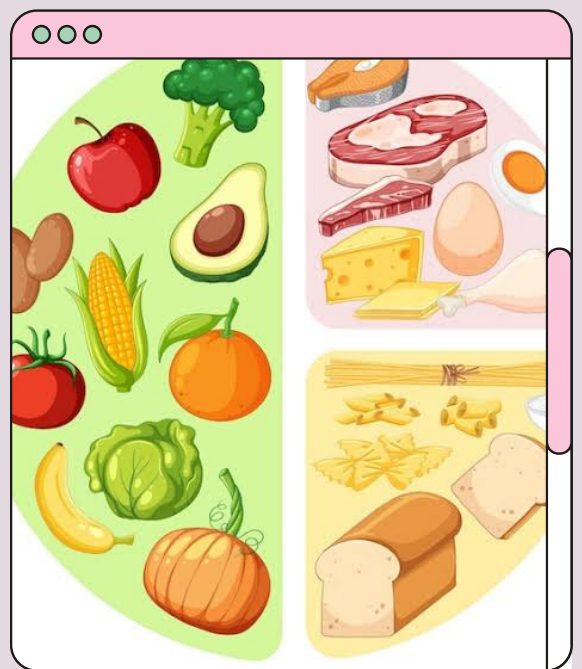
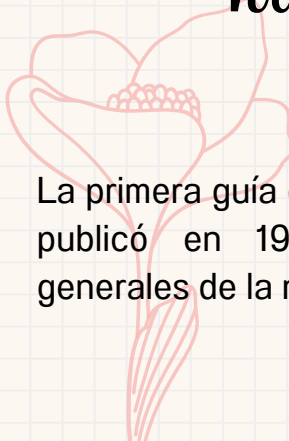


# Guías alimentarias

**historia**

La primera guía de alimentación y salud se publicó en 1997 con aspectos muy generales de la nutrición



**Septiembre 1998**

Desde 1999 la guía alimentaria se incorporó aún más para diferente etapa de vida ya que así podrían lograr una alimentación saludable


**Definición**

Se define como la expresión de principios de educación nutricional en forma de alimentos, su propósito es educar a la población y guiarlos a las políticas nacionales de alimentación y nutrición




**fases Para el desarrollo**

para elaborar una guía es obligatorio pasar por muchas pruebas o con equipos interdisciplinarios tanto representantes como agricultura, salud, educación, nutrición y ciencia de alimentos.



**fases Para el desarrollo**

Para que las guías alimentarias (G.A) estén listas tienen que someterse a una prueba piloto para saber si son comprensibles y prácticas, todo está basado en las características sociales, culturales, y económicas de cada país



# Guías alimentarias en el mundo

## Mexico

Plato del bien comer, representa los colores del semáforo y agrupa los alimentos indicando cantidades



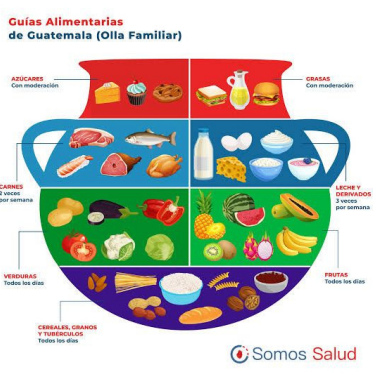
## Chile

incrementa La actividad física



## colombia

Prohíbe azúcares

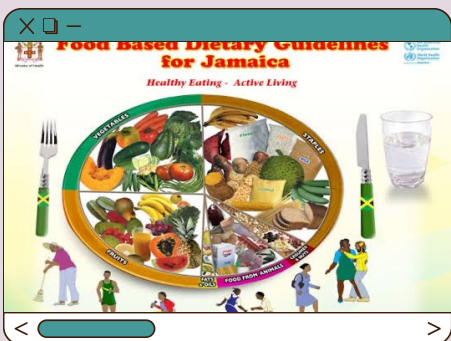


## Guatemala

La olla del buen comer, también habla de la actividad física

## Perú

evita el consumo de alimentos procesados, la sal y enseña sobre compart alimentos



## Jamaica

El alimento que nos da como consumo moderado es el plátano



## Costa Rica

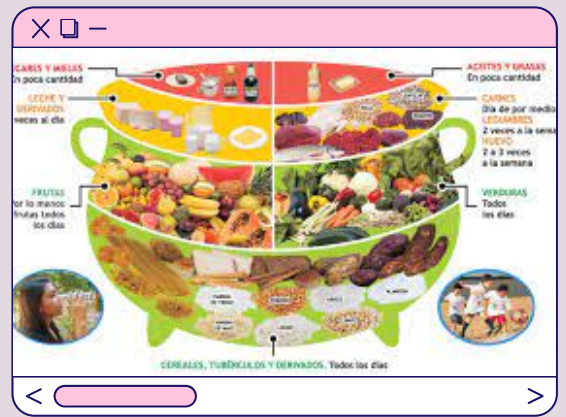
Nos demuestra la convivencia familiar y el deporte



# Guías alimentarias en el mundo

## Paraguay

Esta guía alimentaria nos muestra también las raciones por día



## venezuela

El trompo también habla sobre la unión familiar, y la cuerda del trompo representa el agua



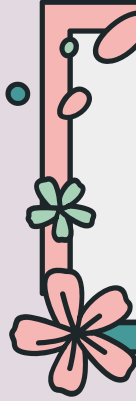
## Ecuador

representa una cuchara, habla sobre el autoconsumo



## china

Se trata sobre los templos sagrados de china, los alimentos más importantes van de abajo hacia arriba



## India

Evita 100% el consumo de alcohol y el tabaco



## Turquia

forma el trébol de 4 hojas dividiendo los 4 grupos básicos de alimentos



## Emiratos Árabes unidos

representada por los rascacielos del país

## الدليل الإرشادي الوطني للتغذية

