

Nutrición

para niños

nota reflexiva

Es muy importante que los niños aprendan y tengan conocimientos acerca de la nutrición ya que es un proceso muy importante para su crecimiento, que reconozcan los alimentos que les proporcionaran las energías, proteínas y minerales que el cuerpo necesita.



niños

La nutrición es el conjunto de alimentos que contribuyen a una buena salud, por ellos es importante que conozcan cuales alimentos les proporcionan vitaminas, minerales, energía, etc. que llevan al cuerpo a tener un buen funcionamiento del cuerpo para tener un buen crecimiento sano, también es importante que conozcan cuales alimentos deben de evitar para no desarrollar enfermedades.



nutrición

Conjunto de funciones orgánicas que transforman los alimentos para obtener la energía necesaria para el organismo.



según

Dr. Cidón Madrigal

"Se entiende por nutrición el conjunto de procesos fisiológicos por los cuales el organismo recibe, transforma y utiliza las sustancias químicas contenidas en los alimentos; y la alimentación es tan sólo el acto de proporcionar al cuerpo humano los alimentos". De su definición, el Dr. Cidón, deduce que la alimentación es un proceso consciente, voluntario y por lo tanto educable; por el contrario, la nutrición es involuntaria, inconsciente y no educable, puesto que depende de procesos corporales tales como la digestión, la absorción o el transporte de los nutrientes contenidos en los alimentos a los tejidos.



según

Profesor Pedro Escudero

"Nutrición es el resultado de un conjunto de funciones armónicas y solidarias entre sí, que tienen como finalidad mantener la integridad de la materia y preservar la vida".

