

SISTEMAS ALIMENTARIOS SOSTENIBLES IMPORTANTES PARA LOGRAR UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Un sistema alimentario influye en nuestra salud, medio ambiente, economía y cultura.



Sus objetivos son:

1 Producción

Mantener la salud de suelos.

2 Almacenamiento y distribución

Tener buenas prácticas poscosecha, almacenamiento, transporte y distribución.

3 Procesamiento y comercialización

Fortificar alimentos solo cuando se necesite.

Regular el contenido de sodio, azúcar, grasas, aditivos y preservadores.

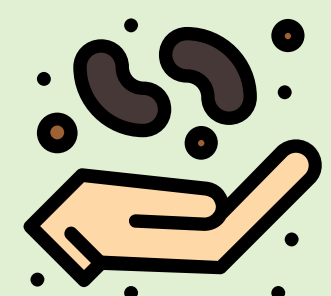
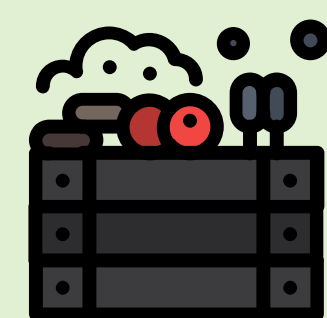
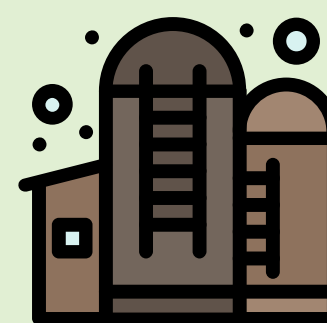
Disponer de productos frescos en mercados y tiendas.

4 Consumo

Cocinar y compartir en familia, servir porciones adecuadas y disminuir el uso de sal, azúcar y grasas.

Aprovechar todas las partes de los alimentos para reducir desechos.

Mantener una adecuada higiene de alimentos utilizando agua potable.



La alimentación saludable es un derecho y es responsabilidad de todos

CGED-DEC



ECONOMÍA
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

PROFECO

PROCURADURÍA FEDERAL
DEL CONSUMIDOR