

EDUCACION EN NUTRICION

16/10/2021

NEFI ALEJANDRO GORDILLO | AZUCENA CARRANZA

EDUCACION EN NUTRICION

QUE ES UN ROTAFOLIO

Características

Un rotafolio o paleógrafo es un instrumento usado para la presentación

Los pliegos conforman una sucesión seriada y coordinada de láminas, gráficos o texto

exposiciones

explicaciones dialogadas u observaciones

resultado de investigaciones

facilita la interacción y el debate

Según la disposición de las hojas se clasifica en

rotafolio simple

rotafolio de hojas invertidas

rotafolio doble

rotafolio tipo libro

Según el lugar dónde se lo use se clasifica en

De pared

De caballete

De escritorio

tratar todos los puntos básicos

son un material de uso directo

textos cortos, figuras claras y concretas

Elección de temas para educación nutricional

Una dieta adecuada a nuestras necesidades puede considerarse como uno de los soportes permanentes en el mantenimiento o recuperación de la salud y el desayuno, como una comida más del día, contribuye notablemente al resultado final de lo que podemos entender por una alimentación equilibrada.

Un desayuno adecuado reafirma ya desde la mañana el compromiso

tipo de vida saludable

físicos o intelectuales

Dieta equilibrada, prudente o saludable

abundancia de alimentos disponibles

elección de la dieta adecuada

macronutrientes

micronutriente

La moderación en las cantidades consumidas

evitar la obesidad y sus consecuencias

comer por una

necesidad biológica

por placer

dieta equilibrada será aquella que además de ser sana, nutritiva y apetecible contribuya también a prevenir las enfermedades crónicas degenerativa