

EL TAMAÑO DE LAS PORCIONES DE LOS ALIMENTOS ES MÁS REAL

Cambios en el tamaño de las porciones

Lo que se consideraba una sola porción ha cambiado en las últimas décadas desde que la etiqueta de información nutricional original fue creada. Ahora, los tamaños de las porciones serán más realistas para reflejar como mucha gente usualmente come en una sola ocasión.

TAMAÑO DE PORCIÓN ACTUAL



TAMAÑO DE PORCIÓN NUEVO



El envase tiene un efecto en la porción

El tamaño del envase influye cuánto una persona come y bebe. Ahora, por ejemplo, ambas botellas de 12 y 20 onzas equivaldrán a una porción, ya que por lo regular la gente bebe ambas porciones de una vez o en una sentada.



1 PORCIÓN POR BOTELLA EN
AMBOS TAMAÑOS DE BOTELLA