

Te invitamos a conocer cómo está tu alimentación y nutrición



**ESCUELA**  
**CERES**





**¡Muchas  
gracias por tu  
participación!**

**Tu aporte es muy valioso para el desarrollo de este proyecto. Con tu ayuda podremos lograr que esta escuela llegue a muchas más personas.**

**A continuación, encontrarás información sobre tus medidas corporales y sobre el consumo de algunos nutrientes de acuerdo a los datos reportados en las encuestas realizadas.**

**Te invitamos a leerlo y a tomar decisiones por el cuidado consciente de tu vida.**

Fecha: 24 de abril 2024

Nombre: Isabella Carmona

Peso: 49,9 kg

Edad: 15 años

Estatura: 1,57 m

## Indicadores antropométricos

Talla/Edad: Talla adecuada para la edad



IMC/Edad: IMC adecuado para la edad



# ¿Qué encontramos en tu alimentación y nutrición?

ENERGÍA



**Consumo**  
DEL RECOMENDADO

VITAMINA C



**Consumo**  
DEL RECOMENDADO

PROTEÍNA



**Consumo**  
DEL RECOMENDADO

VITAMINA A



**Consumo**  
DEL RECOMENDADO

CALCIO



**Consumo**  
DEL RECOMENDADO

ÁCIDO FÓLICO



**Consumo**  
DEL RECOMENDADO

HIERRO



**Consumo**  
DEL RECOMENDADO

VITAMINA B12



**Consumo**  
DEL RECOMENDADO

ZINC



**Consumo**  
DEL RECOMENDADO



Con el apoyo de:



**UNIVERSIDAD  
DE ANTIOQUIA**

Escuela de Nutrición y Dietética



**The New York  
Academy of Sciences**

## Mayores informes

Sandra Lucía Restrepo Mesa – Coordinadora GIANH  
Sede de Investigación Universitaria – UdeA  
Calle 62 N 52 – 59 Laboratorio 413  
[grupoalimentacionynutricionhumana@udea.edu.co](mailto:grupoalimentacionynutricionhumana@udea.edu.co)