



¿Cómo obtener alimentos sanos y nutritivos?

Eugenia Erica Vera Cervantes¹, Olga Leticia Fuchs Gómez², Yadira Navarro Rangel³ y Ramsés Eduardo Salazar Vera⁴

1 Universidad Autónoma de Puebla, 2 Facultad de Ciencias Físico Matemáticas, BUAP, 3 Facultad de Ciencias de la Electrónica BUAP, 4 Oviedo Schonthal. eevclibra@gmail.com

Introducción: En Puebla enfrentamos un grave problema de mala alimentación, por esto se estudian los hábitos de alimentación y necesitamos saber cómo obtener alimentos nutritivos. **Método.** En este trabajo se creó un cuestionario de hábitos de alimentación que se emplea para indagar cómo es la alimentación de las personas y como obtener alimentos nutritivos, de los datos obtenidos se realiza una descripción de los resultados. **Resultado.** Se muestra donde encontramos los alimentos nutritivos y como son los hábitos nutritivos de una muestra de personas.

1. Proyecto de integración y aplicación. <http://www.encolombia.com/museos-huerto.htm>
2. Fundación Campaña de alimentación saludable MAPFRE
3. Aporta (2017) Alimentación por la educación.