

ACTIVIDAD

1. ¿Qué es la alimentación?
2. ¿Qué es un alimento?
3. ¿Qué es una colación?
4. ¿Qué es dieta?
5. ¿Cuáles son las leyes de la alimentación? y describe cada una.

Todos estos términos, son conceptos básicos que forman parte de los hábitos de vida saludable y de una alimentación correcta.

Haz un breve resumen sobre el Plato del Bien Comer, donde respondas la Pregunta:
¿por qué es importante consumir todos los alimentos que se incluyen en él?

(<https://www.gob.mx/siap/articulos>)

