

O noso patrimonio cultural, a calidade dos alimentos e as habilidades culinarias son determinantes da nosa forma de alimentarnos. Nas últimas décadas a crecente presenza de alimentos procesados contribuíu ao desprazamento do costume de cociñar, á menor socialización que acompaña ás comidas e ao abandono das tradicións gastronómicas. Neste proceso o poder de decisión das persoas e familias, sobre que e como comer, é progresivamente cedido ás industrias dos devanditos produtos.

Por iso, é tan importante a promoción de circuitos curtos de comercialización, da produción local e dos alimentos de tempada como oportunidades, entre outras, para aumentar o valor engadido de saúde.

LIGAZÓNS RELACIONADAS

AECOSAN (Axencia Española de Consumo, Seguridade Alimentaria e Nutrición) 

Fundación DIETA ATLÁNTICA 

Fundación DIETA MEDITERRÁNEA 

Alimentación e nutrición	>
Promoción e fomento da lactación materna	>
As autoridades sanitarias recomendan que todos os bebés reciban lactación materna exclusiva durante os primeiros 6 meses de vida. As vantaxes da lactación materna prolónganse máis alá do tempo que dura esta; así, as persoas que foron aleitadas e as nais que aleitan teñen menor risco de padecer enfermidades e a protección é maior canto máis dure a lactación.	
Estudos epidemiolóxicos	>
Etiquetaxe dos produtos alimenticios. Información facilitada ao consumidor	>
Recomendacións para o consumidor	>