



Recomendaciones nutricionales durante la cuarentena del COVID19.



## Decálogo de recomendaciones nutricionales:

4



Elige alimentos saciantes y saludables (frutos secos, carnes magras, pescado, huevos y lácteos).

<https://endocrinologia.org.mx/pacientes-covid-infografias.php>

En colaboración:

