

## **Día Mundial de la Alimentación: Nutrición para un futuro más saludable**

Hoy, 16 de octubre, celebramos el Día Mundial de la Alimentación, una fecha que nos invita a reflexionar sobre la importancia de una alimentación saludable y sostenible para todos y todas. La nutrición no solo es fundamental para nuestro bienestar físico, proporcionándonos la energía y los nutrientes necesarios para llevar una vida activa y saludable, sino que también influye en nuestro estado de ánimo, nuestra capacidad cognitiva y nuestra calidad de vida en general.

En un mundo cada vez más conectado y globalizado, los desafíos alimentarios son complejos y requieren de soluciones integrales. La desnutrición, la obesidad y las enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación (como la Hipertensión arterial, la Diabetes Mellitus tipo-2 y algunos tipos de cánceres) son problemas que afectan a millones de personas en todo el mundo. Es por ello que promover hábitos alimentarios saludables se ha convertido en una prioridad global.

En **Empresas IANSA**, somos conscientes de la importancia de una alimentación balanceada y variada. Creemos que cada bocado que ingerimos es una oportunidad para cuidar de nuestra salud y la del planeta. Por eso, trabajamos día a día para ofrecer productos de calidad y promover un consumo responsable de azúcar, un ingrediente fundamental en nuestra alimentación.

Te invitamos a unirse a nosotros en este compromiso con una alimentación saludable. En nuestro sitio web **Azúcar Consciente**, encontrarás información útil, recetas nutritivas y consejos prácticos para incorporar hábitos saludables en tu vida diaria.

Juntos podemos construir un futuro más saludable para todos y todas.

¡Súmate a esta celebración y comprométete con una alimentación más saludable y sustentable!

#DíaMundialdeAlimentación

#AlimentaciónSaludable

#Sostenibilidad

#IANSA