



NUTRIÇÃO NOS CICLOS DA VIDA

INFÂNCIA

- Amamentação
- Introdução alimentar
- Período pré-escolar



Criado por freepik - br.freepik.com



ADOLESCÊNCIA

- Desenvolvimento
- Ciclo social
- Obesidade



ADULTO

- Equilíbrio
- Variedade
- Moderação



GESTANTE



- Aumento da frequência
- Diminuição do volume
- Alimentos ricos em ferro
- Água



Criado por freepik - br.freepik.com

ATLETA



- Carboidratos
- Proteínas
- Hidratação



Criado por freepik - br.freepik.com

IDOSO



- Fatores físicos
- Fatores fisiológicos
- Fatores metabólicos
- Fatores psicológicos e sociais
- Fatores patológicos



Criado por freepik - br.freepik.com



NUTRIÇÃO NOS CICLOS DA VIDA