



Te invitamos  
a leer más

1. **Respuesta correcta: a)**

Una alimentación saludable debe incluir entorno al 80% de alimentos de origen vegetal y un 20% de alimentos de origen animal, a fin de equilibrar los nutrientes de la alimentación, evitar el exceso proteico y exceso de grasa saturada y colesterol, componentes propios de los alimentos de origen animal. Además la producción de alimentos cárnicos y lácteos conlleva un gran consumo de recursos naturales e importantes alteraciones del medio ambiente

La nueva Rueda de los Alimentos

SEDCA® 2007

