

# Noticias de Salud

Un blog con noticias de actualidad relacionadas con el mundo de la salud. Novedades, encuestas, estudios, informes, entrevistas. Con un sencillo lenguaje dirigido a todo el mundo

jueves 19 de noviembre de 2009

Seguidores

## Los niños catalanes aprenden a valorar el jamón serrano

Los niños necesitan alimentos que les aporten los nutrientes necesarios para su buen crecimiento y desarrollo, por eso su dieta debe de incluir alimentos ricos en proteínas, que colaboren en su desarrollo muscular, y en minerales vitaminas. El jamón serrano es uno de esos alimentos que tienen un especial interés en la alimentación de los más pequeños.

Este es el objetivo de la campaña "El Pernil Catalá, el gust de la tradicio" que se está desarrollando durante este mes de noviembre en diversos colegios de toda Cataluña.

La iniciativa parte de la Federació Catalana D'Industries de la Carn (FECIC) y de la Fundación del Jamón Serrano, quienes cuentan con la colaboración del Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural de la Generalitat de Cataluña. Durante este periodo de tiempo la campaña va a llegar a 5.000 niños, a los que una dietista va a exponer las necesidades nutricionales de los niños, y la importancia de los nutrientes del jamón serrano en su crecimiento.

En cada una de las provincias se está contando, además, con el apoyo de la presencia del Delegado Provincial del Departamento. En el día de hoy, D. Josep Guix i Freixas, asistió al Colegio Joan Puigbert de Girona.

-Jamón Serrano, más barato de lo que parece

Al contrario de lo que pudiera parecer, en estos momentos en los que los consumidores miran por su bolsillo, el jamón serrano es una buena elección para cuidar la alimentación sin descuidar la economía. Según se indica desde la Fundación del Jamón Serrano, podemos encontrar

- [www.diariodirecto.com](http://www.diariodirecto.com)
- [www.aem.es](http://www.aem.es)
- [www.fundaciondelcorazon.com](http://www.fundaciondelcorazon.com)
- [www.who.int/es](http://www.who.int/es)
- [www.cancer.gov/espanol](http://www.cancer.gov/espanol)
- [www.cnio.es](http://www.cnio.es)
- [www.seom.org](http://www.seom.org)
- [www.fundacionabbott.com](http://www.fundacionabbott.com)
- [www.fundacionlilly.com](http://www.fundacionlilly.com)
- [www.novartis.es](http://www.novartis.es)
- [www.esteve.es](http://www.esteve.es)
- [www.ser.es](http://www.ser.es)

Datos personales

Francisco Acedo

Periodista español especializado en temas de Salud y Deportes

en el mercado un buen jamón serrano de tamaño medio por unos 50-60 €, con el se pueden preparar cenas, meriendas y comidas durante varias semanas. Comparado el precio de cada cena o merienda con jamón serrano, con el de otros productos que pueden formar parte de cenas o meriendas, a veces de comida preparada, o bollería industrial, el jamón serrano se perfila como un producto de gran interés en estos tiempos, tanto desde el punto de vista económico como nutricional. .

Cataluña es una de las principales Comunidades Autónomas productoras de Jamón Serrano, basada en su importante industria cárnica, así como una de las zonas de mayor consumo de este producto dentro del mercado nacional. Para asegurarse que realmente se trata de Jamón Serrano, es importante observar en el etiquetado, el sello de la ETG (Especialidad Tradicional Garantizada) azul y amarillo otorgado por la UE, y el de la FUNDACIÓN DEL JAMÓN SERRANO. Con estas campañas dirigidas a la población infantil, la FUNDACIÓN pretende la difusión entre los niños de uno de los modelos de alimentación más saludable, la Dieta Mediterránea, con productos de singulares características nutricionales y organolépticas como el jamón serrano, cuyo consumo responsable les ayudará a preservar su salud, fomentando entre los más jóvenes un estilo de vida saludable, que incluya el necesario ejercicio físico y la práctica de deportes. Además, se espera que los niños transmitan este mensaje saludable a sus padres y educadores, responsables principales de su alimentación.

El Jamón Serrano es uno de los alimentos más tradicionales de nuestra cultura gastronómica, siempre ligada a la dieta mediterránea, y es un alimento fácil de consumir por toda la población a precios muy razonables. A esto hay que añadir que el Jamón Serrano proporciona nutrientes de gran interés para los niños, como el hierro, el zinc o las proteínas de alto valor biológico. Esto lo convierte en un alimento recomendable en la dietas de los pequeños, además de por sus características nutricionales, por su garantía de alta calidad,

[Ver todo mi perfil](#)



Archivo del blog

- ▼ 2009 (1571)
  - ▼ noviembre (107)
    - [Lilly amplía su programa de divulgación sobre enfe...](#)
    - [Crece el interés de los italianos por la hipnosis](#)
    - [El Consejo General y el Foro de Pacientes presenta...](#)
    - [Más de 4.500 personas concienciadas contra la Enfe...](#)
    - [Las lesiones cerebrales en edad infantil condicion...](#)
    - [“Conocer la causa de la esclerosis múltiple debe s...](#)
    - [Más de 100 psiquiatras debaten sobre salud mental ...](#)
    - [ALLIATE A UNA VIDA](#)

conseguida mediante los rigurosos controles a los que se somete al auténtico Jamón Serrano de la Fundación.

Publicado por Francisco Acedo en 16:13

Etiquetas: [Fundación del Jamón Serrano](#), [Pernil Catalá](#)

---

**0 comentarios:**

[Publicar un comentario en la entrada](#)

[Entrada más reciente](#)

[Página principal](#)

[Entradas antiguas](#)

Suscribirse a: [Enviar comentarios \(Atom\)](#)

SANA

- [La cocaína se ha convertido en la droga psicoactiv...](#)
- [GlaxoSmithKline España premiada por la Fundación A...](#)
- [El ocio y la sombra del alcoholismo en nuestros jó...](#)
- [La nutrición es determinante para optimizar los re...](#)
- [La demencia frontotemporal será la primera enferme...](#)
- [La caracterización de fenotipos moleculares en el ...](#)
- [Los niños catalanes aprenden a valorar el jamón se...](#)
- [Las mujeres obesas que necesitan un tratamiento de...](#)
- [Uso de bótox en ORL para corrección arrugas, trata...](#)
- [Nace en Madrid la Academia Iberoamericana de Otorr...](#)
- [CRESTOR® redujo en casi la mitad el riesgo de acon...](#)