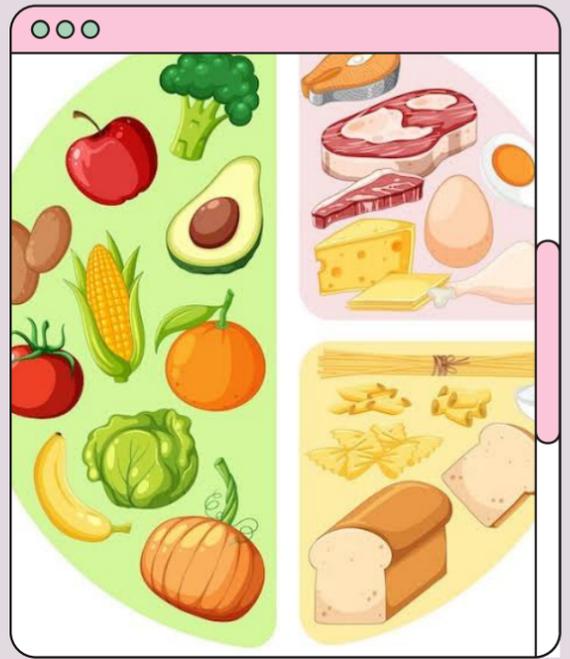
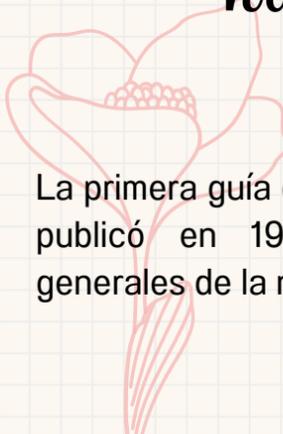


Guías alimentarias

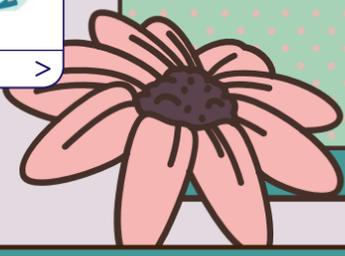
historia

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



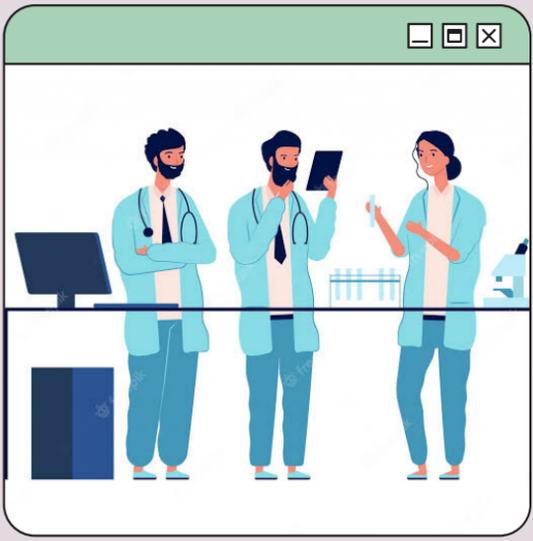
Septiembre 1998

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

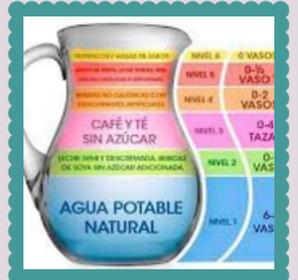
Para que las guías alimentarias (G.A) estén listas tienen que someterse a una prueba piloto para saber si son comprensibles y prácticas, todo está basado en las características sociales, culturales, y económicas de cada país



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

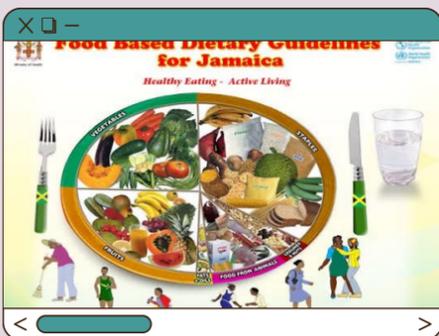


Guatemala

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



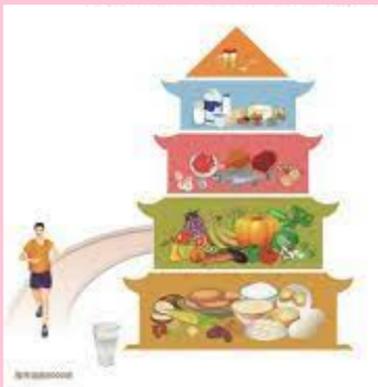
venezuela

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

