

EJERCICIOS DE "PIRÁMIDE ALIMENTICIA"

1. ¿Qué información contiene la pirámide alimenticia?
2. ¿Por qué actualmente se recomiendan ciertos hábitos vitales, además del tipo de nutrientes a consumir?
3. ¿Cuánto es una ración de frutas y verduras?
4. ¿Qué 2 tipos de nutrientes usamos como fuente de energía principalmente?