA: ADRIANA GUADALUPE ALBORES VENTURA.

CATEDRATICO: MARCOS JHODANY ARGUELLO GALVEZ

NOMBRE DEL TRABAJO: SUPER NOTA OBESIDAD

MATERIA: SALUD PUBLICA

CUATRIMESTRE: 3º

GRUPO: A

LIC. EN ENFERMERÍA

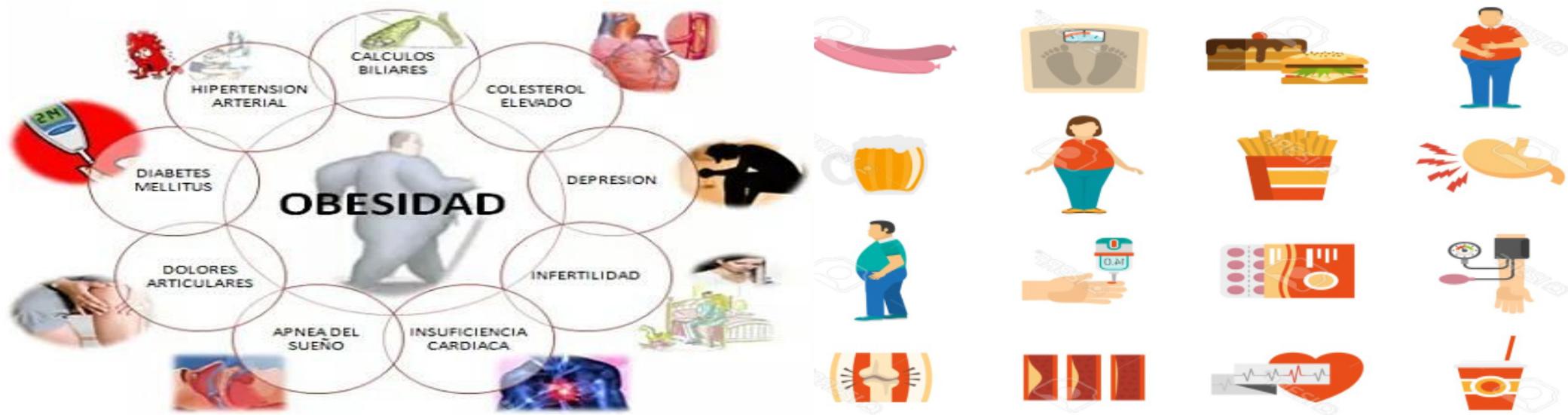
PASIÓN POR EDUCAR

COMITÁN DE DOMÍNGUEZ CHIAPAS A 27 DE JULIO DE 2020

Cantidad excesiva de grasa

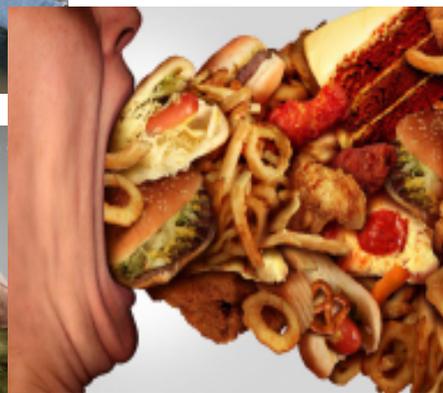


OBESIDAD
Problema medico que aumenta tu riesgo de enfermedades y problemas de salud



Es el resultado de una combinación de factores hereditarios con el entorno, dieta personal y las opciones de ejercicio.

Es sin duda una apuesta por mantener unos hábitos de vida adecuados y lograr un equilibrio calórico que se mantenga a lo largo de toda la vida



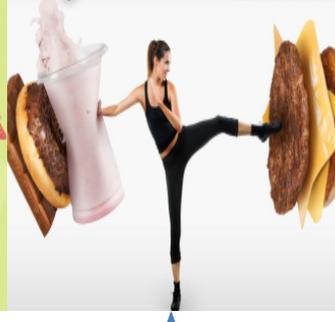
Lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses



Lactancia materna unida a alimentación complementaria hasta los 2 años



HOMBRES 3 litros
MUJERES 2.2 litros



LA PREVENCIÓN ES LA MANERA MAS VIABLE PARA PONER FRENO A LA EPIDEMIA DE OBESIDAD

BIBLIOGRAFÍA

https://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood_what_can_be_done/es/

<https://canaldiabetes.com/10-consejos-para-reducir-la-obesidad/>