

1.- ¿Cuáles son las leyes de alimentación normal según el Dr. Escudero?

- **Cantidad**: Debe ser suficiente para cubrir las exigencias calóricas del organismo y mantener el equilibrio.

- **Calidad**: El régimen de alimentación debe ser completo en su composición para ofrecer al organismo todas las sustancias que la integran.

- **Armonía**: La diversidad de los principios nutritivos que integra la alimentación debe tener de proporción de 50-60% hidratos de carbono, 10-15% proteína y 25-30% grasa.

- **Adecuación**: La alimentación estará suspendida a su adecuación con respecto al organismo.

2.- ¿Cuáles son las características de la alimentación según la NOM-043?

- **Completa**: Que contenga todos los nutrimentos que se recomienda incluir en cada comida de los 3 grupos alimentarios.

- **Equilibrada**: Los nutrimentos poseen proporciones apropiadas entre todos.