

I CONSIGLI DI ONE HEALTH



LE UOVA VANNO IN FRIGORIFERO?

Una doverosa premessa. La conservazione in frigorifero contribuisce a mantenere più a lungo il cibo: questa invenzione tecnologica, "americana" come molte altre del dopoguerra, ha permesso di consumare meno derrate. L'ordine di posizionamento nei vari settori, a seconda dell'alimento, ha un criterio preciso ed il frigorifero è costruito in maniera da aiutare il consumatore a trovare il pianale o l'angolo corretto dove posizionare carne, latte, latticini, formaggio, frutta e verdura. E le uova? C'è la mensola con l'alveare! Ma è corretto mettere le uova in frigorifero? Dovremmo dire: no!

[Leggi l'articolo completo >](#)

LA NOTIZIA DELLA SETTIMANA



ATTENZIONE ALLE QUANTITA' DI ALCOL CHE SI ASSUMONO: UN ECCESSO ACCORCEREBBE LA VITA

Un eccesso di alcol accorcerebbe la vita: 18 bicchieri a settimana ci farebbero vivere 4 anni in meno. E' quanto sostiene un importante studio pubblicato sulla rivista The Lancet, che ha per l'appunto tentato di quantificare il tempo in meno che l'assunzione di un eccesso di alcolici ci porterebbe a vivere. Questi i risultati: a chi consuma mediamente 200-350

spetterebbero uno/due anni di vita in meno, quattro-cinque anni per chi va oltre i 350 grammi settimanali. Gli effetti negativi inizierebbero a farsi sentire al superamento dei 100 grammi, ovvero cinque o sei bicchieri di vino di gradazione alcolica media. Una quantità ben al di sopra delle dosi massime consigliate nella maggior parte dei Paesi, tra cui l'Italia. Per la ricerca, il team di esperti ha analizzato 83 studi condotti in 19 paesi, per un totale di quasi 600mila dati di consumatori di alcol, nessuno dei quali soffriva già di malattie cardiovascolari. Secondo gli studiosi i limiti andrebbero quindi rivisti e abbassati. [\(fonte\)](#)

SAPEVATE CHE...



KARKADE': IL FIORE CHE DISSETA NEI LUNGI VIAGGI NEL DESERTO

Il karcadè è una nota bevanda molto diffusa in Africa. Le proprietà rinfrescanti derivano direttamente dal fiore dalla quale si ricava, che spesso viene masticato per attenuare il caldo e la sete nei lunghi viaggi nel deserto. La parola karkadè deriva infatti dal nome "karkadeb" con cui la pianta è chiamata nel dialetto Tacruri, in Etiopia. Nella nostra penisola venne importato solo a seguito dello scoppio della guerra in Etiopia, quando la Società delle Nazioni inflisse all'Italia alcune sanzioni economiche e il governo fascista organizzò il sabotaggio dei prodotti stranieri. Fu così che il tè, prodotto nelle colonie inglesi, venne sostituito con questa bevanda, pur accolta con scarso entusiasmo. [\(fonte\)](#)

E' possibile contattare la Segreteria OH One-Health ai seguenti recapiti:

Email: segreteria@one-health.it - Tel. 0372/403543



[Unsubscribe](#) | [Forward to a friend](#)