

Vivimos Sanos: ALIMENTACIÓN



La alimentación y nutrición de nuestros hijos, y de nuestras familias, es un elemento esencial para un crecimiento y desarrollo saludables, para crear estilos de vida sanos y prevenir muchos problemas de salud en la vida adulta.

El apartado que dedicamos a la [ALIMENTACIÓN](#) en nuestra web se encuentra ubicado en la sección **Vivimos Sanos**.

En el encontraréis muchísimos artículos relacionados con diferentes aspectos de la alimentación, centrándose gran parte de ellos en promover y mantener una alimentación saludable.

Para facilitar la búsqueda de los mismos se han clasificado en 5 grupos:

- **Alimentarse a cada edad**
- **Vamos a comer bien**
- **Los alimentos**
- **Vitaminas y suplementos**
- **Situaciones especiales**

Os invitamos a que navegúéis en esta sección en la que seguro que descubriréis interesantes aspectos de la alimentación que os servirán de gran ayuda.

Para acceder directamente a la misma pulsa [aquí](#).

Fecha de publicación: 4-04-2016
