



Mi Universidad

INTRODUCCIÓN A LA NUTRICIÓN

NOMBRE. ANDREA ALTUZAR VILLATORO

GRADO. 1

GRUPO. A

NÚMERO DE LISTA. 1

ACTIVIDAD. SÚPER NOTA

TEMA. GUÍAS ALIMENTARIAS

FEHA. 26 DE NOVIEMBRE 2021

Guías alimentarias

Guías alimentarias son la expresión de recomendaciones nutricionales en términos de alimentos y dietas.



Origen
Fueron creadas en marzo de 1995 por la FAO y la OMS.

Proposito
Educar y guiar las políticas nacionales de alimentación y nutrición.



Se basaron de acuerdo a las necesidades sociales, económicas, medioambientales, culturales y agrícolas.

1 paso de la elaboración

Consiste en la selección de información, las pruebas y la elaboración de recomendaciones factibles.



2 paso de la elaboración

Es la definición de los objetivos que se quieren lograr.

3 paso de la elaboración

Es en donde se hacen las correcciones y ajustes necesarios.



4 paso de la elaboración

Se realiza la validación de toda la información y posteriormente un ensayo.

5 paso de la elaboración

Consiste en la
elaboración de las guías
técnicas.



BIBLIOGRAFÍA

GUIAS ALIMENTARIAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA. ACADEMIA NACIONAL DE MEDICINA, MÉXICO. 2013, 2014. CAPÍTULO 1. RECUPERADO EL 23 DE MARZO DEL 2021.