

Inicio - Noticias

Advertisement



Por: CAPITAL CDMX © 2018-03-20 16:19:39

Central de Abasto invita a comer sano en la CDMX

Ciudad de México.- Para llevar una vida saludable con poco dinero, la Central de Abasto (Ceda) capitalina, la UAM Xochimilco y la Fundación Aprende con Reyhan, impartieron con ayuda de nutriólogas la conferencia “Alimentación sana a bajo costo” en la Bodega del Arte.

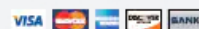
Público en general, locatarios y empleados de la Ceda recibieron los consejos de la Dra. Claudia Cecilia Radilla Vázquez, quien resaltó que en el mercado mayorista se pueden adquirir productos de alta calidad sin gastargrandes sumas de dinero.

“Venimos a informar a la gente que no es necesario tener una alimentación súper cara para que sea saludable, pues la Central es lo mejor que hay para encontrar alimentos económicos; aquí encontramos una vitrina más para nutrirnos mejor”, indicó una de las especialistas de

Síguenos



Donate



Últimas noticias



Política
Coparmex pide al Gobierno no

la Fundación.

La asesoría a los asistentes consistió en dar a conocer los beneficios de cuidar lo que se come, adquirir una canasta básica de forma inteligente y barata, así como mantener horarios adecuados de alimentación para no padecer enfermedades como diabetes, obesidad o hipertensión.

“Con estas conferencias se fortalece la labor de mantener al tanto a la población de los beneficios que ofrece la Central en cuanto a alimentación, salud y costos de insumos”, expuso el Coordinador General y Administrador de la Ceda, Sergio Palacios Trejo.

El funcionario explicó que el hecho de que especialistas se acerquen a la gente para valorar problemas de este tipo es una labor de alto valor social, y que en el mercado mayorista se hace un gran esfuerzo para que los productos estén al alcance de todos con herramientas como los comparativos de precios con tiendas comerciales.

María Eugenia Guerrero, que vende verduras en Flores y Hortalizas, asistió a la charla. “No sabemos comer ni comprar comida, y en la Central tenemos lo mejor y barato; además, aprendí que debo cuidar mi dieta en general”, sostuvo.

Durante la ponencia también se enfatizó en la importancia de la inocuidad de los alimentos, de consumir frutas, verduras, cereales integrales; realizar ejercicio físico, ingerir por lo menos dos litros de agua durante el día, suprimir azúcares y grasas animales, que perjudican a las personas.

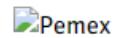
Asimismo, se invitó a todos los presentes a que tomen conciencia de llevar un buen régimen alimenticio para que su calidad de vida sea óptima.

inmiscuirse en el proceso electoral del 6 de junio



Política

EU envía expediente sobre desaparición de los 43 normalistas



compra refinería Deer Park

Política

Pemex compra refinería Deer Park a Shell



Política

Protestan estudiantes frente a Palacio Nacional; exigen retorno seguro



Política

Afirma AMLO que juez exoneró a El Marro



Política


Prevé Monreal que elecciones se resuelva en los tribunales



Política

Inicia este sábado voto electrónico por

Al final se realizaron consultas nutricionales sin costo. Para mayor información consultar la página web de la Fundación: www.aprendeconreyhan.com.mx, así como en las redes sociales /Aprende con Reyhan, en Facebook; @ReyhanGut; en Twitter y @aprendeconreyhan, en Instagram.



Google Ads - Sitio Oficial

Con Google Ads, no hay contratos ni mínimo de inversión.

Facebook Twitter Email Print Pinterest +

Etiquetas: **CDMX** **Central de Abasto** **Sergio Palacios Trejo**

advertisement

Comentarios

0 comentarios

Ordenar por **Más antiguos** ↕



Agregar un comentario...

Facebook Plugin de comentarios de Facebook

Contenido relacionado

Más de Noticias



🕒 2021-05-21 19:29:41

Estudiantes en contra del regreso a clases en CDMX



🕒 2021-05-21 20:07:52

AMLO ataca a la Cofece por afectar a empresas públicas



🕒 2021-05-21 18:50:36

Con liderazgos jóvenes, FuerzaXMéxico va por el voto de los jóvenes en elecciones 2021



🕒 2021-05-21 20:13:56

ONU se entromete en conflicto entre palestinos e israelís



🕒 2021-05-21 15:53:01

Caintra de Nuevo León está dispuesto a comprar 700 mil vacunas contra Covid-19



🕒 2021-05-20 14:07:23

Conoce cuándo y por qué desapareció Internet Explorer de Microsoft



🕒 2021-05-20 14:09:56

AMLO insiste en que Claudio X. González promueve un golpe de Estado



🕒 2021-05-20 14:51:47

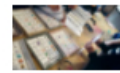
EU solicita información sobre Cabeza de Vaca: AMLO

Se suma a campaña de Giovanni Gutiérrez



🕒 2021-05-19 19:02:29

Acción Nacional exige disculpa pública de Sheinbaum para los afectados de la L12 del Metro de la CDMX



Política

Dedican noticieros de radio y tv 672 horas de transmisión a la cobertura de las campañas federales



Política

Rechaza PAN extraordinario para desaparecer poderes en Tamaulipas



[INICIO](#) [PUBLICIDAD - CAPITALMEEQUIS@GMAIL.COM](#) [DIRECTORIO](#) [CONTÁCTANOS](#)

capital-cdmx.org - Derechos reservados © 2021