

NUTRICIONAL

Es de suma importancia que las personas tengan una alimentación adecuada para mantenerse saludables, sobre todo, en estos momentos de contingencia.

Algunas de las acciones que los especialistas en nutrición tienen con los usuarios son:

- Se les apoya a realizar una “despensa inteligente”.
- Se orienta sobre alimentos que fortalezcan el sistema inmunológico.
- Se brindan tips e ideas sobre snacks saludables.
- Se brindarán cápsulas y webinars sobre rutinas para cuidar el peso y organizar tiempos de preparación de alimentos.