FUENTES DE CONSULTA : <https://libbys.es/blog/habitos-saludables/piramide-de-la-alimentacion-guia-util/7691>

<https://www.binasss.sa.cr/poblacion/alimentacion.htm#:~:text=La%20alimentaci%C3%B3n%20es%20un%20elemento,%2C%20minerales%2C%20carbohidratos%20y%20fibra>.