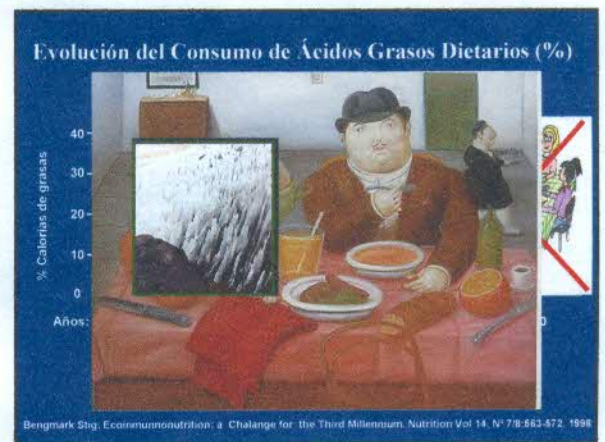
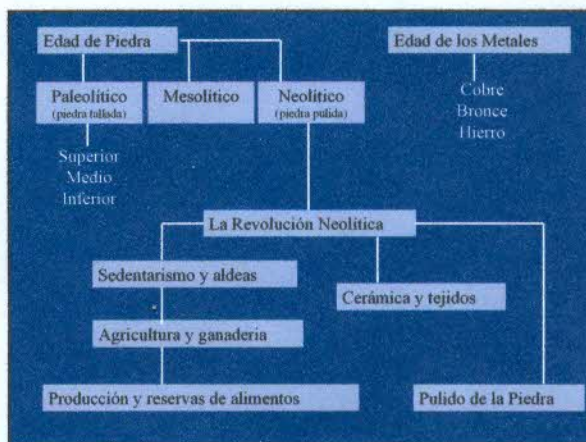
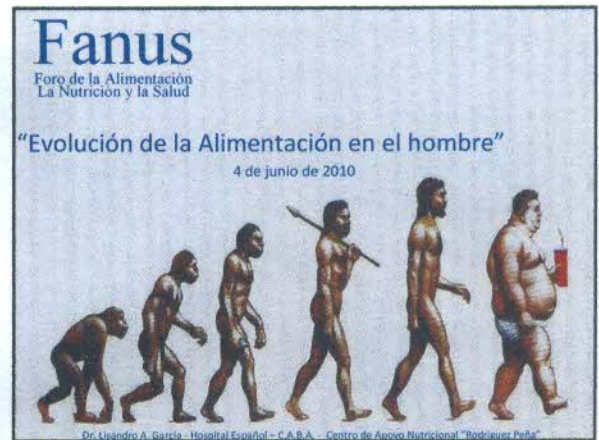
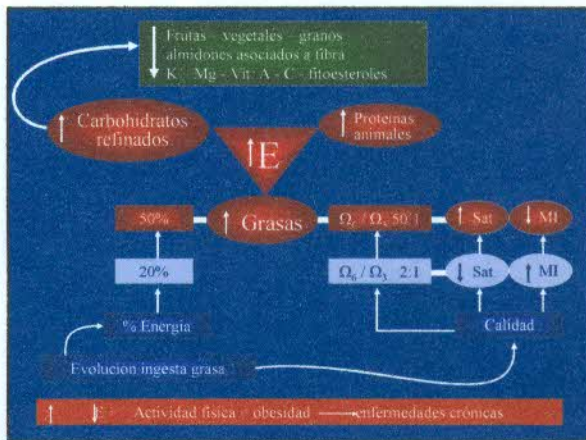


La Prehistoria en un período larguísimo de tiempo en el que podemos distinguir varias etapas:

		CRONOLOGÍA	
PREHISTORIA	EDAD DE PIEDRA	PALEOLÍTICO Inferior	2.500.000 años a 100.000
		PALEOLÍTICO Superior	100.000 " a 10.000
		MESOLÍTICO	10.000 " a 5.000
	EDAD DE METALES	NEOLÍTICO	5.000 " a 3.000
		Eneolítico	3.000 " a 2.000
		BRONCE	2.000 " a 1.200
	Hierro	1.200 " a 1 d. C.	

El ser humano ha vivido la mayor parte de su tiempo en el Paleolítico





Hipótesis de Eaton y Könnner

"Nuestros genes, adaptados durante millones de años al estilo de vida de nuestros antecesores prehistóricos, toleran pobremente los dramáticos cambios en el estilo de vida, especialmente en los hábitos alimentarios".

New England Journal of Medicine 1985

Nutrición Normal:
Definiciones Generalidades Concepto

Nutrición: "Es el resultado o resultante de un conjunto de funciones armónicas y solidarias entre sí, que tienen por finalidad mantener la composición e integridad normal de la materia y conservar la vida".

Prof. Dr. Pedro Escudero

Nutrición: "La Clínica de la Nutrición, es la Clínica Médica con un enfoque particular."

Prof. Dr. Osvaldo J. Brusco

LEYES DE LA ALIMENTACIÓN

1RA LEY "DE LA CANTIDAD"
La cantidad de la alimentación debe ser suficiente para cubrir las exigencias calóricas del organismo y mantener el equilibrio de su balance.

2DA LEY "DE LA CALIDAD"
El régimen alimenticio debe ser completo en su composición para ofrecer al organismo que es una unidad indivisible, todas las sustancias que lo integran.

3RA LEY "DE LA ARMONÍA"
Las cantidades de los distintos principios alimenticios que integran la alimentación, deben guardar una relación de proporciones entre sí.

4TA LEY "DE LA ADECUACIÓN"
La finalidad de la alimentación está supeditada a su adecuación al organismo.

