

¡TE PONEMOS AL DÍA!

ESTA SEMANA:

¡Apunta en tu calendario!



NOTICIAS

DINAMARCA SERÁ EL PRIMER PAÍS DEL MUNDO EN DESARROLLAR UNA ETIQUETA CLIMÁTICA PARA LOS ALIMENTOS

Una iniciativa del gobierno que será gestionada por el propio Estado para combatir el cambio climático desde la alimentación

Para incentivar a los consumidores a realizar una compra más respetuosa con el medio ambiente se generará una etiqueta climática unificada. Esto contribuirá al consumo de dietas más sostenibles, y a la reducción de la huella ambiental.

Publica: 20/04/2022

Fuente: gastronomiaycia.republica.com



PINCHA AQUÍ

VERDURA DE LA SEMANA

Lechuga



Conoce más sobre la lechuga en nuestro VIERNES DE VERDURAS ¡Búscanos en redes sociales!

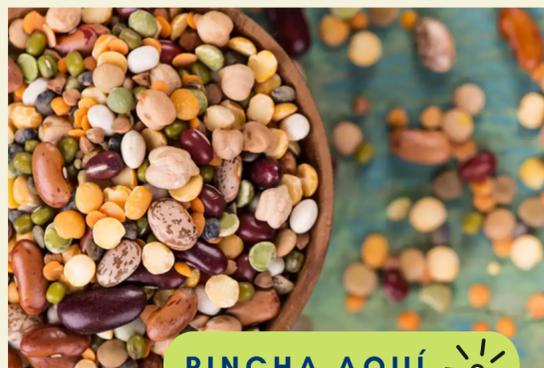
EL CONSUMO DE LEGUMBRES ES FUNDAMENTAL PARA UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SOSTENIBLE

Nutricionistas advierten la necesidad de incrementar el consumo por año de legumbres en España

El consumo de legumbres se encuentra por debajo del rango recomendado por la OMS, siendo necesario incrementarlo debido a su destacable composición nutricional que aporta múltiples beneficios. Entre los que se encuentra que son una fuente importante de proteínas y aminoácidos esenciales.

Publica: 11/05/2022

Fuente: revistaalimentaria.es



PINCHA AQUÍ

RECOMENDACIÓN DE LECTURA

La relación entre el consumo materno de vegetales prenatal y posnatal, y las medidas repetidas de frecuencia de consumo de vegetales en lactantes.



PINCHA AQUÍ

¿Sabías que...?

Comer una quinta parte **menos** de **carne** podría **reducir** a la mitad la **deforestación**.

De esta forma, la huella ambiental asociada a la producción de alimentos disminuiría, tanto las emisiones de Gases de Efecto Invernadero (GEI), como el uso del agua y la eutrofización.

PINCHA AQUÍ

¡Toma nota!

La etapa del **embarazo** como una de las claves para fomentar el **consumo** de **verduras** en **niños**.

Se ha observado que existe una relación entre el consumo materno de vegetales durante el período prenatal y posnatal con la ingesta de estas durante las primeras etapas de vida. De esta forma, se ayudaría a la generación de preferencias alimenticias hacia estos alimentos con el crecimiento, generando hábitos saludables desde edades tempranas.

Cabe destacar la importancia de la alimentación el primer año de vida y la necesidad de estrategias que promuevan patrones dietéticos saludables para todas las edades.

PINCHA AQUÍ

