

Gastronomía Sostenible



● Considera el origen de los ingredientes, cómo se cultivan, cómo llegan a los mercados y a tu mesa.



¡Su importancia!

- Promueve hábitos respetuosos con el medio ambiente y tradiciones locales.
- Promociona el desarrollo agrícola, la seguridad alimentaria, nutrición, producción sostenible de alimentos y conservación de la biodiversidad.



¡Apóyala!

- No desperdicies alimentos.
- Compra en mercados locales, con pequeños productores o agricultores.
- Prueba productos locales al viajar.
- Mantén vivas las tradiciones culinarias.

*¡DISMINUYE TU HUELLA AMBIENTAL
Y MEJORA TU SALUD Y ECONOMÍA!*



CGED-DEC



ECONOMÍA
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

PROFECO
PROCURADURÍA FEDERAL
DEL CONSUMIDOR

Regreso a la alimentación saludable



Modificar tus hábitos retomando una alimentación saludable, te permitirá evitar enfermedades, sentirte mejor, cuidar tu economía y al medio ambiente:



Adquiere productos de tu región.



Evita o disminuye el consumo de alimentos procesados.



Cocina tus propios platillos.



Asegúrate de que tus comidas sean saludables y con las porciones adecuadas a las necesidades de la familia.



Cuida al máximo la higiene de los alimentos.

**¡RECUERDA: NO HAY ALIMENTOS MALOS,
SINO MALAS PRÁCTICAS EN SU PREPARACIÓN Y CONSUMO!**



CGED-DEC



ECONOMÍA
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

PROFECO
PROCURADURÍA FEDERAL
DEL CONSUMIDOR