

Uffici di staff · Direzione Generale

Parma, 07/03/2013

MENO SALE PIU' SALUTE

Notizie dall'AUSL di Parma in collaborazione con l'Ufficio Stampa aziendale.

“Meno sale più salute!” è lo slogan della campagna per promuovere una minor assunzione di sale da cucina, organizzata da World Action on Salt and Health, promossa anche dall'Azienda USL di Parma.

Meno sale non significa rinunciare al gusto, ma guadagnare in salute: il sale è amico dell'ictus e delle malattie del cuore.

Allora, segui alcune semplici regole: nei tuoi break quotidiani scegli frutta e spremute piuttosto che cracker, grissini o altri snack salati, condisci con spezie, olio e aceto, controlla le etichette, mangia cibi a basso contenuto di sale e varia la tua dieta.

Per saperne di più, consulta il sito www.menosalepiusalute.it

Ufficio stampa - Simona Rondani