



**Nombre de alumno (a): Mónica Suset  
Albores Cruz.**

**Nombre del profesor: Alfredo Agustín  
Vázquez Pérez.**

**Nombre del trabajo: Experiencia sobre  
el vídeo.**

**Materia: nutrición**

**Grado: 3°**

**Grupo: A**

## **Prevención de la obesidad.**

La experiencia que tuve al desempeñarme en el video no fue del todo mi agrado, confieso que pues no soy una experta en grabar o en dirigirme con claridad ante una cámara pero si estoy segura que hice mi mayor esfuerzo por que todo quedara bien, por hacer llegar el mensaje que quería, considero que fue una actividad bastante dinámica y agradable, fue una experiencia peculiar, mi tema fue prevención de la obesidad y como video informativo tendría que guiar a las visitas a saber llevar un vida sana y saludable, previniendo caer en la obesidad y en los factores de riesgo que esta puede contraer, la carrera se basa en promoción a la salud y es una de las cosas que nosotros debemos manejar a la perfección, hacer una explicación clara y concisa de lo que se quiere lograr o dejar en claro, los temas fueron variados y algunos repetidos, pero todos tuvimos nuestra manera de explicar, de darnos a entender y de promover la salud a las personas que nos vieron. Para terminar, el video fue una nueva manera de aprender a dar un concejo, información y promover la salud, ya que es el objetivo de esta tarea o actividad, espero haber cumplido con los requisitos del cotejo de la actividad planteada.