

el correo gallego

Alimentos grasos y azucarados

Fecha: 26/12/01

URL:

<http://www.elcorreogallego.es/periodico/20011226/Galicia/N78582.asp>



E N ocasiones, estas fiestas invitan a consumir comidas con un alto contenido en grasas, cuya digestión es más lenta, y ésta es otra de las causas de los trastornos digestivos leves más habituales en Navidad. Asimismo, el doctor Vázquez Iglesias señala que 'al ser fechas en las que abundan los dulces típicos, hay, por ejemplo, muchas personas diabéticas que controlan su enfermedad de forma adecuada, ya sea mediante dieta o incluso con la administración de **insulina**, y que sufren descompensaciones de la diabetes, por la ingestión de alimentos ricos en azúcar que no consumen de forma habitual'. Así, el presidente de la SEPD y especialista del Hospital Juan Canalejo recomienda 'moderación' en la comida y bebida en estas fechas.