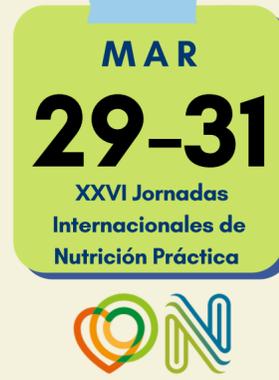


¡TE PONEMOS AL DÍA!

ESTA SEMANA:

¡Apunta en tu calendario!



NOTICIAS

EL MINISTERIO DE CONSUMO ANUNCIA UN CONJUNTO DE MEDIDAS SOBRE LAS BEBIDAS ENERGÉTICAS DESARROLLADO POR LA AESAN

Entre las medidas anunciadas se incluye la elaboración de una serie de recomendaciones de consumo

Como consecuencia de las conclusiones que emanan del Informe del Comité Científico de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) sobre los riesgos asociados al consumo de bebidas energéticas, aprobado el 17 de febrero de 2021, el ministerio de consumo anuncia que estas bebidas no son recomendadas para: niños y niñas, adolescentes, mujeres embarazadas o en periodo de lactancia, personas que sufren hipertensión o trastornos cardiovasculares y personas que padecen alteraciones del sueño.

Publica: 22/03/2022
Fuente: aesan.gob.es



VERDURA DE LA SEMANA

Cardo rojo



Conoce más sobre el cardo rojo en nuestro VIERNES DE VERDURAS ¡Búscanos en redes sociales!

LA COMISIÓN EUROPEA AUTORIZA COMERCIALIZAR GRILLOS COMO ALIMENTO

La Comisión Europea considera que los grillos son una fuente nutritiva de alto nivel por su contenido en grasa, proteína y fibra.

Bruselas propuso su autorización tras conocer la estricta evaluación de la Agencia Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA), que concluyó su utilización como ingrediente alimentario en el mercado de la UE siendo 'seguro' su consumo. Se trata de una autorización que viene de la mano de una estrategia de la UE bautizada como "De la granja a la mesa", que busca identificar fuentes alternativas de proteínas para promover el cambio hacia un sistema alimentario mucho más sostenible.

Publica: 11/02/2022
Fuente: europapress.es



RECOMENDACIÓN DE LECTURA

Guía Práctica ESPEN: nutrición clínica en las enfermedades del hígado



¿Sabías que...?

Los usos de las algas en alimentos y bebidas están expandiéndose y son un mercado en crecimiento. Los atributos funcionales y nutricionales, así como los posibles beneficios de sostenibilidad de las algas, están impulsando la demanda y posicionándolas como un alimento prometedor para el futuro.

¡Toma nota!

Claves para llevar una alimentación más sostenible en tu día a día:

- 1 Prioriza alimentos de origen vegetal como verduras, frutas, legumbres...
- 2 Disminuye el consumo de productos cárnicos (en especial carnes rojas)
- 3 Elige productos de temporada y de proximidad, premiando y favoreciendo el comercio local.
- 4 Compra en la medida de lo posible alimentos sin envasar
- 5 Evita el desperdicio alimentario haciendo una compra inteligente

PINCHA AQUÍ

