

**LA FÓRMULA PARA UNA VIDA REDONDA ES SENCILLA**

**24/07/2006**

**Fuente: MAPA, MISANCO-AESA, UCE, UNAE, CEACCU, OCU, FUCI, CECU Y FIAB**

**Índice**

- [Sentirse bien - http://www.fiab.es/sumasalud/index.html](http://www.fiab.es/sumasalud/index.html)
- [Activa tu vida](#)
- [Alimentación saludable](#)
- [Actividad física cotidiana](#)
- [Olvida los tópicos](#)

Diversos estudios ponen de manifiesto que creemos tener suficientes conocimientos en temas de alimentación y dietas correctas, pero no ocurre así en la mayoría de los casos. Este desconocimiento hace que cada vez sea más necesario informarnos para mejorar nuestros hábitos alimenticios y nuestra salud.

Con esta campaña puesta en marcha por el **Consortio para la Información al Consumidor en Materia Alimentaria**, integrada por la FIAB y las asociaciones de consumidores UCE, UNAE, CEACCU, OCU, FUCI y CECU se pretende ofrecer información práctica sobre alimentación y actividad física, con el fin de mejorar nuestra salud y calidad de vida.