



**¿Cómo iniciar un curso?**

1

Revisa que iniciaste sesión.



Universidad Nacional  
Autónoma de México



Bienvenido

Ale C



Dirección de correo:

alejandra.carrillo@mail.com

Primer acceso al sitio:

Martes, 24 de Julio de 2018, 11:30

Último acceso al sitio:

Miércoles, 29 de Mayo del 2019, 15:4

Mis cursos

Ver todos los cursos

Editar perfil

Cerrar sesión

Palabra, nombre de curso



Accesibilidad



2

Da clic en: VER TODOS LOS CURSOS



Universidad Nacional  
Autónoma de México



Bienvenido  
**Ale C**

Dirección de correo:

alejandra.carrillo@mail.com

Primer acceso al sitio:

Martes, 24 de Julio de 2018, 11:30

Último acceso al sitio:

Miércoles, 29 de Mayo del 2019, 15:4

Mis cursos

Ver todos los cursos

Editar perfil

Cerrar sesión

Palabra, nombre de curso



Accesibilidad



3

## Elige el curso y da clic en: + información

Presentación

Cursos

Requerimientos técnicos

Preguntas frecuentes

Mis Cursos

Cerrar Sesión

Palabra, nombre de curso



Accesibilidad



Estimado usuario te recordamos que cualquier problema técnico con la plataforma te apoyes en las preguntas frecuentes y si no encuentras solución nos contactes en el correo [soporte\\_aprendomas@cuaed.unam.mx](mailto:soporte_aprendomas@cuaed.unam.mx)



A cantar... ¡por gusto!

+ Información



Alimentación, clave para el control de la diabetes

+ Información



Amar ¿duele?

+ Información



Aplicaciones básicas de Windows 8 para principiantes

+ Información



Apreciación de la obra de arte para no artistas

+ Información



Aprende a decir no

+ Información



### Alimentación, clave para el control de la diabetes

[+ Información](#)

Autora: Mtra. María de Lourdes Ildeliza Sierra Torrescano

X

Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia

Descripción: Este curso ofrece una alternativa para sentirte bien; en éste se diferencian los hábitos y costumbres alimenticias de la vida diaria, para el cuidado de personas con diabetes.

Los contenidos del curso serán abordados en cuatro temas; su principal intención es resaltar la importancia que tiene lo que comemos en nuestra salud.

Se ofrecerá una descripción sobre qué es la diabetes mellitus, cómo se clasifica y cómo se puede identificar; se dará el panorama del escenario nacional sobre esta enfermedad y los factores que pueden desencadenarla; también se abordará qué es la insulina y cuáles son sus funciones. Para cerrar el curso, se brindarán recomendaciones sobre el cuidado de la alimentación en la diabetes mellitus.

Tiempo estimado de estudio: 20 horas

**Entrar**



## Alimentación, clave para el control de la diabetes

### Introducción



Es importante cuidar nuestra alimentación porque todo lo que comemos es como el "combustible" del cuerpo y de eso depende nuestro bienestar. Para ello, se ha creado el presente curso, para ayudarte a aprender a vivir mejor mediante la utilización de consejos que te harán sentir bien.

Cuando padecemos alguna enfermedad como la diabetes, cobra mayor importancia cuidar nuestra alimentación, pues debemos proporcionar los nutrientes que necesita nuestro cuerpo.

