

LOS NIÑOS DEL HOSPITAL MATERNO INFANTIL CONOCEN LOS BENEFICIOS DE UNA DIETA SALUDABLE EN EL DÍA DE LA ALIMENTACIÓN



El jefe del Servicio de Endocrinología y Nutrición, Federico Soriguer, da una charla en la Ludoteca a los niños sobre los orígenes de la alimentación

Los niños ingresados en el Hospital Materno Infantil de Málaga celebran el Día Mundial de la Alimentación que tendrá lugar mañana, 16 de octubre, con una serie de actividades con las que han aprendido cómo comer para llevar una dieta saludable e identificar los diferentes grupos de alimentos. De la mano del jefe del Servicio de Endocrinología y Nutrición del complejo hospitalario, Federico Soriguer, los niños han conocido la evolución a lo largo de la historia de los alimentos y de la forma de alimentarnos.

Entre las actuaciones organizadas esta semana por la Comisión lúdico-cultural del Hospital Materno Infantil, destaca el trabajo realizado por los niños sobre una reproducción de la pirámide de la alimentación realizada de cartón pluma de cerca de dos metros de altura. La pirámide de la alimentación es una guía visual con las recomendaciones dietéticas diarias que hemos de tener para mantener una alimentación sana y equilibrada.

Los niños, orientados por personal de la Ludoteca del centro sanitario, han colocado dibujos de alimentos en la pirámide ordenados según la frecuencia con la que debemos de

tomarlos, situando en la base aquellos que debemos ingerir más a menudo y en la cúspide aquellos cuya ingesta ha de ser más moderada.

En la jornada de hoy, el Dr. Soriguer, ha ofrecido en la Ludoteca una charla sobre la alimentación del hombre en la Prehistoria, el origen de la alimentación y su evolución, y los beneficios de una alimentación sana, lo que entendemos por dieta mediterránea.