

Los nutricionistas del hospital aconsejan sobre alimentación

REDACCIÓN

Maó

El equipo de dietistas y nutricionistas del Hospital Mateu Orfila difundieron ayer entre el personal sanitario y los pacientes de paso por el centro los consejos sobre hábitos alimentarios saludables, con motivo de la celebración, hoy sábado, del Día Nacional de la Nutrición, que este año se convoca con el lema "Posa exercici al teu plat".

Durante toda la mañana de ayer los tres profesionales del hospital distribuyeron trípticos informativos para concienciar a la gente de la importancia del ejercicio físico y las pautas a tener en cuenta desde el punto de vista de la correcta hidratación y alimentación, así como a la hora de practicar deporte. Los dietistas y nutricionistas también se ocuparon de desterrar mitos como pensar que la fruta engorda,



EQUIPO. Cati Bosch, Alicia Vidal y Josep Lluch, ayer en el centro

que el pan es malo o que no es bueno beber agua durante las comidas. Cati Bosch, nutricionista que forma parte del equipo de cocina del hospital; Alicia Vidal, responsable de las consultas externas de dietética y nutrición; y Josep Lluch, vinculado al servicio

de Farmacia del centro, reivindicaron asimismo su profesión y denunciaron el intrusismo, con el anuncio de dietas milagro, y recordaron que hay que desconfiar de todas aquellas propuestas que prometen perder peso de manera rápida.