



**Nombre de alumno: Heberto Emmanuel Domínguez Maldonado**

**Nombre del profesor: María del Carmen López**

**Nombre del trabajo: súper nota**

**Materia: enfermería comunitaria**

**Grado: séptimo cuatrimestre**

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.



Aspectos de seguridad alimentaria

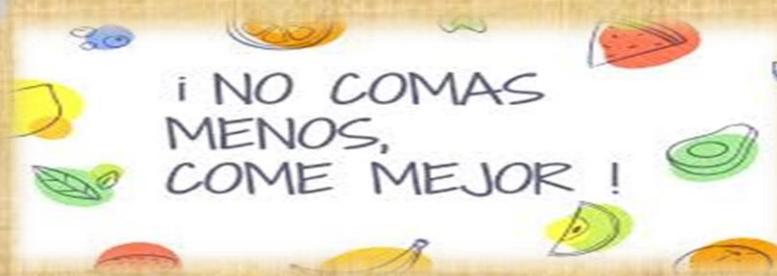
Los alimentos presentan un medio de cultivo ideal para el crecimiento de ciertos microorganismos, bacterias, esporas, etc. Debido a su presencia en los alimentos, se pueden dividir en las estructuras internas del alimento o incorporar a los alimentos debido a su procesado o manipulación.



mecanismo de transmisión de enfermedades.

Se deben a la ingestión de alimentos contaminados por microorganismos o sustancias químicas. La contaminación de los alimentos puede producirse en cualquier etapa del proceso que va de la producción al consumo de alimentos de la granja al tenedor y puede deberse a la contaminación ambiental.

**Alimentación saludable.**



Principios generales de la higiene alimentaria.

Estos principios generales establecen una base sólida para asegurar la higiene de los alimentos y deberían aplicarse junto con cada código específico de prácticas de higiene, cuando sea apropiado, y con las directrices sobre criterios microbiológicos.

