

Si la biodiversidad sufre, nosotros también



La extensa variedad de plantas, animales y microorganismos existentes en la Tierra forman parte de la biodiversidad.

Problemática

Nuestros patrones de consumo están teniendo un impacto negativo en la naturaleza.

- La pérdida de biodiversidad es rápida y continua.
- Han afectado en un 75% al medio ambiente.
- Han dañado al 66% del ambiente marino.
- Un millón de especies animales y vegetales están en peligro de extinción.
- Si la salud del planeta no es adecuada, hay mayor riesgo de que aparezcan enfermedades transmisibles entre animales y humanos.
- Nuestra superveniencia depende de preservar la biodiversidad saludable.

Depende de nosotros mantener nuestro planeta sano.

¡Adopta hábitos de consumo sostenibles, es en beneficio de todas y todos!

Elaboró: Vanía Martínez Ramírez, Diseño: Daniel Wilson, Revisó: Ivon Castañeda, Validó: Moisés Macías.



Oficinas Centrales:

Av. José Vasconcelos 208, Col. Condesa,
Alcaldía Cuauhtémoc, C. P. 06140
Ciudad de México.

Horario de atención de:

9 a 19 horas de lunes a viernes
y de 10 a 18 horas los fines
de semana y días festivos.

Twitter: @Profeco

Facebook: Profecooficial

YouTube: ProfecoTV

Instagram:

revistadelconsumidormx

Teléfono
del **consumidor**
(55)5568 8722 - 800 4688722



ECONOMÍA
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

PROFECO
PROCURADURÍA FEDERAL
DEL CONSUMIDOR

Ansiedad
y comida



Diabetes
infantil



Si la
biodiversidad
sufré, nosotros
también



Ansiedad y comida



Tips que te pueden ayudar a calmar tu ansiedad y evitar así, comer en exceso:

- Revisa tus emociones, ¿por qué te sientes así?, ¿qué pasa o qué piensas antes de que empieces a comer?
- Haz ejercicios de relajación.
- Evita reprimir o guardar tus emociones negativas. Mejor, obsérvalas y analiza qué necesitas cambiar.



● Haz otras actividades que te satisfagan igual pero sin que te generen algún daño.

● Haz ejercicio moderado.

● Duerme bien.

Quando los alimentos se utilizan para sentir alivio al presentar síntomas de ansiedad, tristeza, estrés y miedo, afectando tu calidad de vida, requiere atenderse de inmediato antes de que te dañes más.



Si crees que no puedes solo, acude con un especialista que te ayude a encontrar las causas y solución a tu "hambre emocional".



Diabetes infantil

Se le llama también Diabetes Mellitus tipo 1, se presenta cuando el sistema inmune de la niña, niño o adolescente, destruye por error las células del páncreas que producen insulina.

Causas

- Aunque no hay certeza, se cree que la genética y factores ambientales pueden influir.

Prevención y cura

- A la fecha no existe forma de prevenirla, ni curarla.

Síntomas

- Sed excesiva y ganas de orinar frecuentemente.
- Hambre extrema.
- Adelgazamiento.
- Fatiga.
- Irritabilidad.
- Aliento con olor a fruta.
- Visión borrosa.
- Candidosis.

Cuidados específicos

- Chequeos periódicos regulares.
- Estudio de laboratorio trimestral.
- Automonitoreo diario.
- Insulina diaria.
- Alimentación saludable controlada.
- Actividad física diaria.

