



mapa conceptual

Nombre del Alumno: Victor Manuel Escandon Aquino

Nombre del tema: ABCD

Parcial: segundo

Nombre de la Materia: Nutrición Clínica

Nombre del profesor: Julibeth Martínez

Nombre de la Licenciatura: enfermería

Cuatrimestre: tercero



para que sirve

esta sirve para evaluar y guiar una dieta equilibrada para promover salud y prevenir enfermedades mediante alimentación adecuada y variada.

(A) adecuación

consiste en consumir una variedad de alimentos que proporcionen los nutrientes esenciales, en las cantidades adecuadas según la edad, sexo, nivel de actividad y estado de salud.

que es

la ABCD es una herramienta para evaluar la calidad de la alimentación.

ABCD

(B) balance

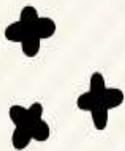
se refiere a no sobrecargar la dieta con un grupo de alimentos o nutrientes específicos.

(D) moderación

significa evitar el consumo excesivo de calorías y elegir alimentos que contengan cantidades altas de azúcares añadidos sal o grasas saturadas.

(C) variedad

implica incluir diferentes alimentos de cada grupo alimenticio para aprovechar la diversidad de nutrientes que ofrecen.



bibliografía:

Antología de nutrición clínica .UDS.2024

Apuntes de clases.