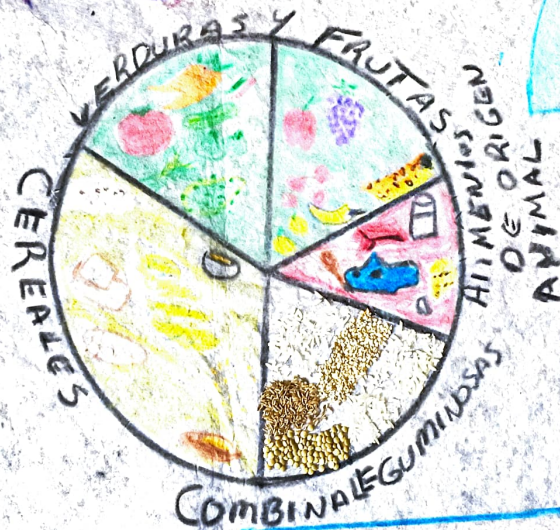


COMER SANO

Limitar comida
basura, alcohol
REFresco y bollería

Evitar consumo
de
Productos

Proteínas
completas
a diario



VERDURAS Y
FRUTAS a diario

una buena
Alimentación nos
Protege de enferme-
dades como: cardiopati-
as, AVC, diabetes y
el CANCER

Grasas de
fuentes típicas
de calidad

(OMG)
|||
⋮