

## Fuente III

El enlace del que viene este gráfico: <https://www.pinterest.com.au/pin/536913586804537837/>

### Vocabulario:

1. Mientras más....mayor – *the more... the more*
2. Altamente – *highly*
3. En promedio – *on average*
4. La tercer edad – *senior*
5. Las cadenas – *the chains*
6. Saciar – *to sate; to satisfy*  
(“sesear” is the incorrect word. It is misused on this graphic.)

# ¿Qué sabe usted sobre la comida chatarra?

Una sola hamburguesa puede contener carne de más de **100 Vacas.**

Para quemar las calorías de una hamburguesa doble con queso se debe de caminar **14 kilómetros**

Una dieta alta en calorías aumenta la posibilidad de sufrir de falta de memoria en la tercera edad

Mientras más comida rápida consume una persona, mayor será el riesgo de que padezca depresión.

Dormir poco hace más atractiva a la comida chatarra.

La comida altamente calórica y con elevados niveles de grasa puede ser tan adictiva como las drogas y el alcohol.

Las cadenas de comida rápida ganan más dinero por los refrescos (1200% de superávit) y las papas fritas (500%) que por los alimentos que venden.

Las mujeres en promedio ordenan **2 veces más** ingredientes vegetales en sus pizzas que los hombres.

El sándwich adquiere su nombre de John Montagu IV conde de Sandwich (1718-1792), quien fue un aristócrata del siglo XVIII, y en el año 1762, estuvo frente una mesa de juego veinticuatro horas y para sesear su hambre, pidió un poco de carne entre dos rebanadas de pan, y así nació el sándwich.

La mayoría de los nutricionistas recomiendan no comer comida chatarra más de una vez al mes.

An infographic titled "¿Qué sabe usted sobre la comida chatarra?" (What do you know about fast food?). It features various illustrations of fast food items like burgers, fries, pizza, and a soda cup. Text boxes provide facts such as: "Una sola hamburguesa puede contener carne de más de 100 Vacas." (One single burger can contain meat from more than 100 cows.), "Para quemar las calorías de una hamburguesa doble con queso se debe de caminar 14 kilómetros" (To burn the calories of a double cheeseburger you have to walk 14 kilometers), and "Una dieta alta en calorías aumenta la posibilidad de sufrir de falta de memoria en la tercera edad" (A high-calorie diet increases the possibility of suffering from memory loss in old age). It also includes statistics like "Las cadenas de comida rápida ganan más dinero por los refrescos (1200% de superávit) y las papas fritas (500%) que por los alimentos que venden." (Fast food chains make more money from soft drinks (1200% profit) and french fries (500%) than from the food they sell.) and "La mayoría de los nutricionistas recomiendan no comer comida chatarra más de una vez al mes." (Most nutritionists recommend not eating fast food more than once a month.).