

# Luti y sus Nutriaventuras

Bienvenido al documento informativo sobre Luti y sus Nutriaventuras y el Centro de Desarrollo Infantil (CDI).

## Índice

1. Ficha Médica
2. Percentil de Crecimiento
3. Tabla de Información Nutricional
4. Información Adicional
5. Información de Contacto

## Ficha Médica

**Nombre:** Juan Pérez

**Edad:** 2 años

**Peso:** 12 kg

**Altura:** 85 cm

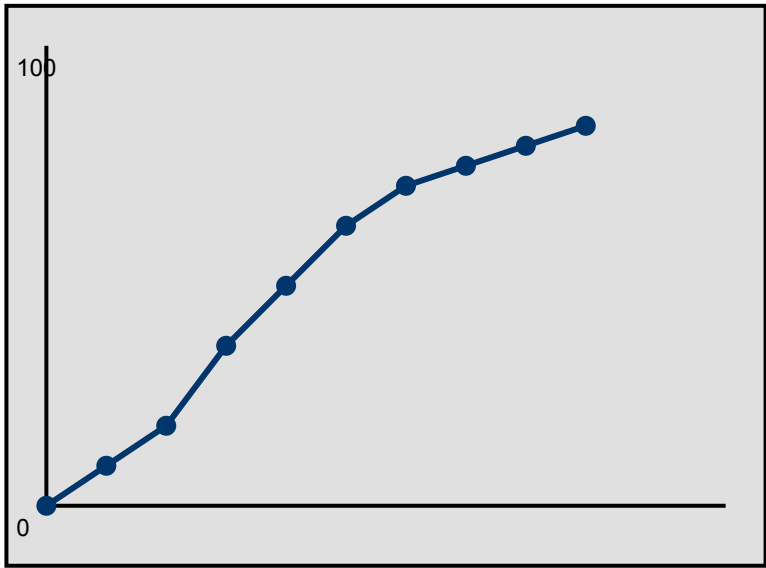
**Alergias:** Ninguna

**Condiciones Médicas:** Ninguna

**Historial Médico:** Juan ha tenido un historial médico saludable con controles regulares y sin incidentes significativos. Sus vacunas están al día.

**Desarrollo:** Juan muestra un desarrollo normal para su edad. Está alcanzando hitos importantes como caminar y decir algunas palabras simples.

## Percentil de Crecimiento



El percentil de crecimiento de Juan Pérez se encuentra en el 50%, lo que indica un crecimiento normal para su edad.

## Tabla de Información Nutricional

Alimento	Porción	Calorías	Proteínas	Grasas	Carbohidratos
Manzana	1 unidad	52	0.3 g	0.2 g	14 g
Leche	1 vaso (250 ml)	150	8 g	8 g	12 g
Arroz	1 taza	200	4 g	0.4 g	45 g
Carne de Pollo	1 pieza (100 g)	165	31 g	3.6 g	0 g
Pan Integral	1 rebanada	80	4 g	1 g	14 g

## Información Adicional

**Consejos Nutricionales:** Para asegurar un crecimiento saludable, es importante incluir una variedad de alimentos en la dieta de los niños, tales como frutas, verduras, proteínas y granos enteros. Asegúrate de que Juan tenga una dieta balanceada que le proporcione todas las vitaminas y minerales necesarios para su desarrollo.

**Actividades Recomendadas:** Fomentar la actividad física es crucial para el desarrollo físico y emocional de los niños. Actividades como juegos al aire libre,

deportes adaptados a su edad y tiempo de juego activo son beneficiosas para su salud y bienestar general.

**Recomendaciones de Hidratación:** Mantener una adecuada hidratación es fundamental para la salud. Asegúrate de que Juan beba suficiente agua a lo largo del día y evita bebidas azucaradas o altas en calorías vacías.

## Información de Contacto

---

Para más información sobre Luti y sus Nutriaventuras o el Centro de Desarrollo Infantil (CDI), puedes contactarnos a través de los siguientes medios:

Teléfono: (123) 456-7890

Email: [info@cdi-lutiyaventuras.com](mailto:info@cdi-lutiyaventuras.com)

Dirección: Calle Ficticia 123, Ciudad Ejemplo, País