



Tu Salud es lo Primero - Marzo 2018

## **LA PIRÁMIDE ALIMENTARIA Y EL CÁNCER DE COLON** **¿QUÉ ES LA PIRÁMIDE ALIMENTARIA?**

La pirámide alimentaria es un dibujo hecho con la intención de enseñarnos de forma muy sencilla qué alimentos son los más importantes en nuestra dieta. La pirámide nos permite ver qué alimentos debemos consumir a diario y varias veces, qué alimentos deben tener un consumo variado y qué alimentos debemos moderar y no hacer parte principal de nuestra alimentación.

**MÁS INFORMACIÓN**

