

QUER CONHECER  
OS

PROCESSADOS

E ULTRAPROCESSADOS?



Em uma escola na cidade de Salvador...

Oi, gente! Eu sou a Duda. Bom, na verdade eu sou o corpo da Duda. Corpo de carne, osso e essas coisas mesmo.

Você também tem seu corpo, eu tenho o meu e todo mundo também tem.

Se tem uma coisa que eu gosto é de comer. E, diversas vezes, eu não sei nem o que realmente tem no que eu estou comendo.

Tem até lugares onde as pessoas plantam o que comem... mas na cidade é tudo tão rápido que a gente come tudo o que vê pela frente.

E a comida vem da natureza, mas aqui a gente só encontra tudo em embalagens.

Agora contarei a vocês a minha história! A história do meu corpo, que assim como o de vocês, saía comendo diversos alimentos processados e ultraprocessados.

Duda é uma menina de 11 anos, que à tarde adora assistir seus programas de TV.

Até que aparece um comercial de alimentos na TV e Duda logo se anima.

Chegando ao mercadinho...

Hmm...acho que vou ao mercadinho atrás de alguns lanches para comer.

O que será que devo comprar? Não faço a mínima ideia.

Já sei!! Vou atrás daqueles biscoitos que apareceram na TV. Eles parecem muito saborosos.

Oiii, Duda!! Tá me procurando?

Nossa!! Achei você! Tô com uma fome que só...

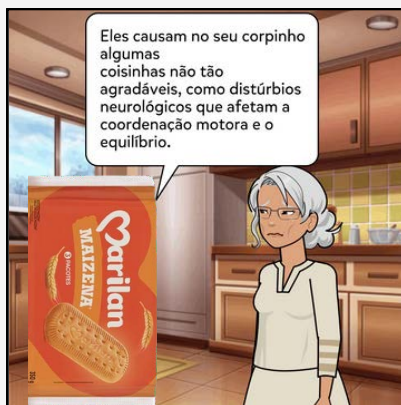
Parem aí! Não tão rápido!! Também estou aqui.

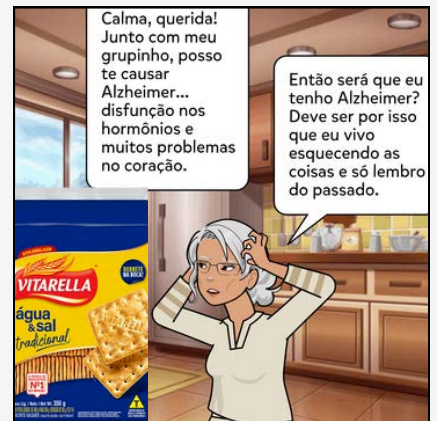
Ainda bem que você chegou a tempo! Gosto muito de vocês dois e me fazem tão bem.

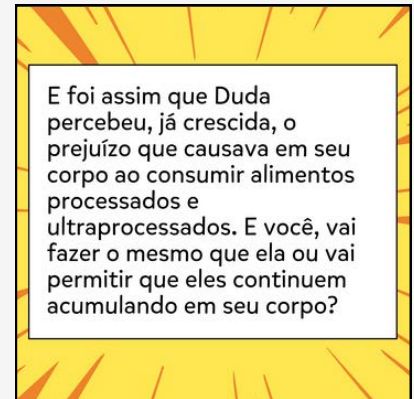
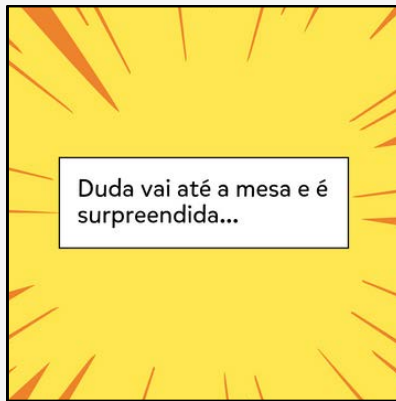














