



El Ayuntamiento también distribuirá carteles y trípticos informativos.

UNA TONELADA DE MANZANAS PARA CELEBRAR EL DÍA NACIONAL DE LA NUTRICIÓN

Vva. de la Cañada, 28 de may.2015.- El Ayuntamiento, a través de la Concejalía de Salud, va a repartir hoy una tonelada de manzanas en las escuelas infantiles y centros de Educación Infantil, Primaria, Secundaria y Bachillerato del municipio. Con esta iniciativa el consistorio villanovense se suma a la celebración del [XIV Día Nacional de la Nutrición](#), organizado por la Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD). En esta ocasión, el DNN tiene como lema “Comer bien, es el mejor Te Quiero” y está dedicado a concienciar a la población y especialmente a las mujeres de la importancia que tiene seguir una alimentación saludable durante el embarazo y el periodo de lactancia.

Junto con las manzanas, el Ayuntamiento repartirá carteles y trípticos informativos. “Una buena alimentación es fundamental en todas las etapas de la vida y como Ayuntamiento entendemos que debemos sumarnos a este tipo de iniciativas que conciencian a los ciudadanos de la importancia de llevar estilos de vida saludables. La alimentación de la madre, incluso antes de la gestación, juega un papel muy importante para favorecer el estado de salud materno-infantil”, explica el concejal de Salud y Educación en funciones, José Manuel Ávila.

“Consumir fruta en general y manzanas en particular –añade- es muy recomendable. Con poca energía, cien kilocalorías aproximadamente que es lo que tiene una pieza de manzana, conseguimos una alta densidad de nutrientes como la fibra, minerales y vitaminas”.

Ciudad Saludable

Villanueva de la Cañada es el único municipio español que forma parte de la [Fase VI de la Red Europea de Ciudades Saludables de la Organización Mundial de la Salud](#) (OMS). También pertenece a la [Red Española de Ciudades Saludables de la Federación Española de Municipios y Provincias](#), a la Red de Salud de la Comunidad de Madrid y a la Red de Observatorios Nutricionales. El pasado mes de mayo, el Ayuntamiento recibió además el diploma de la Real Academia de Gastronomía que otorga a Villanueva de la Cañada el título de Capital de la Gastronomía Saludable.