



Nutrición BOONWA

LA NUTRICIÓN <https://www.youtube.com/watch?v=VuTis6DmlME>

DIETA SALUDABLE <https://www.youtube.com/watch?v=FaLmwmN1MP0>

LOS NUTRIENTES <https://www.youtube.com/watch?v=i9WV6oRGgoA>

ALIMENTACIÓN SALUDABLE https://youtu.be/vbueh5nfpC4?si=YM8Phj_kBN0ZrNmz

HIDRATOS DE CARBONO <https://youtu.be/BR1nfMZKFDE?si=64VPquujZ0KI-LPs>

LAS GRASAS https://youtu.be/PunGyecwo_4?si=5wytKkr-vDWsflsM

LAS VITAMINAS <https://www.youtube.com/watch?v=5DRr2otjce4&t=1s>

LAS PROTEINAS <https://www.youtube.com/watch?v=TDB5IFwIJzE&t=3s>