

Los embutidos

Los embutidos como el jamón, la salchicha y la mortadela, entre otros, son alimentos ultraprocesados.

No se recomienda su consumo.

Son elevados en sodio, colorantes, saborizantes, conservadores, aditivos.

*Está comprobado que su consumo puede producir cáncer.

Está comprobado que el consumo de embutidos puede producir cáncer.

