



PICA LA OPCIÓN CORRECTA

LA DIETA HA DE ESTAR BASADA EN GRANDES CANTIDADES

LA DIETA HA DE SER COMPLETA Y EQUILIBRADA

LA DIETA HA DE ESTAR BASADA EN VERDURAS

PICA LA OPCIÓN CORRECTA

EL TIEMPO DE OCIO PERJUDICA LA SALUD

EL TIEMPO DE OCIO ES PERDER EL TIEMPO

EL TIEMPO DE OCIO ES IMPORTANTE PARA LA SALUD





MEDIAR ES:

CREAR UN CONFLICTO

INTERVENIR PARA
SOLUCIONAR UN CONFLICTO

ALEJARSE DE UN CONFLICTO
PARA QUE NO TE AFECTE

UNE CON FLECHAS

TRAUMATOLOGIA

OIDO

OFTALMOLOGIA

OPERACIÓN

CIRUJIA

CORAZÓN

OTORRINOLARINGIOLOGIA

HUESOS

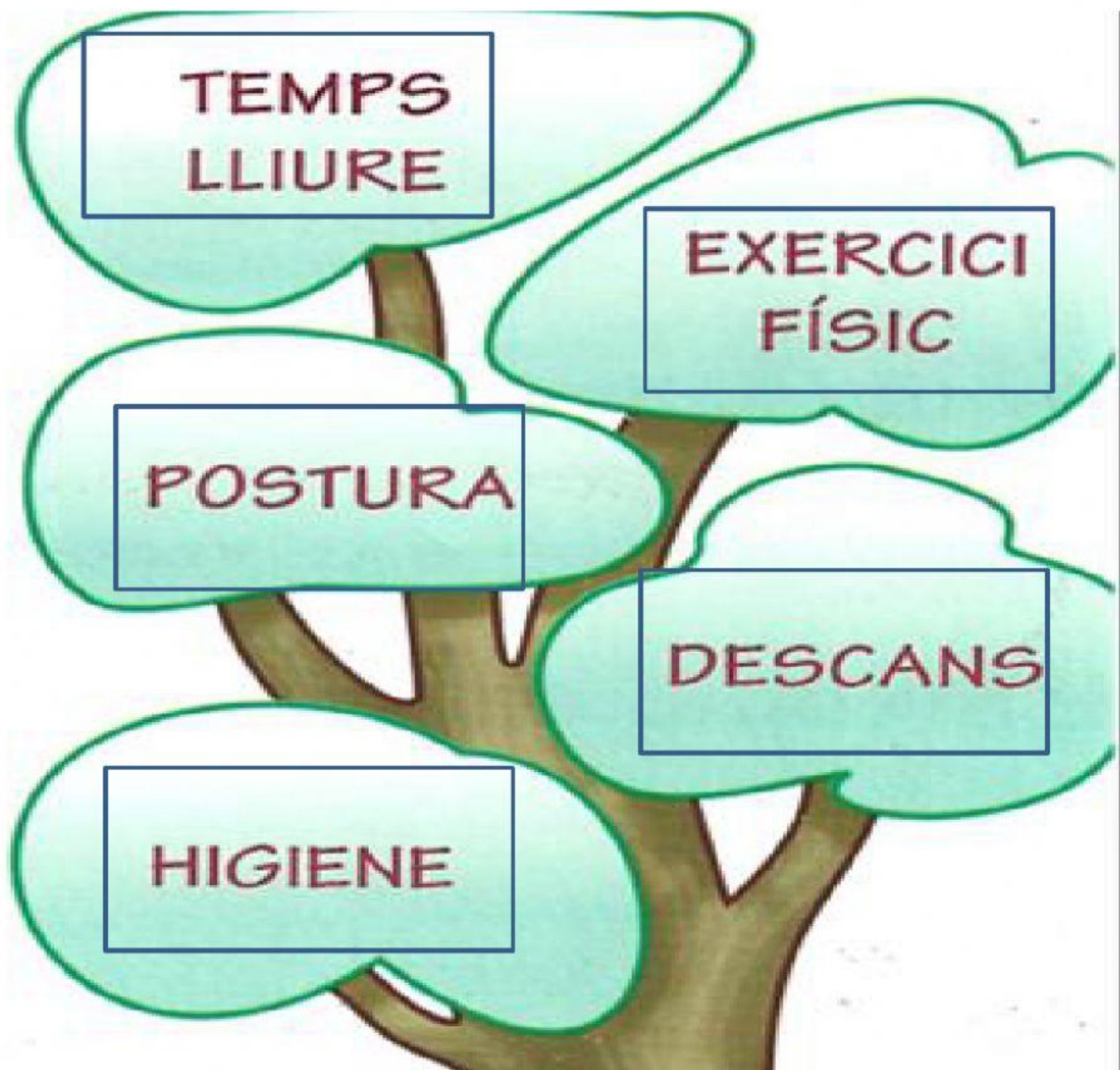
CARDIOLOGIA

PIEL

DERMATOLOGIA

OJOS

ARRASTRA



DIETA ES

LA DIETA ES EL CONJUNTO D'ALIMENTOS QUE UNA PERSONA CONSUME NORMALMENTE, SIN INCLUIR LAS BEBIDAS.

LA DIETA ES EL CONJUNTO D'ALIMENTOS QUE UNA PERSONA CONSUME NORMALMENTE, INCLUYENDO LAS BEBIDAS.

UNE CON FLECHAS

DIETA
SUFICIENTE

NOS APORTA LA CANTIDAD
ADECUADA DE CADA
NUTRIENTE.

DIETA
EQUILIBRADA

PROPORCIONA
NUTRIENTES QUE NOS
APORTA LA ENERGIA QUE
NECESITAMOS

COM PODEM ACONSEGUIR UNA DIETA SALUDABLE ?

UNE CON FLECHAS

REDUIR EL CONSUM DE GREIXOS D'ORIGEN ANIMAL.



PRENDRE ALIMENTS RICS EN FIBRA O INTEGRALS



REDUIR EL CONSUM DE SUCRE



BEURE AIGUA.



ARRASTRA

