



Mi Universidad

Super nota.

Nombre del alumno: Julio Cesar Dominguez Costa.

Nombre del tema: Características de una alimentacion saludable.

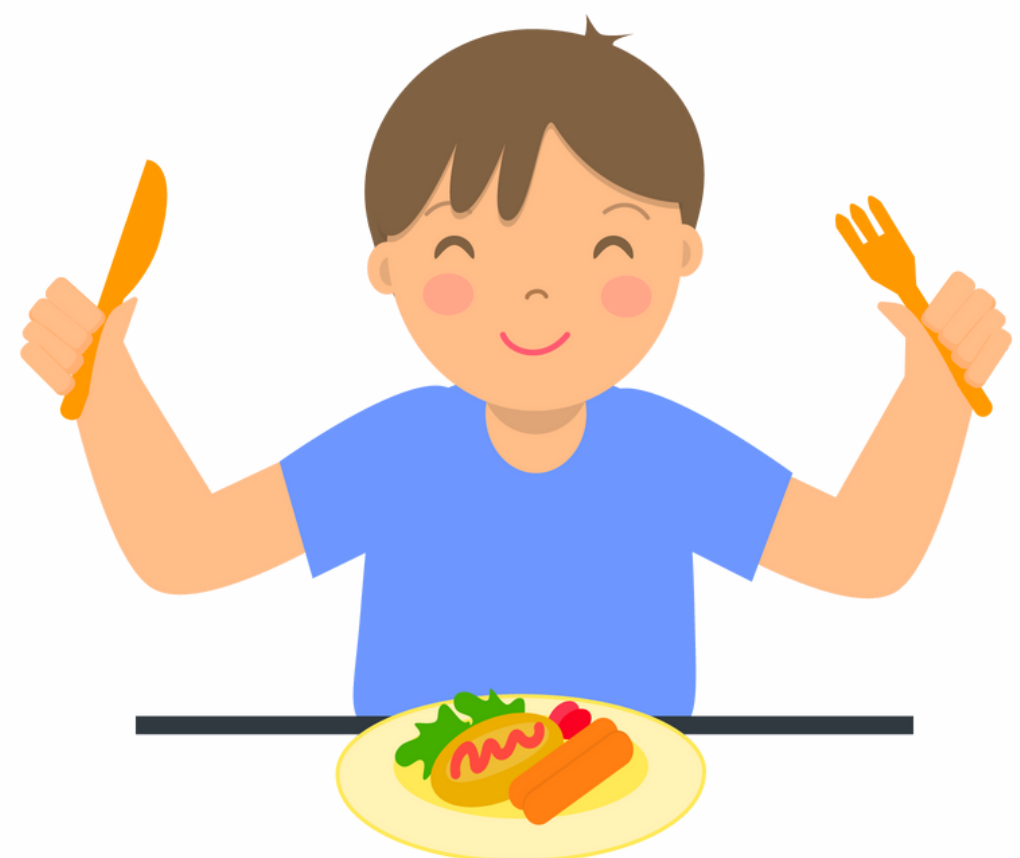
Parcial:4.

Nombre de la materia: Epidemiología.

Nombre del profesor: Maria Cecilia Zamorano Rodriguez.

