

# Pirámide de la Dieta Mediterránea: un estilo de vida actual

Guía para la población adulta

Medida de la ración basada en la frugalidad y hábitos locales



© 2010 Fundación Dieta Mediterránea  
El uso y la promoción de esta pirámide se recomienda sin ninguna restricción



Fundación  
Dieta Mediterránea

ICAF

International Commission on the  
Anthropology of Food and Nutrition



Prefimed  
Protección con Dieta Mediterránea

