



Atendimento

Chat - OFFLINE

Suporte ▼

Login ▼

Carrinho

Produtos adicionados no carrinho:
0 und. R\$ 0,00

- [Minhas listas](#)
- [Últimas compras](#)

Ver carrinho ▶

Busca:

OK

[Calçados](#) | [Luvas](#) | [Protetores auditivos](#) | [Óculos](#) | [Respiradores](#) | [Cremes](#) | [Capacetes](#) | [Vestimenta](#) | [Cintos](#) | [Ergonomia](#)

Sinalização



ENTREGAMOS EM TODO O BRASIL

CONFIRA AQUI o CA de seu EPI

CA = Certificado de Aprovação



Notícias Maxipas

Bancária é agredida em assalto ao Itaú no horário de almoço em Porto Alegre

Neste 28 de fevereiro, trabalhadores difundem o combate às LER/Dort

Tribuna do leitor: fantasia vira farda para garis de Custódia

[Leia todas as notícias](#)



Procure por conteúdo

OK

Alimentação saudável melhora o humor e espanta a tristeza

27 de fevereiro de 2012

No livro A Dieta do Bom Humor, Sonia Tucunduva Philippi, pesquisadora da USP, relata como as pessoas depositam na alimentação a responsabilidade pela felicidade. "Durante um delicioso café, engolimos adicionalmente o estresse do trabalho e da vida urbana. As relações entre alimento e sentimento são tão primitivas para o ser humano que se estabelecem bem no comecinho da vida, quando, aos sermos colocados no peito materno, esboçamos um sorriso de prazer que nos faz adormecer felizes", escreve Philippi.

No cenário brasileiro, a busca por alimentação de qualidade tem impulsionado o mercado de fast-food saudável. A tendência ainda é a procura por refeições rápidas, em razão da correria do dia a dia, mas dessa vez o destaque fica por conta dos restaurantes que oferecem alimentos leves e balanceados.

"As pessoas estão deixando de lado a obsessão por dietas e valorizando a reeducação alimentar, que incentiva hábitos alimentares saudáveis. Por mais que falte tempo, há mais preocupação com saúde e qualidade de vida. Também se sabe que pratos mais coloridos e diversificados ajudam na melhoria do humor e, por esse motivo, os cardápios são pensados de modo a atender a essas expectativas", explica a nutricionista Débora Jureidini Tozo, que presta consultoria à rede de restaurantes Mixirica.

Outra mudança de comportamento, segundo a nutricionista, é a realização de várias refeições ao longo do dia. O hábito de alimentar-se a cada três horas reduz a capacidade do estômago, diminuindo a ingestão calórica, faz com que o organismo trabalhe mais para metabolizar nutrientes, controlando o apetite e evitando os exageros da alimentação compulsiva.

Pensando no valor nutritivo e investindo no sabor como diferencial, a rede de fast-food de comida equilibrada Mixirica busca suprir as necessidades alimentares de seus clientes em todas as refeições do dia, desde o café da manhã até o happy hour e jantar. O cardápio é estrategicamente elaborado priorizando a inovação, com variados tipos de sucos naturais, salada de frutas e sanduíches naturais, que podem ser montados de acordo com o gosto do cliente.

"Temos 44 sugestões de sucos naturais, entre eles, sabores misturados, com alto valor nutritivo, um diferencial da marca. As saladas também são variadas, abrangendo todo o tipo de público, de montagens mais simples às mais sofisticadas, sempre privilegiando o valor nutricional", explica Débora.

Segundo a Associação Brasileira da Indústria de Alimentos Dietéticos e Para Fins Especiais (ABIAD),

Receba novidades

Nome:

E-mail:

Atividade:

[Descadastrar](#)

Cadastrar

**Lista de Compras
facilidade e
segurança pra você.**



[Saiba Mais >>](#)

**CONFIRA AQUI
NOSSAS FORMAS DE PAGAMENTO**



**Área de Parceiros
LojaMaxipas.com.br**

[Acesse >>](#)



Dúvidas?



Chat online

Segunda-feira à Sexta-feira das:
08h00 às 18h00

**Faturamos
para empresas.**



[Saiba Mais >>](#)

empresas que oferecem produtos não apenas práticos como também alimentos saudáveis já movimentam US\$ 5,2 bilhões por ano.

Informações sobre a franquia Mixirica:

www.smzto.com.br

(11) 2182-7000

Fonte: Leia Moda



Deixe um comentário

Nome:

(obrigatório)

E-mail:

(não será publicado) (obrigatório)

Site:

Qual a soma de: 4 + 8 ?

Seu comentário:

Enviar Comentário

Sobre a empresa:

- [Home](#)
- [Sobre a empresa](#)
- [Leis e Normas](#)
- [Dúvidas Frequentes](#)
- [Fale Conosco](#)

- [Segurança](#)
- [Forma de Pagamento](#)
- [Entrega e Frete](#)
- [Troca e Devolução](#)
- [Privacidade](#)
- [Orçamento](#)

- [Não Encontrou o que Precisa](#)
- [Negociação Especial](#)
- [Seja um Fornecedor](#)
- [Dúvidas Sobre Lista de Compras](#)
- [PPRA](#)

Receba novidades por e-mail:

Nome:

Atividades:

.....

E-mail:

[Descadastrar](#)

Cadastrar

Formas de pagamento:



Certificados:



WB4B/C'
Negócios Online