



## **Cuadro Sinóptico**

*Nombre del Alumno: Francisco Eduardo Albores Alfaro*

*Nombre del tema: Diseño y planificación De Dietas Saludables*

*Parcial: Tercer Parcial*

*Nombre de la Materia: Trastornos De La Cultura Alimentaria*

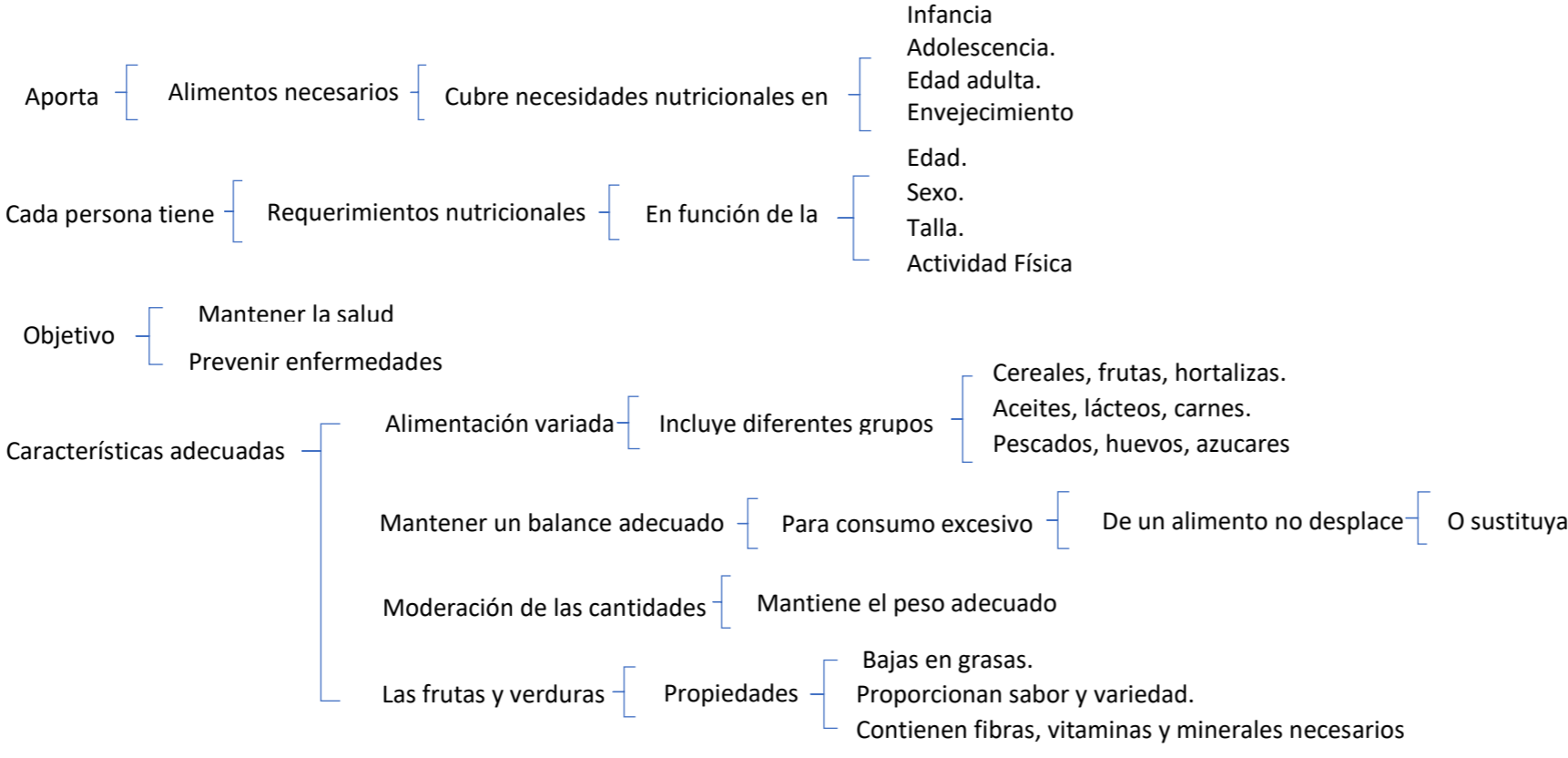
*Nombre del profesor: María De Los Ángeles Venegas*

