

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 Eliseo Duenas C.

APLICO

VALIDO

FIRMA DEL BENEFICIARIO

SELLO DIF MUNICIPAL

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 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 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?	<p>a) <input checked="" type="radio"/> 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) <input checked="" type="radio"/> 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) <input checked="" type="radio"/> 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) <input checked="" type="radio"/> 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) <input checked="" type="radio"/> 2 litros</p>

Gabriela Valljog

APLICO

Alma Jaramin 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 Charina 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 Valljag
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?	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 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 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 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 c) 2 litros

Gabriela Valljo G.

APLICO

Abra Jamun Terriquez Estrella

VALIDO

Caricolas Amparos R

FIRMA DEL BENEFICIARIO



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

Gabriela Valljo G

APLICO

Alma Jazmin Teniquez Estrada

VALIDO

Mirna Vallejo

FIRMA DEL BENEFICIARIO



SELLO DIF MUNICIPAL

