Factores que determinan el estado nutricional

Actividad del Corte II

Dividir al grupo en equipos y entregar diferentes casos.
Ejemplo:
"Una persona tiene poco tiempo para cocinar, trabaja muchas horas, consume frecuentemente comida rápida y realiza poca actividad física."
Preguntar:

- ¿Qué factores extrínsecos observamos?
- ¿Cómo pueden afectar su estado nutricional?
- ¿Qué cambios podrían recomendarse?

Evaluación del Corte II

1. ¿Qué es una dieta saludable?
2. ¿Para qué sirve el Plato del Bien Comer?
3. ¿Cuál es la bebida que debe ser la principal fuente de hidratación?
4. ¿Qué significa IMC?
5. ¿Cuál es la función del sistema digestivo?
6. ¿Qué función tiene el sistema respiratorio?
7. ¿Qué transporta el sistema circulatorio?
8. ¿Cuál es la función principal del sistema urinario?
9. ¿Qué función cumple el sistema inmunológico?
10. Menciona dos factores intrínsecos y dos extrínsecos.