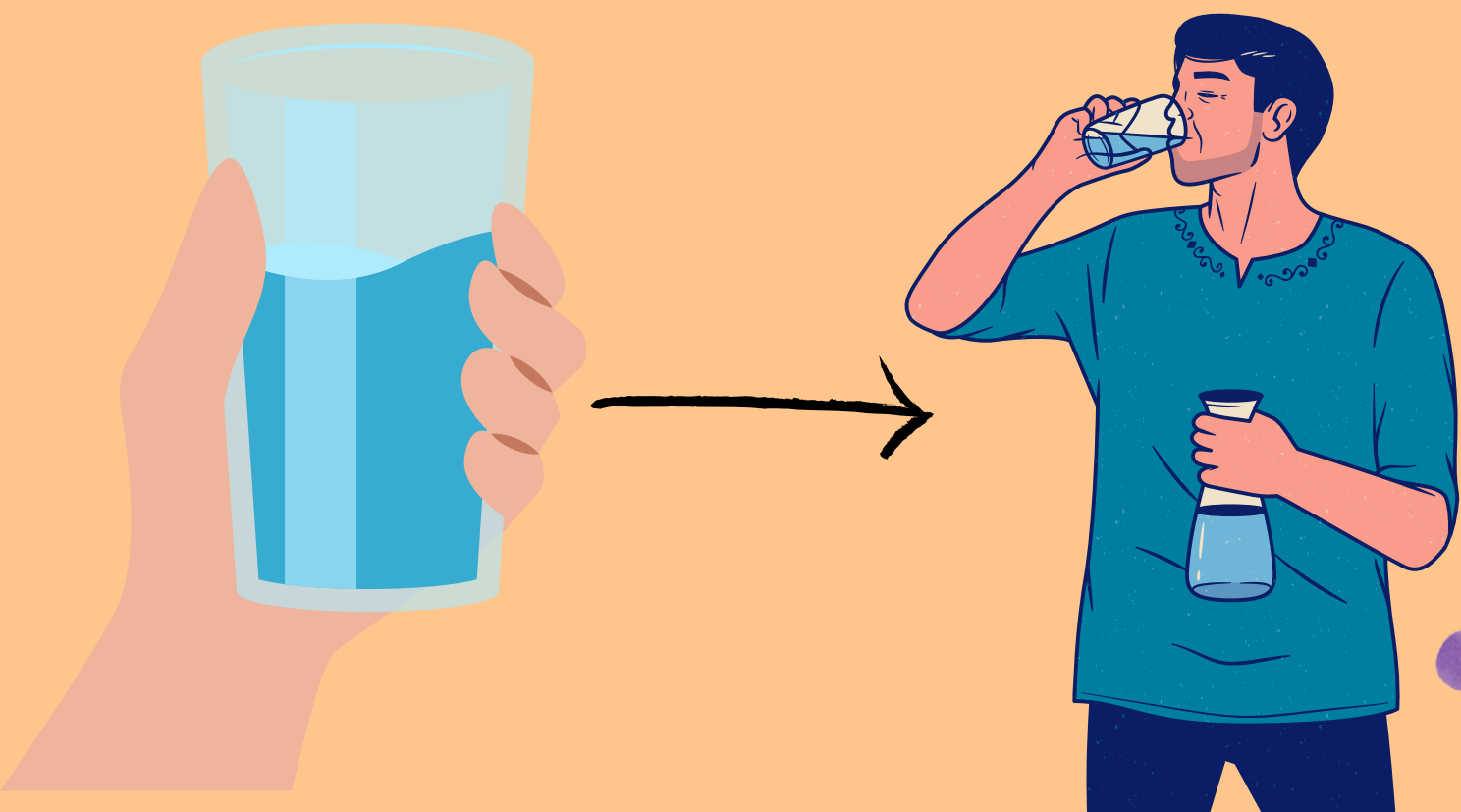
Nombre de la licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: 4



Características de una alimentación saludable

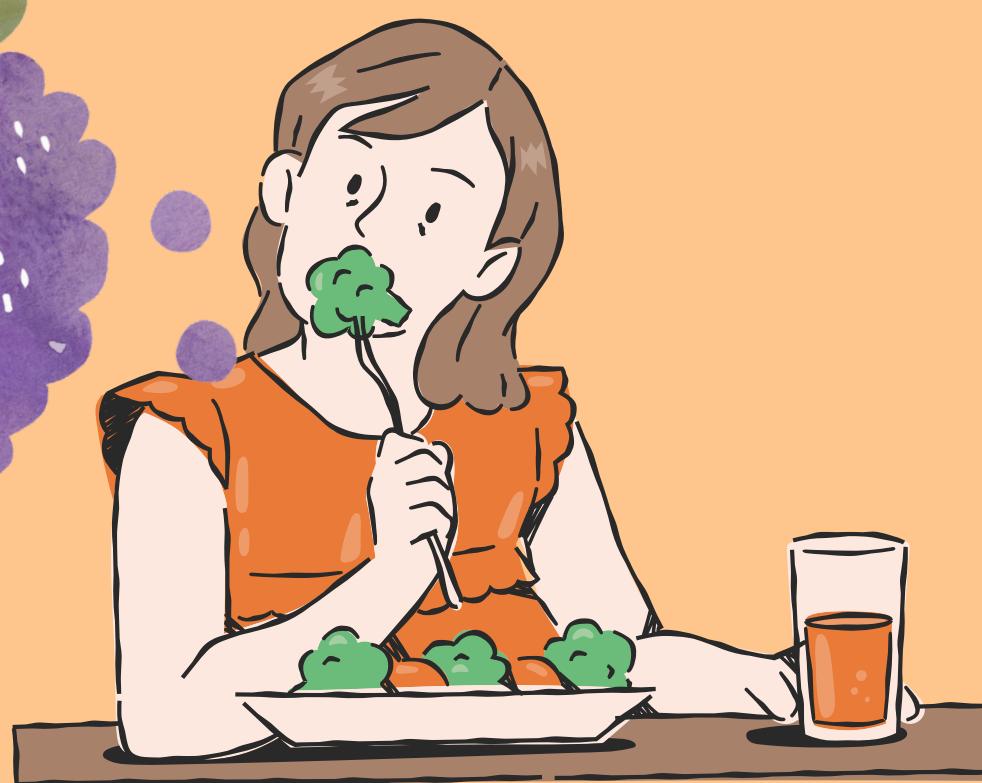
Beber 1.5 a 2 litros de agua al día.