*Nombre de la Licenciatura: Nutrición*

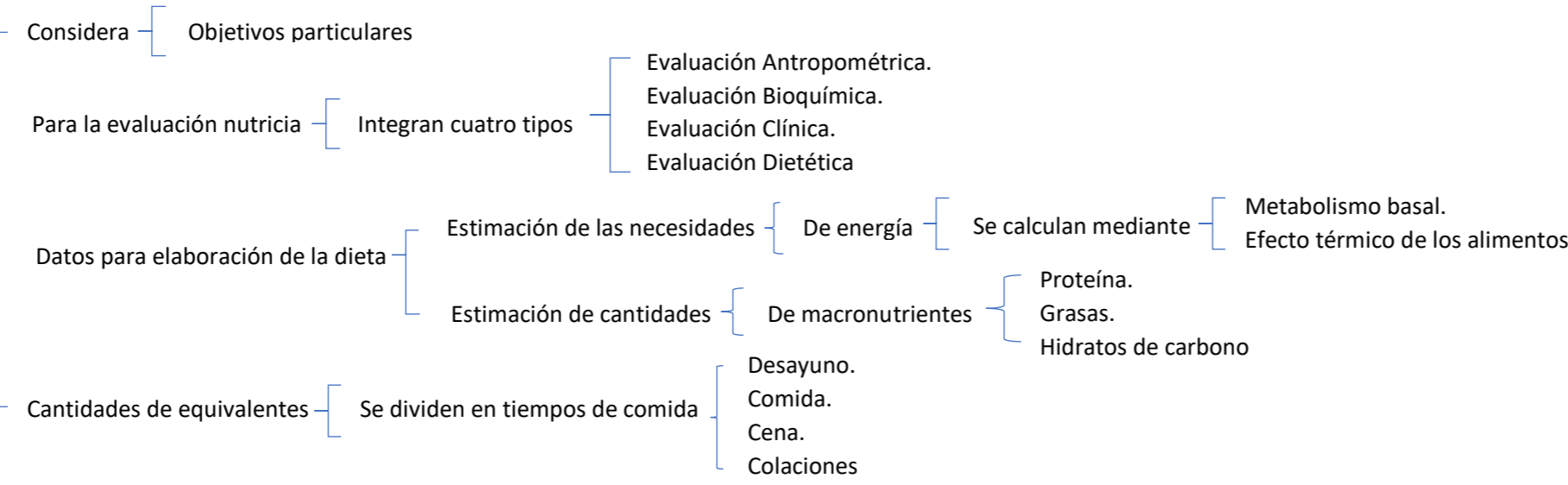
*Cuatrimestre: Noveno Cuatrimestre.*

DISEÑO Y PLANIFICACIÓN DE DIETAS SALUDABLES

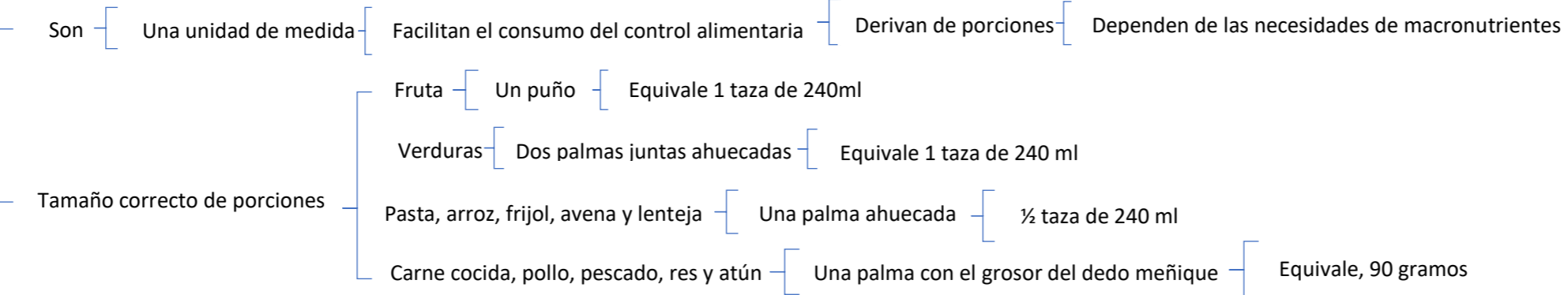
La dieta saludable



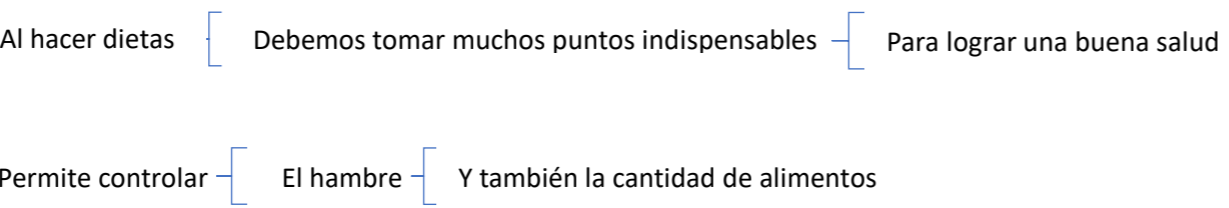
Criterios para establecer un plan de dietas



