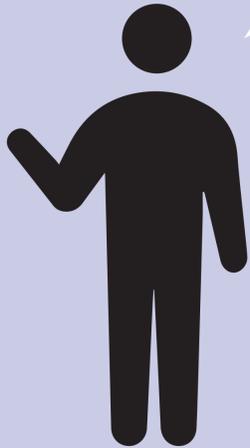
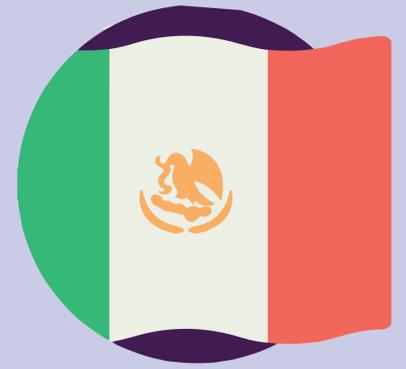


# CONSUMO DE REFRESCO

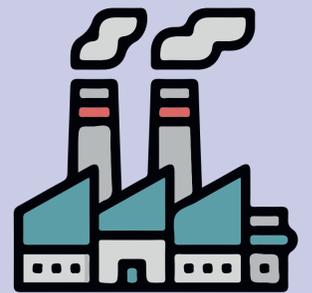
En el **2016** en México se consumieron **18,824 millones de litros de refresco**



Un mexicano consume aproximadamente **160 litros** de refresco al año. (PROFECO,2010)



En México existen 324 empresas dedicadas a la elaboración de refrescos, de las cuales el 6%(20) se encuentran en el Estado de México



De las **22,020** muertes ocurridas, el **12%** están relacionadas con el **consumo de bebidas azucaradas** (México,2012)



## ¿SABES QUE CONTIENE EL REFRESCO?

### AZÚCAR

Contiene **63 gramos** por porción de 600 ml, lo que equivale a 12 1/2 cucharada de azúcar, que cubre de 180 a 252% de lo que un adulto debe consumir para todo el día.

### COLORANTE

Contiene caramelo IV, que se elabora con amonios y sulfuros, los cuales son causa de cáncer. La cantidad **máxima** no puede superar los **29 ug**

### SODIO

Contiene **119 miligramos**. Este ingrediente se utiliza para dar mayor palatabilidad a los productos y disminuir el sabor dulce de los azúcares. La cantidad **máxima** es de **2 g de sodio/día**

### ÁCIDO FOSFORICO

Presente en la sensación de burbujas. No permite una buena fijación de calcio en los huesos y extrae el calcio de los mismos. Da un sabor más fuerte.

