

Grasas saludables para la salud del corazón

Presentadora: Maria Eugenia Rodríguez-León, RD

Objetivos:

1. Describir una alimentación saludable para el corazón
2. Explicar los efectos de los diferentes tipos de grasas a nuestra salud
3. Ofrecer ejemplos sobre cómo usar las grasas saludables en nuestra alimentación

Sobre la presentadora:
Maria Eugenia Rodríguez-León es dietista registrada y especialista certificada en nutrición renal con 14 años de experiencia en el campo renal. Vive en Puerto Rico y es dueña de una práctica privada virtual donde trabaja con Hispanos que viven con ERC para ayudarlos a retrasar la progresión de la enfermedad renal. Ha trabajado con organizaciones locales y nacionales para educar a los Hispanos sobre nutrición y salud renal.