

**PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIEMENTARIA**

EVALUACION TEMA 5

ENERO 2016

BEBE MÁS AGUA

<p>1.- ¿Por qué es importante el consumir agua?</p>	<p><input type="radio"/> a) Regula la temperatura del cuerpo, protege los órganos vitales, humedece el oxígeno que respiramos. <input type="radio"/> b) Piel reseca <input type="radio"/> c) Subir de peso</p>
<p>2.- ¿La sed es un signo de?</p>	<p><input type="radio"/> a) Estas más sano <input checked="" type="radio"/> b) Deshidratación <input type="radio"/> c) Se forman los músculos</p>
<p>3.- ¿Por qué es importante tomar agua al levantarnos?</p>	<p><input type="radio"/> a) Siempre debemos hidratarnos con agua natural <input type="radio"/> b) Para despertar <input checked="" type="radio"/> c) Ayuda a disminuir el estreñimiento y enfermedades de la orina.</p>
<p>4.- ¿A qué hora debemos de consumir agua para no comer en exceso?</p>	<p><input type="radio"/> a) En todas las etapas de la vida se debe consumir agua <input checked="" type="radio"/> b) Antes de cada comida <input type="radio"/> c) Nunca</p>
<p>5.- ¿Cuánta agua es recomendable tomar al día?</p>	<p><input type="radio"/> a) Solo que nos llene el estómago <input type="radio"/> b) No es recomendable <input checked="" type="radio"/> c) 2 litros</p>

Gabriela Vallejo G. Alma Jaramin Tamiquera Estrella Elijio Fuentes C.

APLICO

VALIDO

FIRMA DEL BENEFICIARIO



Av. Alcalde No. 1220 Col. Miraflores, C.P. 44270
Guadalajara, Jalisco
+01 (33) 303 303 303 ext. 3000 343
sistemadif.jalisco.gob.mx
SISTEMA DE ATENCIÓN MUNICIPAL
ATENCIÓN AL CLIENTE



**PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIMENTARIA**

EVALUACION TEMA 5

ENERO 2016

BEBE MÁS AGUA

1.- ¿Por qué es importante el consumir agua?	<input checked="" type="radio"/> a) Regula la temperatura del cuerpo, protege los órganos vitales, humedece el oxígeno que respiramos. b) Piel reseca c) Subir de peso
2.- ¿La sed es un signo de?	a) Estas más sano <input checked="" type="radio"/> b) Deshidratación c) Se forman los músculos
3.- ¿Por qué es importante tomar agua al levantarnos?	a) Siempre debemos hidratarnos con agua natural b) Para despertar <input checked="" type="radio"/> c) Ayuda a disminuir el estreñimiento y enfermedades de la orina.
4.- ¿A qué hora debemos de consumir agua para no comer en exceso?	a) En todas las etapas de la vida se debe consumir agua <input checked="" type="radio"/> b) Antes de cada comida c) Nunca
5.- ¿Cuánta agua es recomendable tomar al día?	a) Solo que nos llene el estómago b) No es recomendable <input checked="" type="radio"/> c) 2 litros

Gabriela Valljo G.

APLICO

Alma Lamin Teniquez Estrella
 Myriam Vanejo G.

VALIDO

FIRMA DEL BENEFICIARIO



**PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIEMENTARIA
EVALUACION TEMA 5
ENERO 2016**

BEBE MÁS AGUA	
1.- ¿Por qué es importante el consumir agua?	<input checked="" type="radio"/> a) Regula la temperatura del cuerpo, protege los órganos vitales, humedece el oxígeno que respiramos. b) Piel reseca c) Subir de peso
2.- ¿La sed es un signo de?	a) Estas más sano <input checked="" type="radio"/> b) Deshidratación c) Se forman los músculos
3.- ¿Por qué es importante tomar agua al levantarnos?	a) Siempre debemos hidratarnos con agua natural b) Para despertar <input checked="" type="radio"/> c) Ayuda a disminuir el estreñimiento y enfermedades de la orina.
4.- ¿A qué hora debemos de consumir agua para no comer en exceso?	a) En todas las etapas de la vida se debe consumir agua <input checked="" type="radio"/> b) Antes de cada comida c) Nunca
5.- ¿Cuánta agua es recomendable tomar al día?	a) Solo que nos llene el estómago b) No es recomendable <input checked="" type="radio"/> c) 2 litros

