



Nombre del alumno:

Leticia Desiree Morales Aguilar

Nombre del tema: INFOGRAFÍAS, plato del buen comer y pirámide de hidratación.

Parcial : II

Nombre de la Materia: Epidemiología.

Nombre del profesor: Dr Rodrigo Manuel Bravo Lopez.

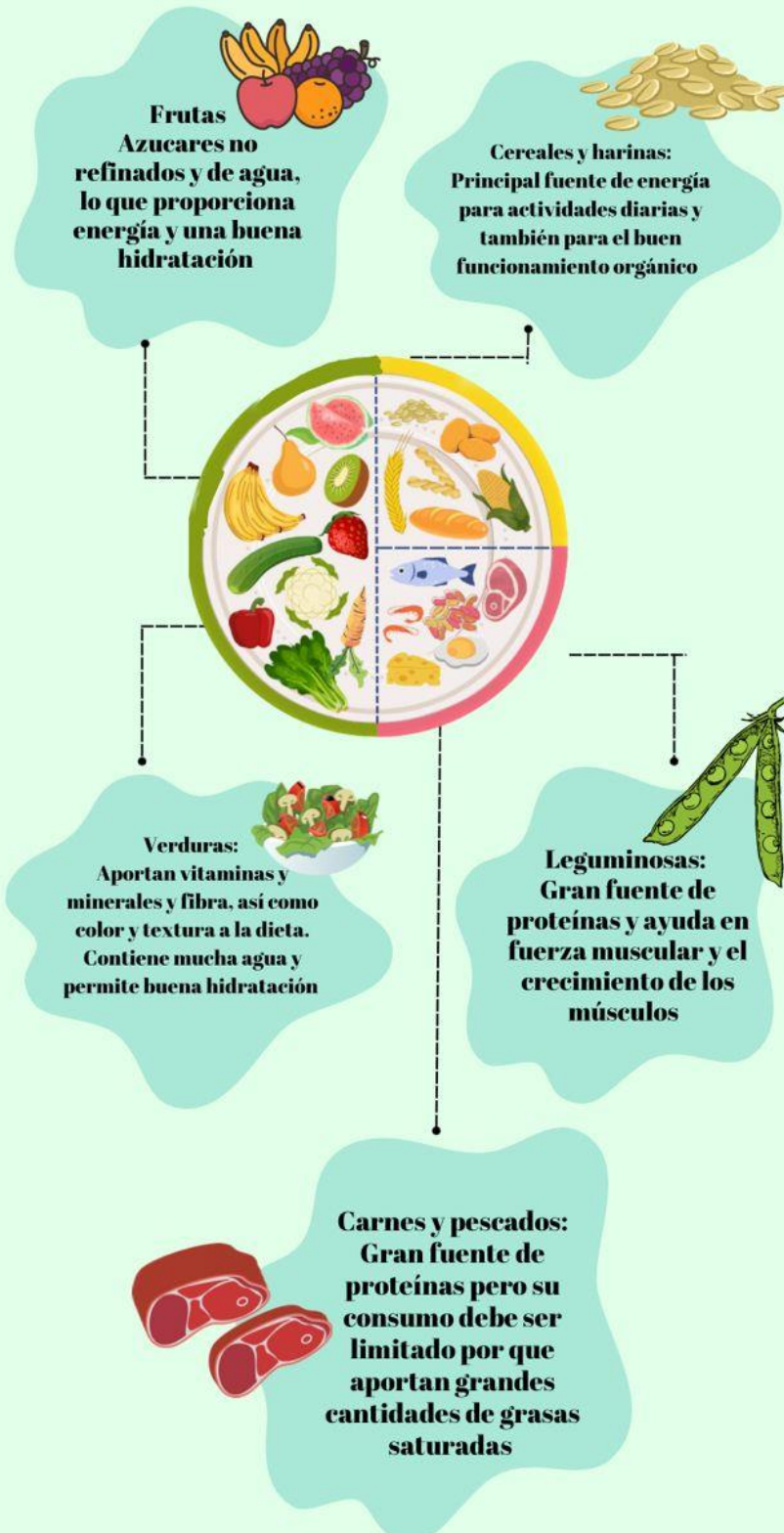
Nombre de la Licenciatura: Medicina Humana

2° Semestre

PLATO DEL BUEN COMER

Leticia Desiree Morales Aguilar

Que es el plato del buen comer:
es una guía de alimentación que forma parte de la Norma Oficial Mexicana (NOM), para la promoción y educación para la salud en materia alimentaria.



PIRÁMIDE DE HIDRATACIÓN

¿QUE ES LA PIRÁMIDE DE HIDRATACIÓN?

ES UN BUEN RECURSO QUE, DE FORMA GRÁFICA, MUESTRA NO SÓLO LA CANTIDAD SINO TAMBIÉN, LA CALIDAD Y EL TIPO DE LOS LÍQUIDOS RECOMENDADOS PARA CONSEGUIR UNA HIDRATACIÓN ADECUADA.

PIRÁMIDE



BIBLIOGRAFIA

<https://m.salud180.com/nutricion-y-ejercicio/cuales-son-los-beneficios-del-plato-del-bien-comer>

<https://www.vitonica.com/prevencion/piramide-de-la-hidratacion-saludable>