



CONVOCATORIA DE PRENSA - MESA REDONDA

“Día Nacional de la Nutrición 2011: Pon ejercicio en tu plato”

La actividad física es imprescindible para la salud y ayuda a sentirse bien y en forma. Entre los beneficios de la actividad física destacan la mejora de la circulación y la capacidad cardiopulmonar, el mantenimiento de un peso saludable y disminución de la grasa abdominal, la mejoría del perfil lipídico y una mejor regulación de la función intestinal. Especialistas del campo de la alimentación y el deporte coinciden en destacar la importancia de ambos hábitos como un tándem ganador que permite disfrutar de una mejor salud.

Por este motivo, coincidiendo con la **10ª edición del Día Nacional de la Nutrición**, la FESNAD ha convocado un encuentro entre representantes de ambos campos para responder a algunas preguntas que afectan a los ciudadanos de nuestro país:

- ¿Se asocia la práctica de ejercicio a una menor mortalidad por enfermedades crónicas?
- ¿Influye la actividad física en nuestra autoestima y bienestar psicológico?
- ¿Ayuda el ejercicio físico a reducir la ansiedad y la depresión?
- ¿Están el sobrepeso, los trastornos de conducta alimentaria o los factores de riesgo cardiovascular relacionados con la mala alimentación y una baja práctica de actividad física?

Participantes de la mesa redonda

- **Dr. Roberto Sabrido**, Presidente de la AESAN
- **Dr. Jordi Salas**, Presidente de la FESNAD
- **Dr. Giuseppe Rusolillo**, Secretario General de la FESNAD
- **Dr. Rafael Urrialde de Andrés**, Health Marketing Manager. Coca Cola Iberia
- **Dra. Rosa Lamuela**, profesora Farmacia UB. Centro de Información Cerveza y Salud
- **Francisco Javier Echevarría Gutiérrez**, Subdirector General de Corporación Alimentaria Peñasanta (CAPSA)

Datos clave

- **Qué:** mesa redonda 10 Aniversario Día Nacional de la Nutrición
- **Tema:** la importancia de la actividad física y la buena alimentación para la salud
- **Cuándo:** jueves 26, 10:00h
- **Dónde:** sede AESAN - C/Alcalá, nº 56, Sala 143. Madrid
- **Organiza:** FESNAD
- **Participan:** Presidente de la AESAN, Junta Directiva FESNAD, representantes de Central Lechera Asturiana, Centro Cerveza y Salud, Coca-Cola
- **Colaboran:** Danone, Nestlé, Puleva

Para más información

Saatchi & Saatchi Health. Departamento de comunicación

Christian Martinell

93 241 91 50 • M 617 370 635 • F 932 387 810

christian.martinell@saatchihealth.es