

Boletim Online



PROJETO DE EXTENSÃO EM SEGURANÇA DE ALIMENTOS DA UFF. Buscando contribuir com o aumento dos seus conhecimentos na área de higiene e segurança de alimentos, apresentamos mais um número do nosso boletim online com algumas notícias veiculadas na mídia e relacionadas com o tema.

Ano II. Edição, Nº09 • Janeiro/2015

Falta um elo na segurança dos alimentos nos supermercados.



Que elo é esse que falta nos supermercados e que compromete a segurança do cidadão ao consumir produtos de origem animal vendidos nos supermercados? Que riscos podem estar na carne bovina, suína ou aviária, nos produtos salgados e nos frios fatiados lá comercializados? **LEIA MAIS**

Sardinha contém mais cálcio que leite e é fonte de ômega 3 para o coração



Quase 30% das mortes em todo o mundo são causadas por doenças cardiovasculares, segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS). E, no Brasil, quase metade das pessoas que sofrem um infarto morre na primeira hora, antes de chegar ao hospital. Mas, antes que o problema apareça, existe a prevenção.

LEIA MAIS

Sete alimentos que ajudam a controlar o colesterol ruim



Para garantir que o processo de envelhecimento seja tranquilo e saudável, controlar os índices de colesterol - reduzindo o consumo de gorduras trans e saturadas - pode ser uma das chaves do mistério. Segundo uma pesquisa da Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo, uma em cada dez pessoas com mais de 60 anos, apresenta colesterol LDL (considerado o ruim) alto demais...

LEIA MAIS

Açaí contaminado causa surto de doença de Chagas em município do Amazonas



Já somam 16 os casos confirmados de pessoas com doença de Chagas em Carauari, município a 789 quilômetros de Manaus. O número é considerado como surto em nível municipal pela Fundação de Vigilância em Saúde no Amazonas.

LEIA MAIS

Veja dicas para consumir 5 porções de frutas por dia



As frutas fazem bem o ano inteiro, mas parecem ainda melhores no verão, quando se oferecem como uma opção refrescante e que não tira a disposição para curtir o sol. Esse foi o assunto do Bem Estar desta segunda-feira (5), com a participação do endocrinologista Bruno Halpern e da nutricionista Rosana Raele.

LEIA MAIS

Veja cinco dicas para uma alimentação rápida e saudável antes dos exercícios físicos



Não há pressa e nem atraso que justifique: sair de casa pela manhã direto para os treinos sem se alimentar não costuma ser uma boa ideia. Principalmente quando o exercício praticado em jejum for pesado e o atleta não estiver preparado para isso, o que aumenta o risco de hipoglicemia. Esse distúrbio, provocado pela baixa concentração de glicose no sangue, pode causar sudorese excessiva, dor.....

LEIA MAIS

Editor: Ismar Araújo de Moraes.

Contatos: www.alimentos.uff.br / alimentosuff@gmail.com

Instituto Biomédico-UFF. Rua Prof Hernani Pires de Mello, 101 – São Domingos – Niterói – RJ.