

## OBJETIVOS ALIMENTACIÓN Y DIETÉTICA

---

- Introducción a los conceptos básicos en nutrición.
- Saber qué es una dieta, quién es el dietista.
- Conocer cómo se compone la pirámide alimenticia y los grupos de alimentos.
- Nociones sobre dietética para personas sanas.
- Localizar cuáles son los malos hábitos actuales en alimentación.
- Distinguir cuáles son los alimentos tóxicos.