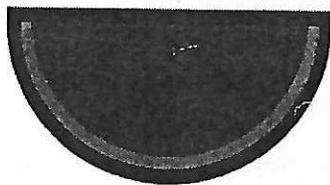


El Centro de Atención Nutricional (CUAN) se encuentra ubicado dentro de las instalaciones de la Facultad de Enfermería de la Universidad Autónoma de San Luis Potosí, en donde nutriólogos profesionales le brindan una dieta personalizada y las recomendaciones necesarias para llevar una vida saludable, contamos con chefs profesionales que proporcionan asesoría en la preparación de alimentos ofreciendo así gran variedad de platillos de acuerdo a las recomendaciones de su nutriólogo.

SERVICIOS QUE OFRECEMOS

- CONSULTA NUTRICIONAL
- ORIENTACIÓN NUTRICIONAL
- ASESORIA EN LA PREPARACIÓN DE ALIMENTOS
- ANÁLISIS DE LABORATORIO
- EDAD METABOLICA DE TU CUERPO
- PORCENTAJES DE AGUA PARA SABER QUE TAN HIDRATADO ESTA TU CUERPO
- ORIENTACIÓN MATERNO-INFANTIL
- BIOMPEDANCIA Y PLICOMETRÍA PARA CONOCER TUS PORCENTAJES DE MASA MUSCULAR Y MASA GRASA



FACULTAD DE ENFERMERÍA Y NUTRICIÓN



Tel. 8 34 25 47

Lunes a viernes
8:00 a 20:00 hrs.



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SAN LUIS POTOSÍ
Niño Artillero 130, Zona Universitaria C.P. 78290
San Luis Potosí, S.L.P

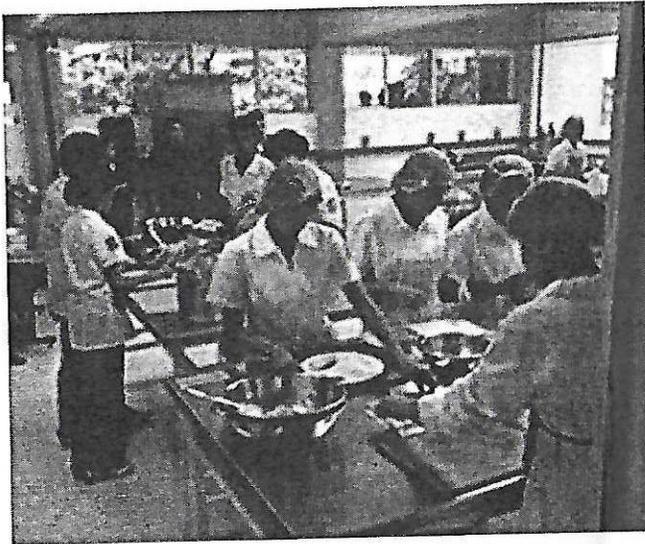
CENTRO UNIVERSITARIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL

FACULTAD DE ENFERMERÍA Y NUTRICIÓN,
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SAN LUIS POTOSÍ



CUAN

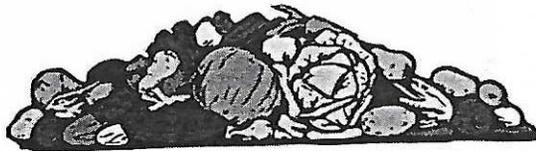




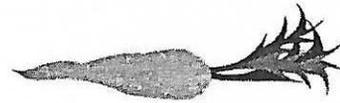
NUTRICIÓN

La nutrición es la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo. Una buena nutrición (una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular) es un elemento fundamental de la buena salud.

Una mala nutrición puede reducir la inmunidad, aumentar la vulnerabilidad a las enfermedades, alterar el desarrollo físico y mental, y reducir la productividad.



“No empieces una dieta que terminará algún día, comienza un estilo de vida que dure para siempre.”



DATOS IMPORTANTES

- Una dieta saludable ayuda a protegernos de la malnutrición en todas sus formas, así como de las enfermedades no transmisibles, como la diabetes, las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer.
- Las falta de actividad física están entre los principales factores de riesgo para la salud en todo el mundo.
- Los hábitos alimentarios sanos comienzan en los primeros años de vida. La lactancia materna favorece el crecimiento sano y mejora el desarrollo cognitivo; además, puede proporcionar beneficios a largo plazo, como la reducción del riesgo de presentar sobrepeso y obesidad y de sufrir enfermedades no transmisibles en etapas posteriores de la vida.

ELABORAMOS PLANES DE ALIMENTACIÓN PARA CUALQUIER TIPO DE PERSONA Y SITUACIÓN

- REDUCCIÓN DE PESO
- AUMENTO DE PESO
- AUMENTO DE MASA MUSCULAR
- REDUCCIÓN DE PORCENTAJE DE GRASA
- DEPORTISTAS
- BEBÉS, NIÑOS Y ADOLESCENTES
- ADULTOS
- ADULTOS MAYORES
- EMBARAZADAS Y PROBLEMAS EN EMBARAZO (PRECLAMPSIA Y DIABETES GESTACIONAL)
- LACTANTES
- DIABETES
- COLESTEROL Y TRIGLICERIDOS ELEVADOS
- HIPERTENSIÓN
- TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA
- PROBLEMAS EN EL HÍGADO Y RIÑÓN
- CUALQUIER OTRA ENFERMEDAD

<http://www.enfermerianutricion.uaslp.mx/Paginas/Cuan.aspx>