

# Nutricionistas del Valle de Uco compartieron sugerencias para cuidar la salud en cuarentena

24 marzo, 2020



**Lo hicieron a través de un video que ya circula por las redes sociales.**

Nutricionistas del Valle de Uco compartieron con la comunidad sugerencias para cuidar la salud, sobre todo en esta época de cuarentena.

Maira Prados, Nazarena Giuliani, Leonela Ibarra, Karen Combes, Romina y Leandro Guzmán grabaron un video que muestra la importancia de escoger bien de qué forma alimentarse, cada cuánto, y hasta cómo lavar bien los

alimentos.

Leandro Guzmán, oriundo de San Carlos, y especialista de la nutrición en comunicación con *El Cuco Digital* comentó que la idea surgió de las ganas de aportarle a la comunidad desde su profesión. “Veíamos que los médicos y otras personas ofrecían sus servicios, entonces nos quisimos sumar”.

“Otra cosa que nos pasó es que los pacientes nos enviaban fotos, videos y memes diciéndonos que iban a aumentar de peso en forma de broma pero bueno, vimos que algunos si estaban preocupados” agregó Guzmán.

Y cerró sus declaraciones expresando que desea que todos puedan valerse de los consejos y sugerencias para cuidar la salud.

***¡Mirá el video!***