



Em defesa da saúde

Em mensagem especial Dayana Miranda Camizão, reforçou que para termos adultos com uma consciência alimentar adequada, é preciso trabalhar este assunto desde a infância. Ela alerta que, quanto mais industrializados os alimentos são, mais será a quantidade de açúcares, gorduras, sódio e aditivos químicos. Esses alimentos se tornam pobres em nutrientes e são extremamente calóricos. Consumi-los sem moderação, pode levar as crianças ao sobrepeso e torná-las hipertensas, além de outras doenças. Disse a nutricionista Dayana.

Link: <https://www.folhavoria.com.br/social/helio-dorea/2022/06/01>