Invertir una variedad de alimentos equilibrados



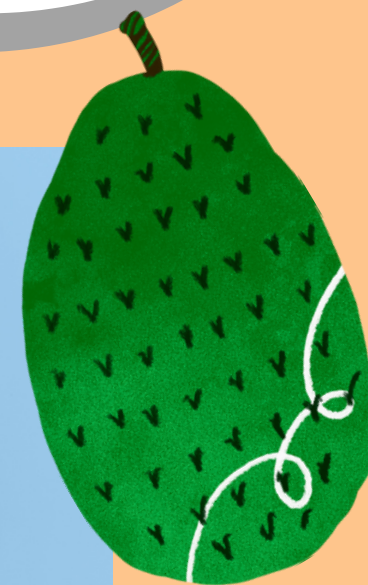
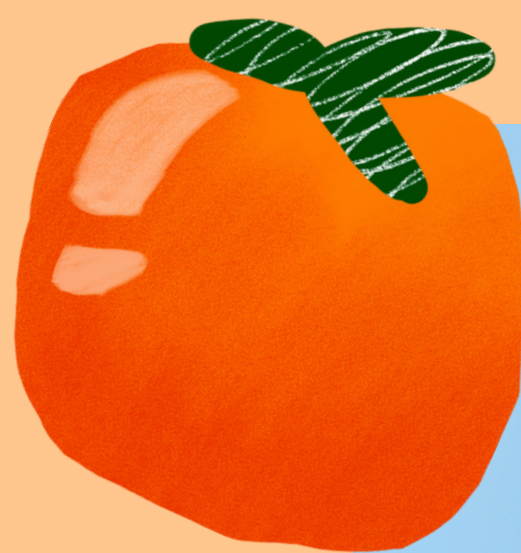
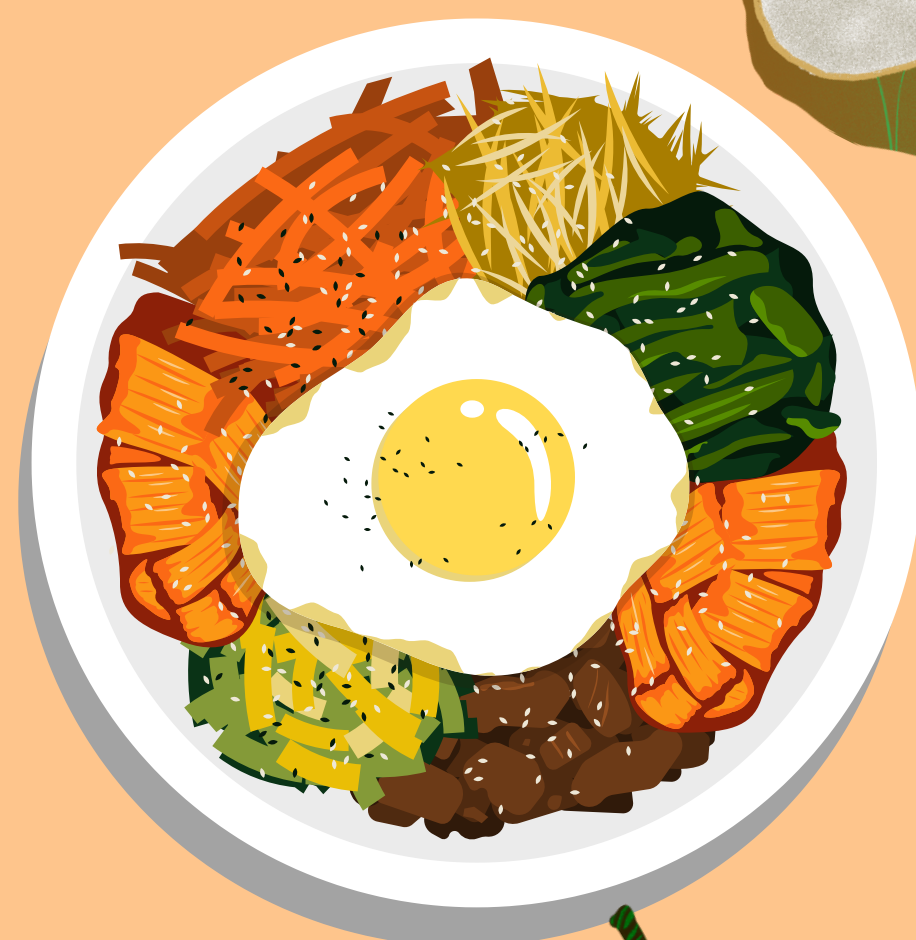
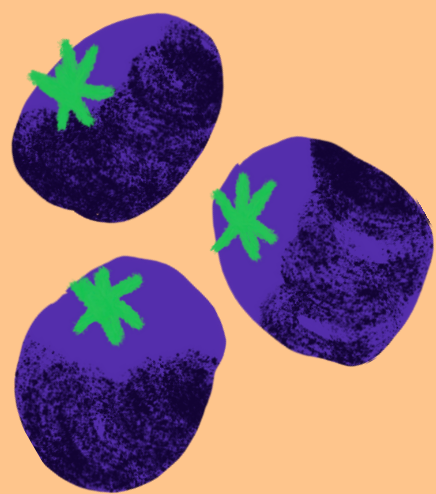
Suficiente: Que cubra las necesidades de todos los nutrimentos en cada individuo



Accesible: Económico



Adaptada a la edad, al sexo y a la talla



Bibliografía

- Universidad del sureste.2023.Epidemiología.Paginas (114 ala 115). Pdf.

