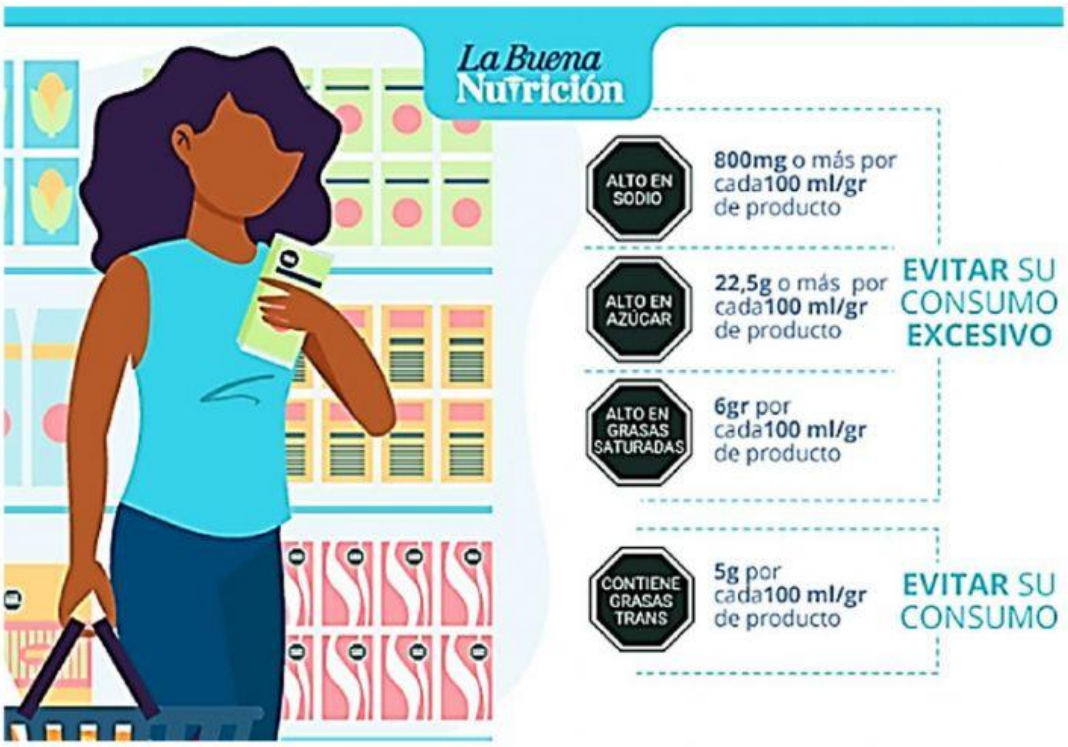
ACTIVIDAD DE REFUERZO

LOS OCTÓGONOS

LEE LAS SIIGUIENTES INFOGRAFÍAS Y CONTESTA A LAS PREGUNTAS:



1) **¿CUÁL DE LOS OCTÓGONOS ES EL MÁS PELIGROSO?**

   _____ **ALTO EN AZÚCAR** _____ **CONTIENE GRASAS TRANS**

2) **¿EN QUÉ TIPOS DE ALIMENTOS ENCONTRAMOS EL OCTÓGONO "ALTO EN SODIO"?**

   _____ **ALIMENTOS DULCES** _____ **ALIMENTOS SALADOS**

3) **¿EN QUÉ TIPOS DE ALIMENTOS ENCONTRAMOS EL OCTÓGONO "ALTO EN AZÚCAR"?**

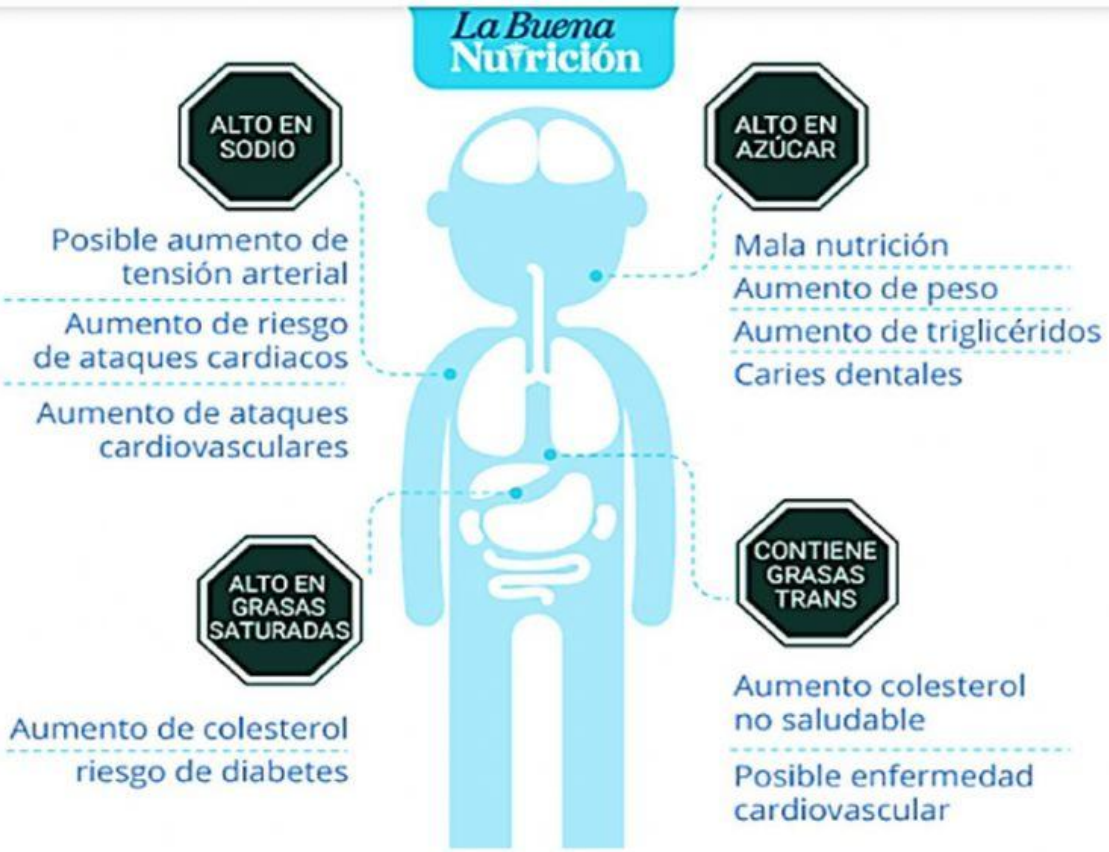
   _____ **ALIMENTOS DULCES** _____ **ALIMENTOS SALADOS**

4) **¿EN QUÉ TIPOS DE ALIMENTOS ENCONTRAMOS EL OCTÓGONO "ALTO EN GRASAS SATURADAS"?**

___ 

___ 
___ 

LIVEWORKSHEETS



1) ¿CUÁLES SON LOS RIESGOS DEL ALTO CONSUMO EN SODIO?

____ Aumento de peso.

____ Riesgo de diabetes

____ Aumento de ataques cardiacos

2) ¿CUÁLES SON LOS RIESGOS DEL ALTO CONSUMO EN AZÚCAR?

____ Aumento de colesterol

____ Caries dentales

____ Aumento de ataques cardiacos

3) ¿CUÁLES SON LOS RIESGOS DEL ALTO CONSUMO EN GRASAS SATURADAS?

____ Aumento de peso.

____ Riesgo de diabetes

____ Aumento de colesterol

LIVEWORKSHEETS