



GUSTO E SALUTE CON MENO SALE NEL PANE

Per favorire un'alimentazione a ridotto contenuto di sale, il tuo fornaio, con questo pane, ha aderito al Programma



promosso dal Ministero della Salute
<http://www.salute.gov.it/>

Consumiamo troppo sale,
(10 -15 g circa al giorno)
rispetto ai 5 g raccomandati dall'Organizzazione Mondiale
della Sanità

Un'alimentazione a ridotto contenuto di sale ha effetti benefici sulla nostra salute, contribuendo a ridurre la pressione arteriosa, migliorare la funzionalità di cuore, vasi sanguigni e reni, ad aumentare la resistenza delle ossa.

Se si riduce gradualmente l'apporto giornaliero di sale, il nostro palato si adatta facilmente ed è quindi possibile in poco tempo apprezzare cibi meno salati.