Gabriela Vallejo G.
APLICO

Alma Jacmin Teniquez Estrella
VALIDO

Jessica del Rosario Z.G.
FIRMA DEL BENEFICIARIO



**PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIEMENTARIA**

EVALUACION TEMA 5

ENERO 2016

BEBE MÁS AGUA

1.- ¿Por qué es importante el consumir agua?	<input checked="" type="checkbox"/> Regula la temperatura del cuerpo, protege los órganos vitales, humedece el oxígeno que respiramos. b) Piel reseca c) Subir de peso
2.- ¿La sed es un signo de?	a) Estas más sano <input checked="" type="checkbox"/> Deshidratación c) Se forman los músculos
3.- ¿Por qué es importante tomar agua al levantarnos?	a) Siempre debemos hidratarnos con agua natural b) Para despertar <input checked="" type="checkbox"/> Ayuda a disminuir el estreñimiento y enfermedades de la orina.
4.- ¿A qué hora debemos de consumir agua para no comer en exceso?	a) En todas las etapas de la vida se debe consumir agua <input checked="" type="checkbox"/> Antes de cada comida c) Nunca
5.- ¿Cuánta agua es recomendable tomar al día?	a) Solo que nos llene el estómago b) No es recomendable <input checked="" type="checkbox"/> 2 litros

Gabriela Valljo G.
APLICO

Alma Llamín Tejedor Estrella
VALIDO

Yoneth Arce Ruiz L.
FIRMA DEL BENEFICIARIO



PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIEMENTARIA

EVALUACION TEMA 5

ENERO 2016

BEBE MÁS AGUA	
1.- ¿Por qué es importante el consumir agua?	<input checked="" type="radio"/> a) Regula la temperatura del cuerpo, protege los órganos vitales, humedece el oxígeno que respiramos. b) Piel reseca c) Subir de peso
2.- ¿La sed es un signo de?	a) Estas más sano <input checked="" type="radio"/> b) Deshidratación c) Se forman los músculos
3.- ¿Por qué es importante tomar agua al levantarnos?	a) Siempre debemos hidratarnos con agua natural b) Para despertar <input checked="" type="radio"/> c) Ayuda a disminuir el estreñimiento y enfermedades de la orina.
4.- ¿A qué hora debemos de consumir agua para no comer en exceso?	a) En todas las etapas de la vida se debe consumir agua <input checked="" type="radio"/> b) Antes de cada comida c) Nunca
5.- ¿Cuánta agua es recomendable tomar al día?	a) Solo que nos llene el estómago b) No es recomendable <input checked="" type="radio"/> c) 2 litros

Gabriela Valljog

APLICO

Alma Jazmin Teniquez Estrella

VALIDO

Arben Escobedo

FIRMA DEL BENEFICIARIO



PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIEMENTARIA

EVALUACION TEMA 5

ENERO 2016

BEBE MÁS AGUA

1.- ¿Por qué es importante el consumir agua?	<input checked="" type="radio"/> a) Regula la temperatura del cuerpo, protege los órganos vitales, humedece el oxígeno que respiramos. b) Piel reseca c) Subir de peso
2.- ¿La sed es un signo de?	a) Estas más sano <input checked="" type="radio"/> b) Deshidratación c) Se forman los músculos
3.- ¿Por qué es importante tomar agua al levantarnos?	a) Siempre debemos hidratarnos con agua natural b) Para despertar <input checked="" type="radio"/> c) Ayuda a disminuir el estreñimiento y enfermedades de la orina.
4.- ¿A qué hora debemos de consumir agua para no comer en exceso?	a) En todas las etapas de la vida se debe consumir agua <input checked="" type="radio"/> b) Antes de cada comida c) Nunca
5.- ¿Cuánta agua es recomendable tomar al día?	a) Solo que nos llene el estómago b) No es recomendable <input checked="" type="radio"/> c) 2 litros

Gabriela Valljag.

APLICO

Alma Charrin Teniquez Estrella

VALIDO

Leonor Gonzales Valdez

FIRMA DEL BENEFICIARIO



SELO DIF MUNICIPAL

Av. Alcalde No. 1220, Col. Atengo, C.P. 44270
 Guadalajara, Jalisco
 • 01 (33) 3030 3030
 sistemadif.jalisco.gob.mx
 ATENGO, JALISCO.



PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIEMENTARIA
EVALUACION TEMA 5

ENERO 2016

BEBE MÁS AGUA

1.- ¿Por qué es importante el consumir agua?	<input checked="" type="radio"/> a) Regula la temperatura del cuerpo, protege los órganos vitales, humedece el oxígeno que respiramos. b) Piel reseca c) Subir de peso
2.- ¿La sed es un signo de?	a) Estas más sano <input checked="" type="radio"/> b) Deshidratación c) Se forman los músculos
3.- ¿Por qué es importante tomar agua al levantarnos?	a) Siempre debemos hidratarnos con agua natural b) Para despertar <input checked="" type="radio"/> c) Ayuda a disminuir el estreñimiento y enfermedades de la orina.
4.- ¿A qué hora debemos de consumir agua para no comer en exceso?	a) En todas las etapas de la vida se debe consumir agua <input checked="" type="radio"/> b) Antes de cada comida c) Nunca
5.- ¿Cuánta agua es recomendable tomar al día?	a) Solo que nos llene el estómago b) No es recomendable <input checked="" type="radio"/> c) 2 litros

Gabriela Valljog
APLICO

Abra damin Tenorio Estrella
VALIDO

maria Gregorio Cuatrecasas
FIRMA DEL BENEFICIARIO



PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIEMENTARIA

EVALUACION TEMA 5

ENERO 2016

BEBE MÁS AGUA

1.- ¿Por qué es importante el consumir agua?	<p>a) Regula la temperatura del cuerpo, protege los órganos vitales, humedece el oxígeno que respiramos.</p> <p>b) Piel reseca</p> <p>c) Subir de peso</p>
2.- ¿La sed es un signo de?	<p>a) Estas más sano</p> <p>b) Deshidratación</p> <p>c) Se forman los músculos</p>
3.- ¿Por qué es importante tomar agua al levantarnos?	<p>a) Siempre debemos hidratarnos con agua natural</p> <p>b) Para despertar</p> <p>c) Ayuda a disminuir el estreñimiento y enfermedades de la orina.</p>
4.- ¿A qué hora debemos de consumir agua para no comer en exceso?	<p>a) En todas las etapas de la vida se debe consumir agua</p> <p>b) Antes de cada comida</p> <p>c) Nunca</p>
5.- ¿Cuánta agua es recomendable tomar al día?	<p>a) Solo que nos llene el estómago</p> <p>b) No es recomendable</p> <p>c) 2 litros</p>

Gabriela Valljo G.

APLICO

Abra Juanin Teniquez Estrella

VALIDO

Caricolas Hernandez R

FIRMA DEL BENEFICIARIO



SELLO DIF MUNICIPAL



PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIEMENTARIA

EVALUACION TEMA 5

ENERO 2016

BEBE MÁS AGUA

1.- ¿Por qué es importante el consumir agua?	<input checked="" type="radio"/> a) Regula la temperatura del cuerpo, protege los órganos vitales, humedece el oxígeno que respiramos. <input type="radio"/> b) Piel reseca <input type="radio"/> c) Subir de peso
2.- ¿La sed es un signo de?	<input type="radio"/> a) Estas más sano <input checked="" type="radio"/> b) Deshidratación <input type="radio"/> c) Se forman los músculos
3.- ¿Por qué es importante tomar agua al levantarnos?	<input type="radio"/> a) Siempre debemos hidratarnos con agua natural <input type="radio"/> b) Para despertar <input checked="" type="radio"/> c) Ayuda a disminuir el estreñimiento y enfermedades de la orina.
4.- ¿A qué hora debemos de consumir agua para no comer en exceso?	<input type="radio"/> a) En todas las etapas de la vida se debe consumir agua <input checked="" type="radio"/> b) Antes de cada comida <input type="radio"/> c) Nunca
5.- ¿Cuánta agua es recomendable tomar al día?	<input type="radio"/> a) Solo que nos llene el estómago <input type="radio"/> b) No es recomendable <input checked="" type="radio"/> c) 2 litros

Gabriela Valljo
APLICO

Alma Jazmin Teniquez Estrada
VALIDO

Mirna Vallejo
FIRMA DEL BENEFICIARIO



SELLO DIF MUNICIPAL

