



# Vida sana



- 1 Rodeá te parecen menos saludables.
- 2 El plato de alimentación saludable muestra qué debemos comer para llevar una dieta sana.

- ¿Qué alimentos ocupan más espacio en el dibujo, y cuáles menos?



- ¿Por qué creés que están dispuestos de esa manera?

- 3 Buscá en el plato los alimentos que vos consumís y respondé:

- ¿Considerás que tu alimentación es saludable? \_\_\_\_\_
- ¿Qué alimentos creés que deberías incorporar a tu dieta? Rodealos.