

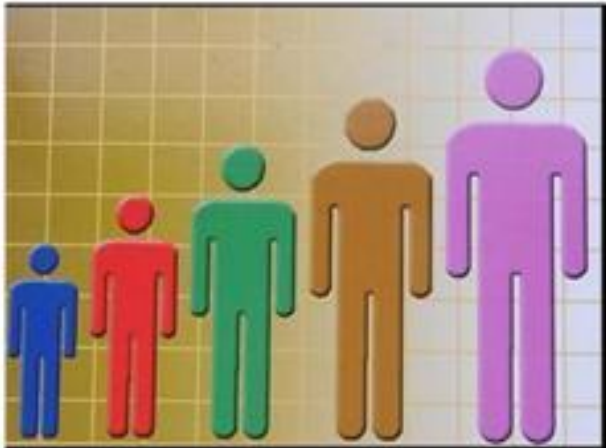
**UNIVERSIDAD INTERAMERICANA  
PARA EL DESARROLLO  
CARRERA PROFESIONAL DE FARMACIA Y BIOQUIMICA**

**INFLUENCIA DE LA NUTRICIÓN EM  
RELACION A LA VULNERABILIDAD A  
LAS ENFERMEDADES**

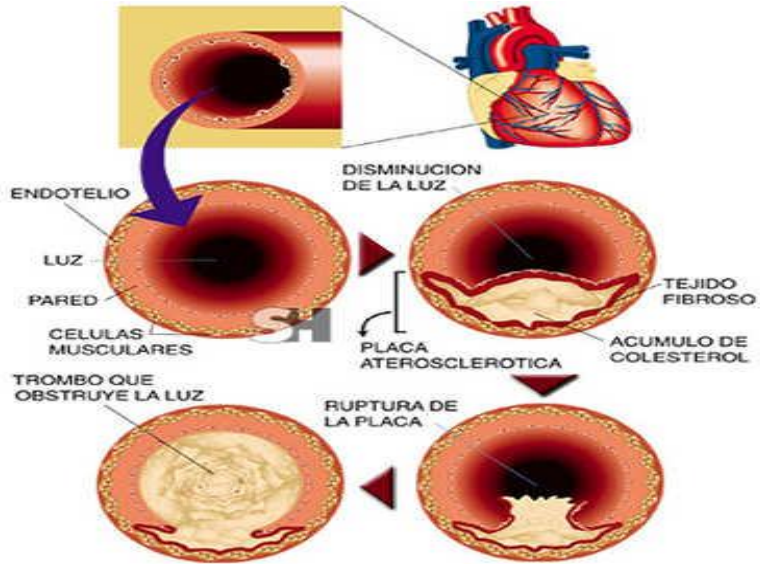
**Lic. JUANA MARGARITA FLORES LUNA  
MAYO - 2016**



# DESARROLLO INTEGRAL

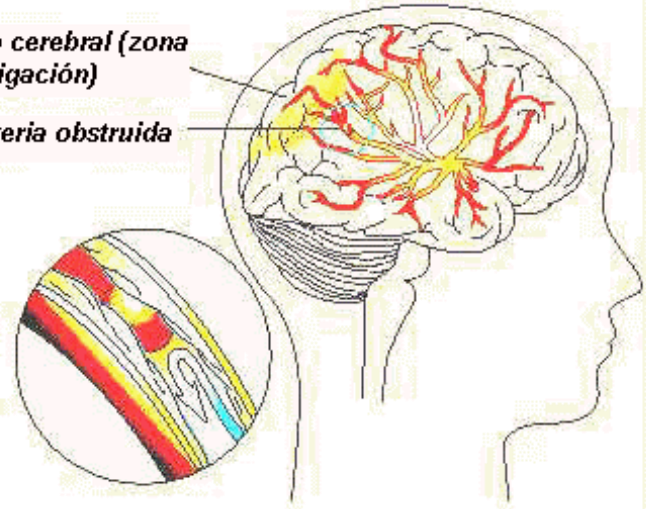


# ENFERMEDADES



Infarto cerebral (zona sin irrigación)

Arteria obstruida





# CLASIFICACION DE LOS ALIMENTOS



# ALIMENTOS CONSTRUCTORES



FUENTE DE HIERRO

FUENTE DE CALCIO



PROTEINAS DE ALTA CALIDAD



# ALIMENTOS ENERGETICOS

## CEREALES



HUMITAS  
MAZAMORRAS  
GALLETAS



## GRANOS INTEGRALES

QUINUA- KIWICHA -  
CAÑIGUA

## TUBÉRCULOS



## GRASAS "BUENAS"



Mantequilla Es Preferible SOLO  
1 a 2 VECES A LA SEMANA

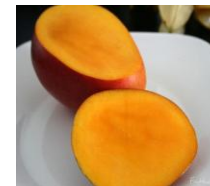


# ALIMENTOS REGULADORES

## VERDURAS



## FRUTAS





# LONCHERA NUTRITIVA



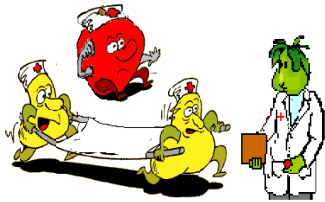
# Características.

- 1. Debe ser nutritiva.**
- 2. Debe ser variada.**
- 3. Debe ser apetitosa y agradable.**
- 4. Debe ser de fácil preparación para la mama.**
- 5. Deber ser económica.**
- 6. De ser posible ser extraída del menú familiar.**
- 7. Debe ser de fácil digestión.**
- 8. Debe ser saludable e higiénica.**

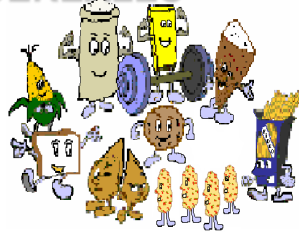
**LIQUIDOS**



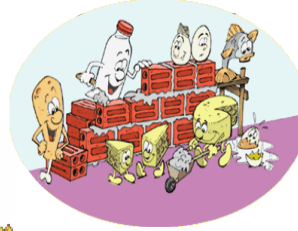
**FRUTAS**



**CEREALES**



**P DE**





GRACIAS