



Gobierno de Canarias  
 Consejería de Sanidad  
 Consejería de Educación, Cultura y Deportes  
 Dirección General de Promoción Educativa



Servicio  
 Canario de la Salud  
 Dirección General de Salud Pública

# Delta 2005

Una pirámide de la alimentación saludable

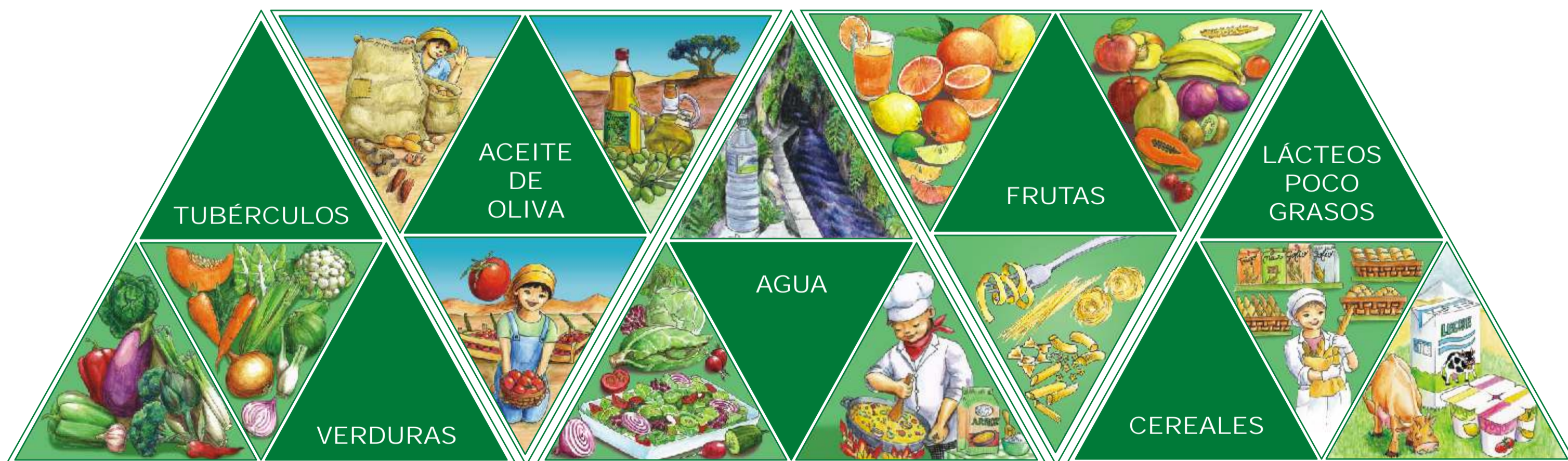


BEBIDAS ESTIMULANTES  
 GRASAS SÓLIDAS  
 GOLOSINAS  
 REFRESCOS  
 BOLLERÍA  
 ALCOHOL

## ALIMENTOS SUPERFLUOS (CONSUMO OCASIONAL)



## ALIMENTOS COMPLEMENTARIOS (CONSUMO SEMANAL)



## ALIMENTOS BÁSICOS (CONSUMO DIARIO)



El humo perjudica tu salud

Corre, salta, juega... ¡muévete!

Come despacio, ni mucho ni poco, varias veces al día