

¿Que es la buena nutrición?

Rta: Alimentarse de Manera Saludable



¿Que desafios hay en una buena alimentación?

Rta: \$\$\$



¿Cómo podemos mejorar la alimentación saludable?

Rta: Llevar un control con el nutricionista y una tabla nutricional para poder saber que alimentos consumir.

¿Que es una buena alimentacion?
Es aquella que proporciona los nutrientes
que el cuerpo necesita.

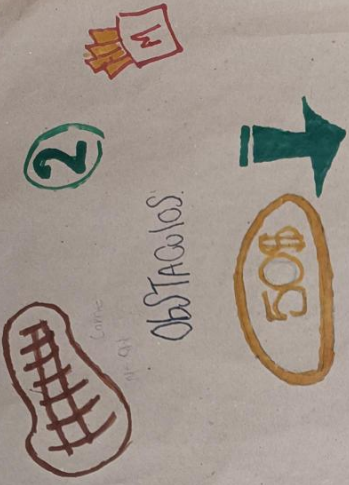
- ¿Que desafios tenemos para una buena alimentacion?
 - Incremento en la canasta familiar.
 - falta de tiempo
 - Ideas para mejorar la buena alimentacion
 - Comer saludable
 - Actividad fisica.



1 ¿QUE ES?



BUENA ALIMENTACIÓN



2

OBSTACULOS

3

QUE DEBEMOS MEJORAR

