

Celebran Día Mundial de la Alimentación



Al respecto, la Lic. María Noel Luccini, coordinadora del plantel de Nutrición, refirió que durante la jornada desarrollarán charlas sobre obesidad y alimentación saludable con entrega de folletos para una mejor orientación nutricional a las personas. Además de toma de peso y talla para medir el índice de masa corporal y de acuerdo a eso, brindar un diagnóstico básico de nutrición.

“Con esta actividad lo que queremos es enseñar a las personas la importancia de una alimentación adecuada. Ahí los profesionales brindarán una guía de alimentación saludable para que las personas aprendan qué alimentos son más beneficiosos para una buena salud y por ende tener una mejor calidad de vida”.

El Día Mundial de la Alimentación, es una efeméride para la que la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), fundada ese mismo día de 1945, fijó como objetivos aumentar la sensibilización de la

población para con las personas que padecen hambre y poner de manifiesto la importancia de garantizar la seguridad alimentaria y una dieta nutritiva en el ámbito global.

La alimentación saludable

La alimentación es un factor determinante en la salud de las personas, tan importante que puede llegar a incidir en la calidad de vida y en la longevidad; asimismo, es una herramienta de prevención de ciertas enfermedades, como las de índole cardiovascular, especialmente cuando la dieta se mantiene a lo largo de la vida, y no solo se hace de forma esporádica. Hay muchas formas de alimentarse, pero una sola de nutrirse y todas son buenas si aportan al organismo los nutrientes necesarios.

Ficha Técnica

Tema: Actividades por el “Día Mundial de la Alimentación”.

Día: Hoy viernes, 14 de octubre de 2022.

Hora: 08:00 a 12:00.

Lugar: Hall Central en la planta baja del Edificio de Internados del Hospital de Clínicas.