Archival copy: for current recommendations see http://edis.ifas.ufl.edu or your local extension office.

UF UNIVERSITY of FLORIDA
IFAS Extension

FCS8854span

Vida Saludable: Etiquetas de Suplementos Dietéticos[1]

Karla P. Shelnutt[2]

ENAFS Elder Nutrition and Food Safety

Las etiquetas de los suplementos dietéticos contienen mucha información. La lista de ingredientes y el panel de información le dicen lo que el suplemento provee. Esto le puede ayudar a tomar decisiones informadas sobre que tipo de suplementos tomar y que tanto. Para mayor información, hable con su doctor o farmaceuta. Busque las palabras que serán encontradas en las etiquetas de los suplementos dietéticos:

A	L	G	R	V	F	J	N	G	O	A	S	H
X	Z	P	N	S	I	A	C	Z	J	E	M	I
A	W	A	V	K	T	T	N	W	T	I	H	E
G	X	P	C	U	X	S	A	N	C	I	O	R
F	P	A	R	F	H	K	E	M	V	F	E	B
N	H	A	I	J	H	I	E	S	I	T	Y	A
C	L	M	V	U	D	T	D	H	L	N	W	S
T	Y	I	T	E	Q	T	L	Z	L	D	A	J
K	Z	N	R	N	O	I	C	R	O	P	N	S
F	V	G	G	T	P	X	P	Z	F	K	E	H
J	N	V	A	L	O	R	D	I	A	R	I	O
I	W	K	G	A	O	J	G	K	H	Z	N	P
Z	F	X	O	F	S	G	G	F	Q	X	F	U

BANCO DE PALABRAS

VALOR DIARIO
HIERBAS
INGREDIENTES
NATURAL
PORCIÓN
VITAMINAS

1. The English version of this Spanish document is *Healthy Living: Dietary Supplement Labels* (FCS8854). Este documento, FCS8854span, pertenece a una serie del Departamento de Ciencias de la Familia, Juventud y Comunidad, Servicio de Extensión Cooperativo de la Florida, Instituto de Alimentos y Ciencias Agrícolas, Universidad de la Florida, Gainesville, FL 32611. Fecha de Publicación: junio 2008. Please visit the EDIS Web site at **http://edis.ifas.ufl.edu**

2. Karla P. Shelnutt, PhD, RD, coordinadora de la programa ENAFS, Departamento de Ciencias de la Familia, Juventud y Comunidad, Servicio de Extensión Cooperativo de la Florida, Instituto de Alimentos y Ciencias Agrícolas, Universidad de la Florida, Gainesville, FL 32611.

El Instituto de Alimentos y Ciencias Agrícolas es un empleador que provee Oportunidades Igualitarias, autorizado a proveer investigación, información educativa y otros servicios, únicamente a los individuos e instituciones que operan sin discriminación alguna con relación al credo, color, religión, edad, incapacidad, sexo, orientación sexual, estado civil, nacionalidad, opinión política o afiliaciones. Para más información sobre como obtener otras publicaciones de extensión, comuníquese con la oficina de Servicio de Extensión de su condado. Servicio de Extensión de la Florida/ Instituto de Alimentos y Ciencias Agrícolas / Universidad de la Florida / Larry Arrington, Decano.