¿Cómo reducir el Consumo de Sal?

al comprar elige
alimentos naturales
si compras procesados,
elige los que tengas
menos sal

Proteger

Gobierno de JUJUY
Ministerio de Salud

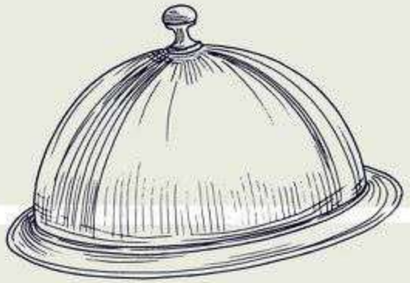
¿Cómo reducir el Consumo de Sal?

utilizá hierbas frescas, pimiento, ajo o limón, para reemplazar la sal o los cubitos de caldo.

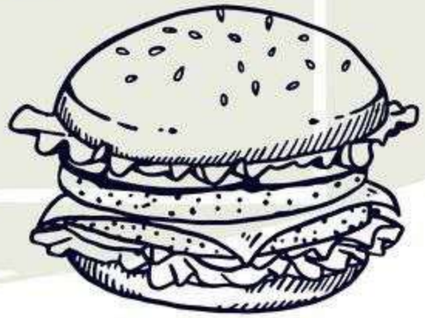
Proteger

Gobierno de JUJUY
Ministerio de Salud

¿Cómo reducir el Consumo de Sal?



limitá el consumo de comida rápida y el uso de salero en la mesa.



Proteger

Gobierno de JUJUY
Ministerio de Salud