La UGR enseña a comer sano a las mujeres marroquíes

Un grupo de investigadores ha trabajado con 150 mujeres de 45 a 65 años

EFE / GRANADA | ACTUALIZADO 09.12.2009 - 01:00

0 comentarios 0 votos

Un grupo de investigación de la Universidad de Granada ha elaborado una carta de recomendaciones personalizadas para enseñar a las mujeres de Marruecos, especialmente las que se encuentran en la etapa de la menopausia, pautas de elaboración de las comidas que redunden en la mejora de la salud de toda la familia.

Las pautas alimenticias diseñadas han servido de base al Ministerio de Salud de Marruecos para lanzar una campaña de concienciación y educación nutricional dirigida a toda la población y en cuyo estudio han participado unas 150 mujeres de entre 45 y 65 años, debido a los trastornos que les provoca la menopausia, según ha informado Andalucía Innova, organismo dependiente de la Consejería de Innovación y Ciencia.

Los investigadores basan este estudio en análisis similares que ya se han desarrollado en Andalucía, por lo que se pueden comparar las dietas de las mujeres de los dos lados del Estrecho y cuyos resultados explican que ambas son bajas en calorías y en las que normalmente existe una escasez de hierro.

La profesora de la Facultad de Farmacia Pilar Aranda ha manifestado que cambiar totalmente los hábitos de consumo de las personas es "muy complicado", sin embargo no resulta tan difícil lograr que con los mismos alimentos que usan habitualmente obtengan una dieta más equilibrada y con una mejor distribución de los nutrientes.

0 comentarios 0 votos

0 COMENTARIOS

Ver todos los comentarios

Su comentario

Nombre * Email (no se muestra) *

Blog o web

Publicar información

FYHYYH Introduce el código de la imagen

Acepto las cláusulas de privacidad

ENVIAR COMENTARIOS

Normas de uso

Este periódico no se responsabiliza de las opiniones vertidas en esta sección y se reserva el derecho de no publicar los mensajes de contenido ofensivo o discriminatorio.

GALERÍA GRÁFICA

Exposición de taxidermia

En la exposición del Parque de las Ciencias de Granada se muestran 112 grandes mamíferos conservados mediante el arte de la taxidermia.

GALERÍA GRÁFICA

Calor en Granada

La ola de calor mantiene a Granada en alerta naranja.

GALERÍA GRÁFICA

Incendio en el Pub Ganivet 13

Los techos de la discoteca sedesploman cuando los bomberos entran al lugar.