



DOLORES HORTENCIA DOMINGUEZ LOPEZ


FISIOLOGIA

DOC. JULIO ANDRES

SUPER NOTA
DE EPIDEMIOLOGIA

**11.-Análisis para el diagnóstico en el diseño de estrategias, proyectos,
programas y políticas nutricionales**
11.1 Información alimentaria Información nutricia.





11.-Análisis para el diagnóstico en el diseño de estrategias, proyectos, programas y políticas nutricionales

11.1 Información alimentaria Información nutricia.

¿Cuál es el contenido nutricional de los alimentos?

El valor nutricional se compone de macronutrientes esenciales: proteínas, grasas e hidratos de carbono, de micronutrientes como vitaminas y minerales y de los valores energéticos que nos aporta el alimento.

el plan nutricional en 4 pasos

- 1 Tener en cuenta el historial médico. ...
- 2 Hacer un cálculo de los requerimientos calóricos de cada persona. ...
- 3 Establecer un plan basado en la variedad y distribución adecuada de los alimentos. ...
- 4 Ajustar la alimentación a cada circunstancia y momento

11.1 información alimentaria, información nutricional
La información nutricional de los alimentos suele aparecer en el anverso del paquete del producto. En algunos casos, también aparece en la parte delantera del envase. Aquí figura el valor energético, las grasas, grasas saturadas, los azúcares y la sal

11. analisis para el diagnosticos en el diseño de estrategias, proyectos, programas y politicas nutricionales

En la evaluación personalizada de tu estado nutricional recogeré información de datos personales, hábitos sociales, hábitos alimentarios, medidas antropométricas, historial clínico, fotografías actuales y frecuencia de consumo de alimentos para poder iniciar tu estudio y análisis personalizado.