

PUBLICIDAD



SOCIETAT CIVIL CATALANA

**INVITACIÓN AL ACTO PÚBLICO
PARA LA SALUD, MEJOR JUNTOS**

25 de junio | 19h
Auditorio AXA
Barcelona

PUBLICIDAD

**necesitamos
tu ayuda para
ser viables**




Miércoles, 25 de junio de 2014

EDICIÓN: CASTELLANO ▾

CRONICA G L O B A L

INICIA SESIÓN | SUSCRÍBETE

| Política | Economía | Medios e Internet | **Cultura** | Opinión |

Buscar... 

Ramon Estruch: "La dieta mediterránea tiene efectos muy beneficiosos en la prevención de enfermedades cardiovasculares"

El consultor sénior del servicio de medicina interna del Hospital Clínico de Barcelona coordinó entre 2003 y 2011 el estudio más ambicioso hecho nunca en España sobre los efectos de la dieta mediterránea para la salud



Redacción
Miércoles, 25 de junio de 2014 - 20:13

El médico consultor sénior del servicio de medicina interna del Hospital Clínico de Barcelona y profesor asociado de Medicina de la Universidad de Barcelona, y colaborador de prestigiosas universidades de los Estados Unidos como la Columbia University, Harvard School of Public Health o la Human Nutrition Research Centre en Tufts University, Ramon Estruch, ha participado en una nueva edición del Cercle de l'Aigua defendiendo los efectos beneficiosos de la dieta mediterránea sobre la salud, especialmente sobre las enfermedades cardiovasculares o la diabetes.



El médico consultor sénior del servicio de medicina interna del Hospital Clínico de Barcelona Ramon Estruch, durante su conferencia / FOTO: Fundació Agbar

La conferencia, titulada "La dieta mediterránea y la salud cardiovascular en el siglo XXI", ha sido presentada por el presidente ejecutivo de Agbar, Angel Simón, quien ha recordado los beneficios de una dieta "declarada Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad en 2010". En este sentido, Angel Simón ha pedido "más educación alimentaria en las escuelas" para difundir los hábitos alimenticios saludables desde la infancia.

Alimentación y estilo de vida

Tanto el presidente ejecutivo de Agbar como Ramon Estruch han destacado la figura del científico estadounidense Ancel Keys, considerado el impulsor de la dieta mediterránea y los estudios sobre la incidencia de ésta en la prevención de las enfermedades cardiovasculares. Según Estruch, este patrón de alimentación, junto con un estilo de vida y una climatología favorable a la práctica de la actividad física, hacen que en los países mediterráneos como Grecia, Portugal o España el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares sea mucho menor. Para Estruch, la dieta mediterránea debe basarse en "una alta ingesta de aceite de oliva, frutas y verduras, cereales, frutos secos, legumbres, y un consumo moderado de pescado, carne blanca (pollo), huevos y vino, y una ingesta baja de productos lácteos, carne roja, productos procesados de la carne y dulces".

PUBLICIDAD

5 de Julio 2014

140 millones
de euros en premios



Sorteo Extraordinario
niños de San Ildefonso

Lotería Nacional



Advance

Empleo

pymesTV

Videos destacados

Talento y Formación

Internacionalización

Financiación





ULTIMAS NOTICIAS

Ramon Estruch: "La dieta mediterránea tiene efectos muy beneficiosos en la prevención de enfermedades cardiovasculares"

Willy Meyer (IU) abandona el Parlamento por la polémica de

Para este año están previstas nuevas ediciones del Cercle de l'Aigua. La próxima, el 14 de julio en la Torre Agbar con la participación del padre Abad de Montserrat. Y en otoño, con la presencia de David López Salido, subdirector de la Reserva Federal de los Estados Unidos de América. Toda la información de las actividades del Cercle de l'Aigua en la web www.cercledelaigua.cat.

¿Quieres hacer un comentario?

Desaparecidos por la guerra de la Sicav

Trias no se cree la oferta de 2.200 millones para hacer de la Monumental una mezquita

Bosch y Amorós, casi empatados a avales

Jesús Laínz: "El nacionalismo catalán está viciado de origen"

LO MAS LEIDO

HOY

SEMANA

MES

ERC vapulearía a CiU en unas autonómicas, según una encuesta de 'El Periódico'

#Podemos. Deconstruyendo a Pablo Iglesias

Las terceras vías y el 9N

Ramon llama a papá

La Monumental será mezquita y Junqueras, "president", profetiza la prensa

Biblioteca Crónica Global te presenta



1979/2006 Historia de la resistencia al nacionalismo en Cataluña

Antonio Robles

por 25€

[Cómpralo ahora](#)



- › Nosotros
- › Mapa web
- › Publicidad
- › Libro de estilo
- › Aviso legal

- › Política
- › Economía
- › Medios e Internet
- › Cultura
- › Opinión

Alta new sletter de CRÓNICA GLOBAL

[Suscribime](#)

Darse de baja del new sletter

¿Nos sigues?



A 942 personas les gusta esto. Regístrate para ver qué les gusta a tus amigos.

