



www.shutterstock.com · 69806596

Alimentación

La alimentación es, por tanto, una de las actividades y procesos más esenciales de los seres vivos ya que está directamente relacionada con la supervivencia.



Nutriólogo

Es aquel que estudia la alimentación humana y la relación de esta con aquellos procesos químicos, biológicos, metabólicos que se desarrollan en el organismo del ser humano y de los cuales derivará la composición corporal y la salud de cada uno.



Exceso.

Comer en exceso es algo que tienden a hacer muchas personas cada día. Suele ser causado por estrés, ansiedad o simplemente porque la persona tiende a comer muy rápido y no da tiempo a que su sistema digestivo envíe al cerebro las señales que le indican que ya se encuentra saciado.

