



***NOMBRE DEL ALUMNO
KARLA YURENI TOVILLA GARCÍA***

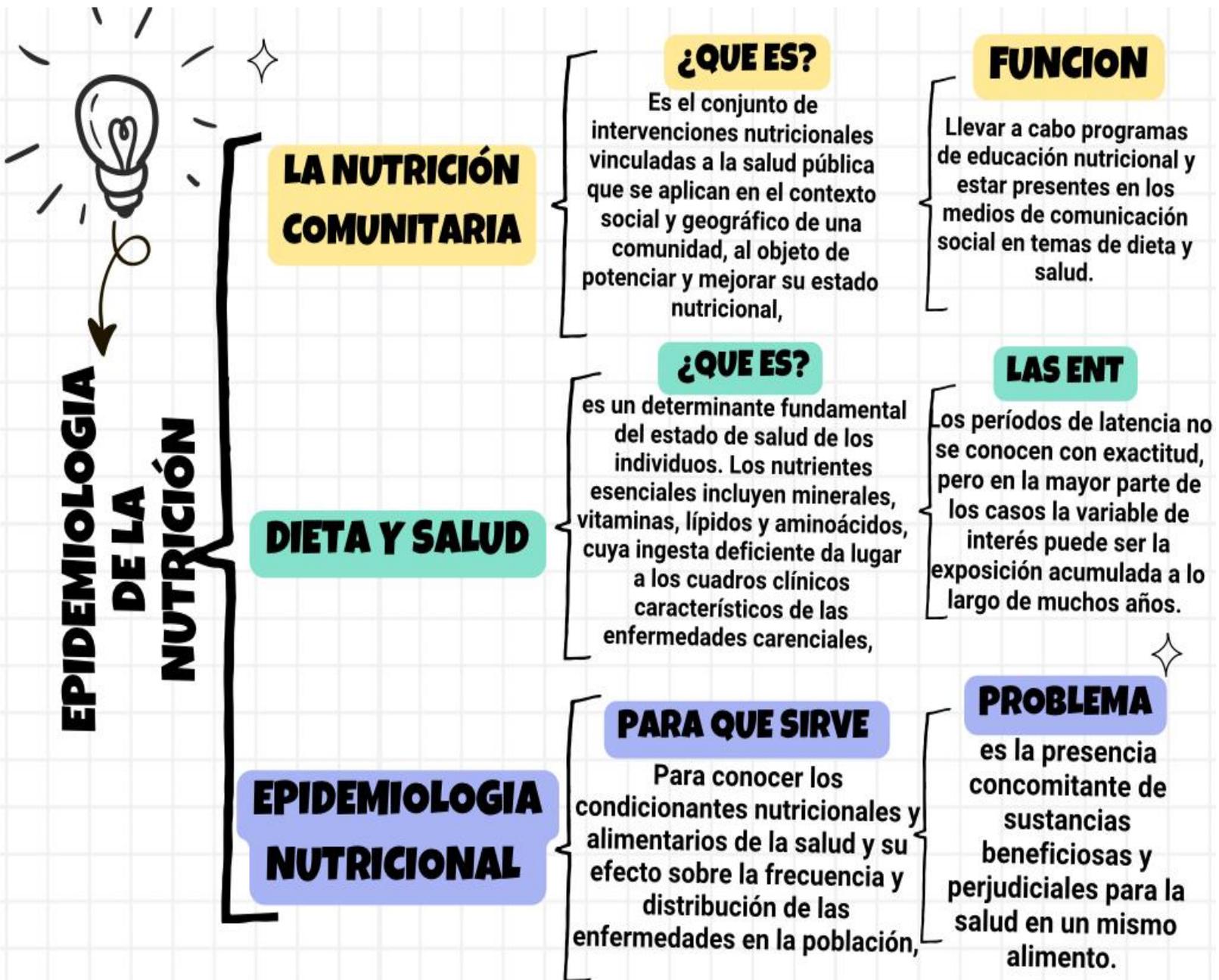
***NOMBRE DE LA PROFESORA
MARÍA JOSÉ HERNÁNDEZ MÉNDEZ***

***MATERIA
EPIDEMIOLOGIA I***

***TEMA
EPIDEMIOLOGIA DE LA NUTRICIÓN***

***CUATRIMESTRE Y GRUPO
4-A***

***FECHA DE ENTREGA
02/12/2024***



<https://www.canva.com/design/DAGYG14LYqc/zsOm7GrzmitqHGos->

[an7IA/edit?utm_content=DAGYG14LYqc&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton](https://www.canva.com/design/DAGYG14LYqc/zsOm7GrzmitqHGos-an7IA/edit?utm_content=DAGYG14LYqc&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton)

CONCLUSIÓN

Entendí sobre que para mejorar la nutrición se requiere un enfoque integrado uniendo esfuerzos que darán por fruto un mejor estado nutricional.

Y en conclusión la nutrición en macronutrientes es un aspecto clave para alcanzar tus metas físicas y de salud al combinar una dieta equilibrada con un entretenimiento físico adecuado puedes lograr tus objetivos de manera más efectiva y sostenible.

La salud también depende de nuestros hábitos nuestro comportamiento nuestra alimentación, nuestros nivel de actividades físicas y el ambiente donde vivimos pero podemos también podemos evitar muchas enfermedades manteniendo hábitos saludable teniendo en cuenta una dieta balanceada.

La epidemiología nutricional consiste en una disciplina que tiene presente y futuro en mejorar la salud de la mayoría de la población también tener en cuenta el consumo de alimentos que tenemos cada día y tener en cuenta que nos aporta cada alimento que consumimos eso es muy importante.

BIBLIOGRAFÍA

ANTOLOGÍA DE EPIDEMIOLOGIA I UDS 2024.PDF

<https://www.plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/4585bc816b8147cf89b5dc62843c4628-LC-LEN404%20EPIDEMIOLOGIA.pdf>