**SEMINARIO EL PLACER DE COMER SALUDABLE**

**Nombre:**

**Fecha:**

Por favor enviar este formato diligenciado al siguiente correo:

[asesoriasensaludms@gmail.com](mailto:asesoriasensaludms@gmail.com)

**AUTOVALORACIÓN**

**Módulo 1: Aspectos nutricionales y alimentarios en la salud integral**

1. ¿Qué fue lo que más le llamó la atención de los temas planteados en las guías de autoestudio de dicho módulo?

**Módulo 2: Guías alimentarias y listas de intercambio en las dietas saludables**

1. ¿Qué fue lo que más le llamó la atención de los temas planteados en las guías de autoestudio de dicho módulo?

**Módulo 3: Variadas recetas de la gastronomía basada en plantas**

1. ¿Qué fue lo que más le llamó la atención de los temas planteados en las guías de autoestudio de dicho módulo?
2. ¿Sobre qué temáticas de su interés le gustaría recibir información complementaria?
3. ¿Qué recomendaciones nos hace para la mejora continua de esta actividad?

**¡Muchísimas gracias por explorar juntos el poder de vivir una vida saludable!**