

# melhores bet - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com Palavras-chave: melhores bet

---

## Adolescentes no Reino Unido obtêm dois terços de suas calorias diárias de alimentos ultraprocessados

Adolescentes no Reino Unido obtêm cerca de dois terços (63%) de suas calorias diárias de alimentos ultraprocessados, com o consumo mais alto entre aqueles de backgrounds desfavorecidos, segundo pesquisadores.

Os achados resultaram de uma análise de diários alimentares mantidos de 2008 a 2024 por quase 3.000 participantes com idades entre 11 e 18, como parte da Enquete Nacional de Dieta e Nutrição do Reino Unido.

Embora os autores tenham encontrado uma pequena diminuição no consumo de alimentos ultraprocessados, de 68% para 63%, os achados sugerem que adolescentes no Reino Unido ainda estão comendo mais desses alimentos do que outros grupos etários.

A Dra. Yanaina Chavez-Ugalde, a primeira autora do estudo na Universidade de Cambridge, disse que os resultados destacam a necessidade de abordar a dominância de alimentos ultraprocessados nas dietas adolescentes.

"Acredito que haja um lugar para alimentos ultraprocessados **melhores bet** nossas dietas ... mas não tão grande quanto estamos consumindo", disse ela.

Chavez-Ugalde disse que cereais e pães integral podem ser uma fonte importante de fibras, mesmo quando processados, mas sugeriu que uma ingestão razoável está mais perto de 20% do que dois terços. Medidas de política abrangentes, incluindo melhor educação alimentar, regulação de marketing e melhor acesso a alimentos nutritivos, são necessárias para encorajar adolescentes a fazer escolhas saudáveis, adicionou.

Alimentos ultraprocessados são alimentos industrialmente fabricados que contêm conservantes, edulcorantes, aromatizantes artificiais, emulsificantes e outros aditivos. Normalmente altos **melhores bet** açúcares, gorduras saturadas e sódio, estão associados a uma dieta de baixa qualidade e foram ligados a vários riscos à saúde, incluindo obesidade, diabetes do tipo 2 e câncer.

No último estudo, os autores avaliaram mais de 5.000 itens alimentícios registrados nos diários usando os critérios formais NOVA para definir alimentos ultraprocessados, que incluem pães de supermercado, cereais, torradas, batatas fritas e refeições prontas.

O estudo, uma colaboração com a Universidade de Bristol, descobriu que, **melhores bet** média, 66% das calorias dos adolescentes provinham de alimentos ultraprocessados, mas havia diferenças na sociedade. Aqueles de backgrounds mais desfavorecidos consumiram mais alimentos ultraprocessados (68,4%) do que aqueles de backgrounds menos desfavorecidos (63,8%). O consumo foi maior **melhores bet** pessoas de backgrounds brancos **melhores bet** comparação com não brancos (67,3% **melhores bet** comparação com 59%), e no norte da Inglaterra **melhores bet** comparação com o sul, **melhores bet** 67,4% v 64,1%. À medida que as idades avançam, os 18 anos comem uma proporção ligeiramente menor de alimentos ultraprocessados, **melhores bet** 63,4%, do que os 11 anos, **melhores bet** 65,6%.

## Políticas para encorajar escolhas alimentares saudáveis

"Se perguntar a muitas pessoas, elas sabem como comer Detalhes adicionais foram publicados no European Journal of Nutrition.

Carmen Piernas-Sanchez, uma cientista de nutrição na Universidade de Oxford, que não

participou do estudo, disse: "A porcentagem de energia total diária proveniente de alimentos ultraprocessados é muito alta, apesar das quedas observadas nos anos recentes de enquete. Figuras semelhantes foram relatadas **melhores bet** outros países, como os EUA."

"Estudos futuros desse tipo devem relatar as principais fontes alimentares que mais contribuem para o consumo de alimentos ultraprocessados, o que pode ajudar a informar políticas que visam melhorar a qualidade da dieta na população do Reino Unido", ela acrescentou.

Preocupações com alimentos ultraprocessados e seu potencial efeito na saúde levaram alguns países a introduzirem novas rotulagens para esses alimentos. No entanto, Gunter Kuhnle, professor de nutrição e ciência alimentar na Universidade de Reading, advertiu contra tal movimento. "Colocar outra marca para ser evitada não é provavelmente a melhor ideia. Acho que é muito melhor se concentrar no lado positivo. Também faria muito sentido, porque há muita discordância sobre o que deve ser evitado. Devemos comer mais saudavelmente? Sim. Mas uma recomendação "não coma X" precisa de fortes evidências."

## União Europeia pretende impor sanções contra seis figuras militares do Sudão

A União Europeia pretende impor sanções contra seis figuras militares do Sudão que estão alimentando o conflito que levou à uma das piores crises humanitárias do mundo, de acordo com diplomatas europeus.

Os ministros das Relações Exteriores da UE, que se reunirão mais tarde este mês, estão previstos para aprovar sanções contra seis indivíduos das forças rivais que estão lutando pelo controle do Darfur, a vasta região árida do oeste e sudoeste do Sudão.

A lista inclui três pessoas do grupo paramilitar Forças de Apoio Rápido (RSF) e três do Exército Sudanês (SAF), de acordo com três diplomatas da UE. Eles estarão sujeitos a congelamento de ativos e proibições de viagens. Funcionários da UE aprovaram os nomes na terça-feira, mas a lista final ainda pode sofrer alterações.

Desde que os combates entre o RSF e o exército sudanês eclodiram **melhores bet** abril de 2024, mais de 9 milhões de pessoas fugiram de suas casas, criando a maior crise de "deslocamento" do mundo, de acordo com as Nações Unidas.

### Crise humanitária no Sudão

Evento	Detalhes
Combates entre RSF e exército sudanês	Abril de 2024: mais de 9 milhões de pessoas deslocadas
Situação <b>melhores bet</b> El Fasher	Forças RSF cercam a cidade; população <b>melhores bet</b> risco
Ameaça de fome	18 milhões de pessoas com fome aguda, incluindo 3,6 milhões de crianças

As agências das Nações Unidas advertiram recentemente que as pessoas do Sudão correm "risco iminente de fome". 18 milhões de pessoas estão com fome aguda, incluindo 3,6 milhões de crianças.

A mudança da UE para impor sanções aos seis indivíduos segue o congelamento de ativos contra seis empresas de equipamentos militares controladas pelo RSF e SAF **melhores bet** janeiro. A bloco enfrentou críticas de defensores de direitos humanos por ser lento **melhores bet** agir diante de atrocidades hediondas.

Em um relatório recente, testemunhas disseram à Human Rights Watch (HRW) que crianças ainda vivas foram "empilhadas e baleadas" pela RSF à medida que tentavam fugir da capital de Oeste Darfur, Geneina, **melhores bet** junho do ano passado, durante ataques aos povos não árabes Masalit do Sudão.

O relatório da HRW pede aos países ocidentais que impõem sanções a comandantes, oficiais e

líderes de milícias responsáveis por crimes contra a humanidade e crimes de guerra **melhores bet** Oeste Darfur.

Jean-Baptiste Gallopin, pesquisador sênior da HRW, disse que seu time não encontrou ninguém nos campos de refugiados "que não tivesse testemunhado assassinatos ou sobrevivido a um ataque ou perdido um membro da família".

Gallopin disse que os eventos **melhores bet** Geneina foram um "aviso do que pode acontecer **melhores bet** El Fasher à medida que essa batalha se desenrola".

---

**Informações do documento:**

Autor: symphonyinn.com

Assunto: melhores bet

Palavras-chave: **melhores bet - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-07-22