

ENFERMEDADES ASOCIADAS A UNA MALA ALIMENTACIÓN

1. Complete los enunciados según sea el caso

Osteoporosis	Diabetes	Anemia	Cáncer De Colon/Estomago	Sobrepeso Y
		Obesidad	Caries	

- Enfermedad antiguamente llamada como "la enfermedad del azúcar":
- Enfermedad asociada a la falta del hierro en la sangre:
- Esta enfermedad es el producto de una dieta rica en carnes, azúcares refinadas y grasas. Para prevenir su aparición, lo mejor es consumir alimentos ricos en calcio y evitar los alimentos procesados:
- Una dieta basada en excesos de grasa y poco contenido de fibra, incrementa el riesgo de cáncer en esas zonas:
- Sugiere el incremento de peso debido a los altos consumos de grasas, azucares y harinas. Esta es una de las más actuales enfermedades en crecimiento, además de que lleva a un alto nivel de riesgo a la salud:
- Un consumo constante en de alimentos ricos en azúcar, grasas, hidratos de carbono, atribuyen colectivamente con una mala higiene en la zona bucal ocasionando:

2. Encuentra las palabras faltantes en el siguiente texto.

Recapacitar	Mala dieta	Enfermedades	Consecuencias	Riesgos
	Ejercicio	Mala	Balanceada	Calidad

Estos son sólo algunas de las _____ de una _____ alimentación, pero considero que te harán _____ en varias cosas, recuerda que una _____ te puede conducir a la obesidad, con todos los _____ que ello implica. Hacer _____ y tener una dieta _____ es fundamental para evitar las _____ y mantener una buena _____ de vida.