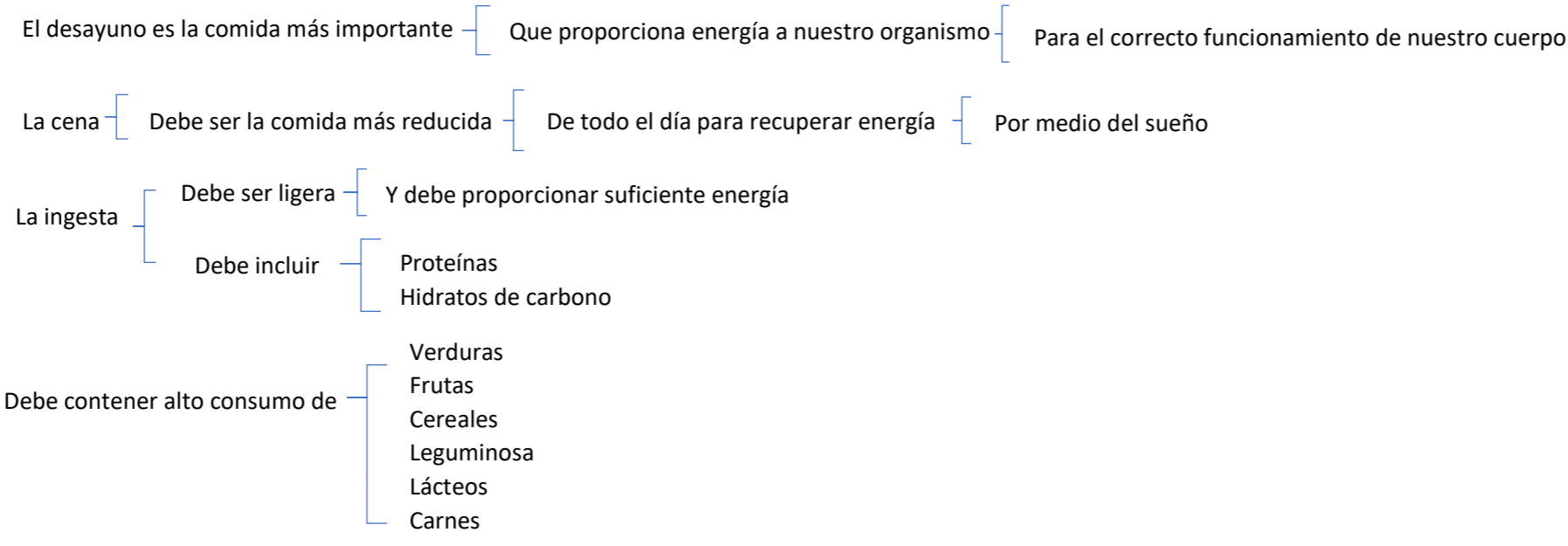
Los tamaños de las porciones



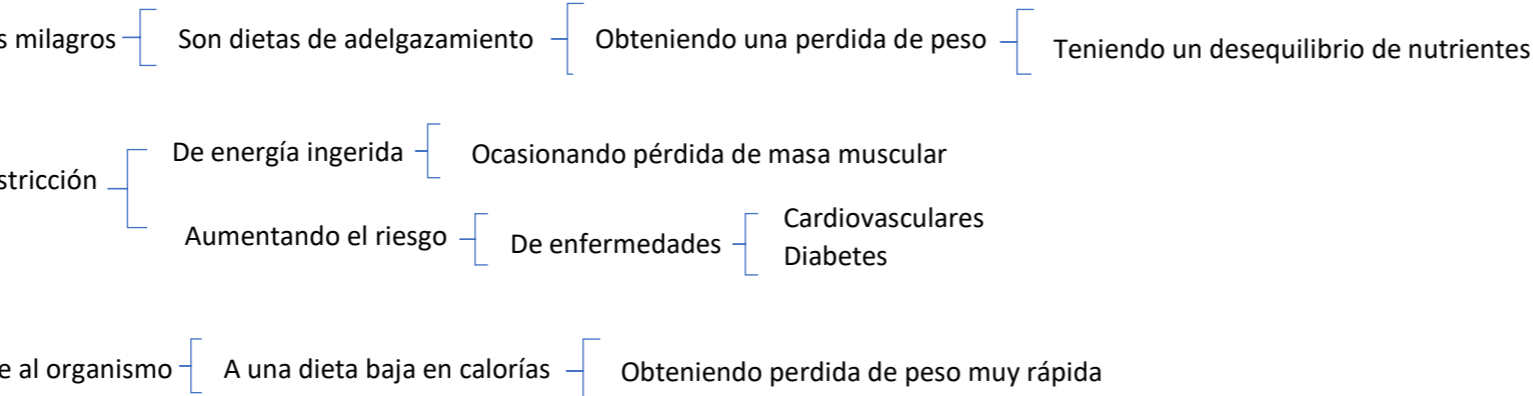
El plan de dietas y su expresión



Los consumos de alimentos en las diferentes horas del día



Dietas mágicas o exóticas



Bibliografía  
UDS. (2022). Diseño Y Planificación De Dietas Saludables. Antología De Trastornos De La Cultura Alimentaria. Pág. 71-82