



## Sellos, lo que hay en ellos

Instrucciones: Observa los siguientes sellos que aparecen en los alimentos procesados y relaciona cada uno con el daño que provocan en nuestra salud el consumo de alimentos con esas advertencias.



Su consumo en exceso incrementa la presión arterial y el riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares



Su consumo en exceso contribuye al desarrollo de enfermedades como caries, sobrepeso, obesidad, diabetes tipo 2, entre otras.



Incrementa los niveles de colesterol aumentando el riesgo de sufrir ataques cardiacos, y otras enfermedades cardiovasculares.



Con el tiempo, se convierten en grasa corporal, lo que ocasiona aumento de peso, obesidad y un riesgo mayor de enfermedades del corazón.