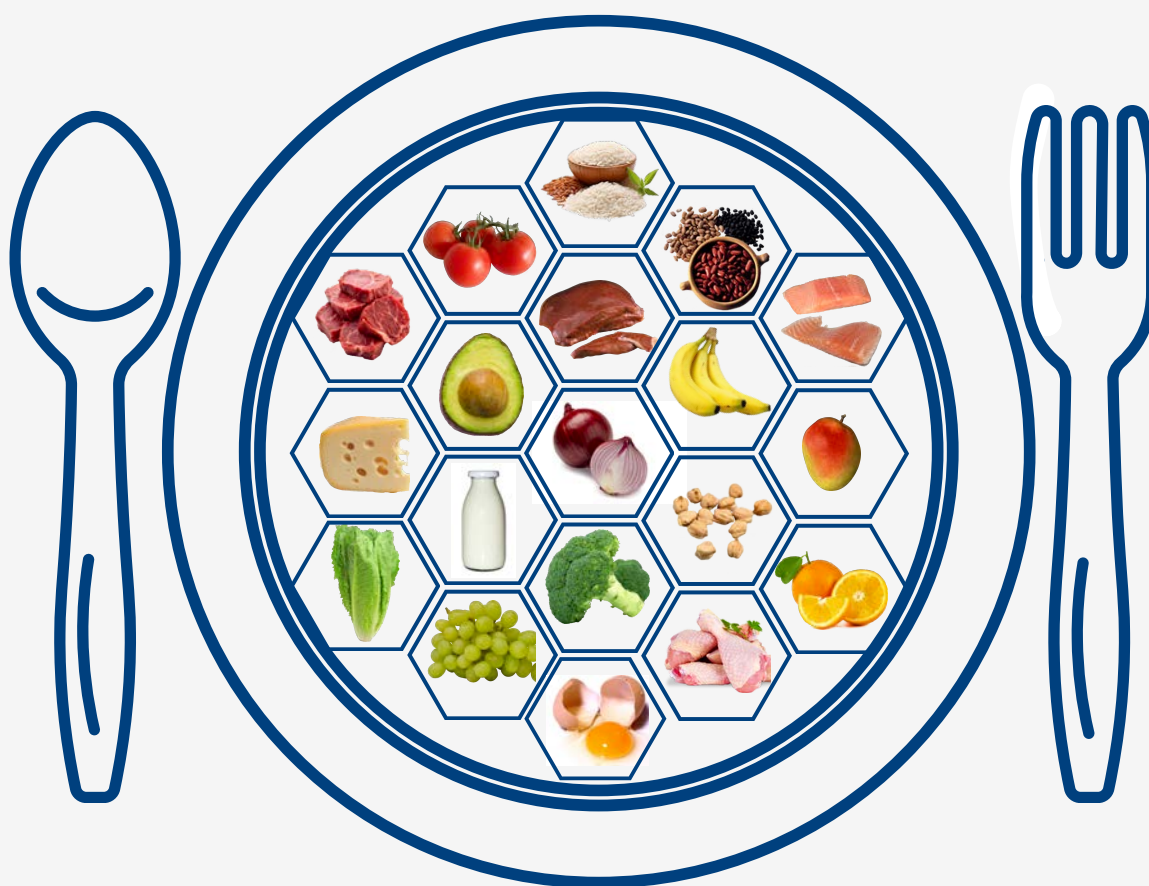
## FONTE UTILIZADA POR ESSE MATERIAL:

Cartilhas do IDEC (Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor) - Volumes 1,2 e 3.

Para saber mais sobre a atuação do IDEC, acesse:

[www.idec.org.br](http://www.idec.org.br)

# SAÚDE COMEÇA NO PRATO!



AINDA VAI

COMER

PROCESSADOS

E ULTRAPROCESSADOS AÍ?

