

Día Mundial de la Leche

Escrito por Redaccion

Viernes, 01 de Junio de 2012 06:10 - Actualizado Viernes, 01 de Junio de 2012 06:53



Con el objetivo de incentivar al consumo de los productos lácteos en todo el mundo, en el Día Mundial de la Leche se celebran distintos actos en torno a estos productos, de los cuales difunden sus beneficios en el organismo.

El 1 de junio se celebra por onceavo año consecutivo el Día Mundial de la Leche, fecha establecida por la FAO (Food and Agriculture Organization) con el propósito de incentivar el consumo de los productos lácteos en todo el mundo por las vitaminas que aportan al cuerpo.

La leche es rica en calcio y vitamina D que ayuda a desarrollar huesos fuertes y reducir la presión arterial. También contiene una gran cantidad de proteínas, que son esenciales para una mejor nutrición, ofreciendo energía por más tiempo. Asimismo, tomada controladamente, ayuda en la pérdida de peso.