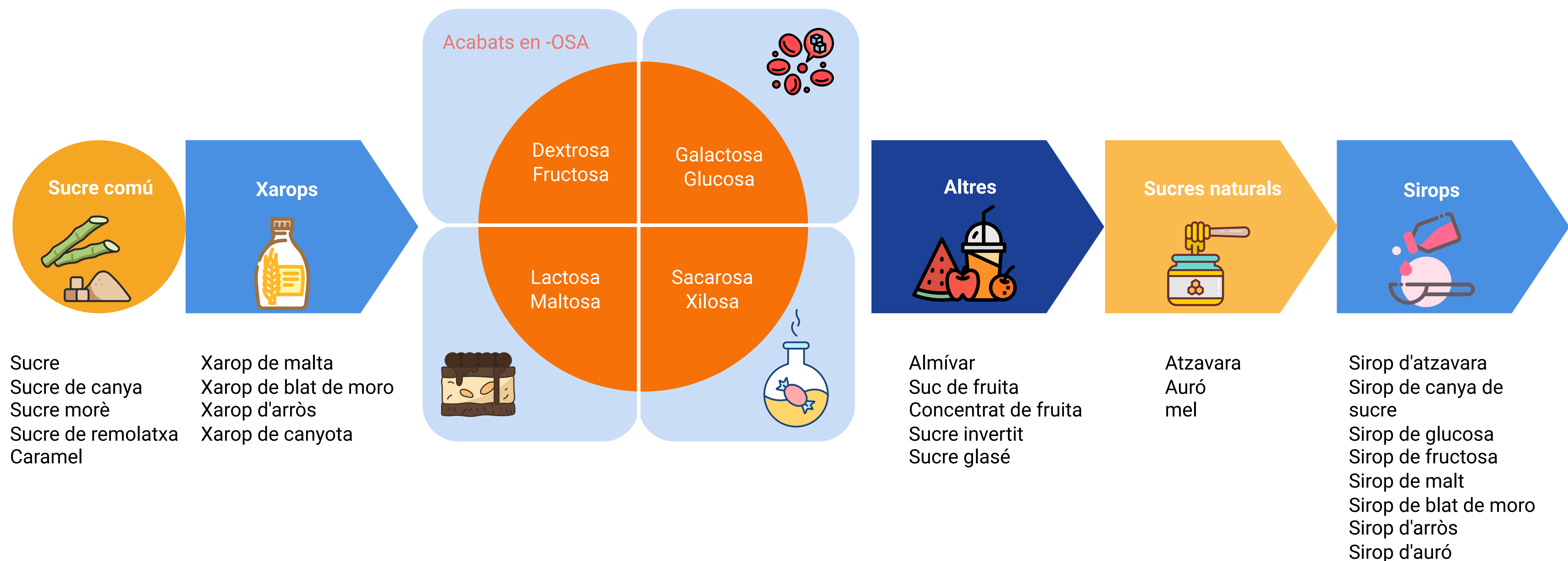




Els sucres què hi ha amagats a les etiquetes

A les etiquetes on hi ha apuntats els ingredients dels aliments envasats, apareix la paraula "sucres". A voltes, no tots els sucres presents en el producte, apareixen amb aquest nom... **Us presentem els noms que els disfressen?**



La OMS estableix com límit diari de consum de sucre 25 gr/dia. Recomana que els aliments no tinguin més de 5 gr de sucre/100 gr.

Autoria: Grup d'hàbits saludables

Fonts: Plan de actividades preventivas de la Seguridad Social