



# ALIMENTACIÓN

*saludable y sostenible*

¡Hemos realizado una selección de productos más saludables y queremos darte algunos consejos sobre los productos de máquinas vending!

- Consumir de **forma ocasional y responsable**.
- Priorizar opciones con **menos azúcar, sal y grasas saturadas**.
- Bebe **agua** y prioriza una **alimentación variada, con alimentos frescos y de temporada**.
- Elegir productos con **envases reciclables** siempre que sea posible.
- Valorar alternativas con **ingredientes** de origen **próximo, comercio justo**.
- Las decisiones diarias contribuyen a cuidar la salud y el planeta.

*“Elegir con conciencia es un gesto sencillo que suma bienestar hoy y sostenibilidad mañana.”*



**COMILLAS**  
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS