



Mi Universidad

SUPER NOTA

Nombre del Alumno: Mario Alberto Velasco Vazquez

Parcial: 1

Nombre de la Materia: Epidemiología

Nombre del profesor: María del Carmen López Silba

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 4

INFORMACIÓN ALIMENTARIA.

La alimentación saludable es aquella que aporta a cada individuo todos los alimentos necesarios para cubrir sus necesidades nutricionales, en las diferentes etapas de la vida (infancia, adolescencia, edad adulta y envejecimiento), y en situación de salud.

Recomendaciones de Alimentación:



Para mantener la salud y prevenir la aparición de muchas enfermedades hay que seguir un estilo de vida saludable.

Cada persona tiene unos requerimientos nutricionales en función de su edad, sexo, talla, actividad física que desarrolla y estado de salud o enfermedad.



DIABETES

Conoce sus síntomas



En caso de presentar síntomas específicos relacionados con la enfermedad o el tratamiento, debes dirigirte al apartado de recomendaciones dietéticas específicas.

Bibliografía

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/bf2da95ccbc8672e2a99a5af5c363984-LC-LEN404%20EPIDEMIOLOGIA.pdf>