**ALERTA AO SAL**

|  |  |
| --- | --- |
| **Alimentos / Produtos** | **Quantidade de Sal na embalagem** |
| **Pistáchios salgados**  **(embalagem de 150 g)** | **2,28 g** |
| **Batatas fritas**  **(embalagem de 175 g)** | **2,62 g** |
| **Feijão frade enlatado (embalagem de 420 g)** | **3,517 g** |
| **Fiambre da perna**  **(embalagem de 200 g)** | **5 g** |
| **Queijo Flamengo**  **(embalagem de 200 g)** | 1. **g** |
| **O consumo excessivo de sal provoca Hipertensão arterial** | |
| * **Uma solução para diminuir o consumo diário de sal é utilizar plantas aromáticas na confeção dos alimentos em vez do sal.** | |