Harvard elimina a la leche de la pirámide alimenticia

En un sorprendente cambio de enfoque, la Universidad de Harvard ha decidido excluir la leche de la tradicional pirámide alimenticia, desencadenando un debate global sobre los hábitos alimenticios arraigados en nuestra sociedad.

Esta decisión, respaldada por estudios científicos destacados, ha puesto de manifiesto los posibles riesgos asociados con el consumo de leche y ha abierto la puerta a una revisión crítica de las recomendaciones dietéticas establecidas durante décadas.

La leche, considerada durante mucho tiempo como una fuente esencial de calcio y otros nutrientes, ha sido cuestionada por Harvard debido a investigaciones recientes que sugieren efectos negativos en la salud que podrían superar sus supuestos beneficios.

Este cambio en la perspectiva nutricional no solo desafía las creencias arraigadas, sino que también plantea preguntas cruciales sobre la influencia de la industria láctea en la formación de nuestras percepciones alimenticias y en las recomendaciones de salud pública.

Con información de 800Noticias