



Informe del taller “Etiquetado y el azúcar invisible”

Introducción

En el Ecuador hay diversos productos alimenticios que son procesados y que contienen elementos que comúnmente desconocemos, sin embargo, puede que algunos de esos elementos pueden ser nocivos y nosotros, sin saberlo los ingerimos de manera frecuente. Uno de estos es el azúcar, que a veces puede ser ingerido en demasía, provocando diversas enfermedades.

La finalidad de este taller es el concientizar a la gente de los productos que consume y los compuestos que tiene y que pueden ser perjudiciales o no.

Objetivo general. – Generar conciencia sobre los alimentos que se ingiere.

Objetivos particulares. -

- Dar a conocer el azúcar presente en los alimentos cotidianos
- Enseñar y comparar los datos del semáforo alimenticio y la tabla nutricional.

Instrumentos. -

- Azúcar, medida en porciones pequeñas y en una funda grande.
- Cucharilla promedio, de medida de 5 gramos.
- Plato para colocar el azúcar.
- Productos alimenticios con el semáforo y tabla nutricional.

Procedimiento. -

1. Proceder a leer la tabla de contenido y los ingredientes de los productos. (No tiene que ser uno solo en específico).
2. Hacer que las personas participantes del taller, con la cucharilla saquen el azúcar marcado en la tabla.
3. Realizar la explicación de la azúcar en la tabla de contenidos con relación a los ingredientes mencionados.
4. Explicar la relación entre la tabla de nutrición y el semáforo.

Resultados y conclusiones. -

Durante el taller nos ganamos la confianza de las personas en el mercado, para que así pudieran colaborar, aparte de eso demostramos que la mayoría de personas no conocen

los ingredientes de lo que comen, y dimos una fuerte impresión con respecto a eso, junto con lo del azúcar. También se interesaron de manera muy abierta en poder realizar los otros dos talleres, dando a entender que generamos conciencia sobre la salud al momento de comer los productos procesados.

Anexos. -



