

Servicio Integrado de Información Arroceras (22 abril 14)

CRHOY.COM

FEDEFÚTBOL LLEVARÁ 200 KILOS DE CADA GRANO A BRASIL

Arroz y frijoles serán fundamentales en la dieta de seleccionados durante el Mundial

- Delegación tica tendrá un chef especial en la sede de concentración

[GRACIELA FONSECA](#)

La comida típica, el arroz y los frijoles y una dieta basada en hierro y fibra serán parte de la alimentación que tengan los seleccionados nacionales durante su estancia en Brasil 2014.

Para esto la Federación Costarricense de Fútbol pondrá atención especial sobre lo que coman los futbolistas, y no sólo en suelo brasileño, sino desde antes en el campamento en suelo nacional.

La encargada de realizar este trabajo será Ligia Chaves, nutricionista de la Federación, quien comentó un poco la planificación que llevan desde ya con el conjunto nacional y bajo la lupa del técnico Jorge Luis Pinto.

“Queremos tener un alimento base de calidad que viene a cumplir varias funciones, por ejemplo el arroz es un alimento energético y de muy fácil asimilación, así como los frijoles, una proteína vegetal donde los aminoácidos se complementan y se vuelven vitales en ellos”, comentó la nutricionista.

Así mismo, explicó que la alimentación deportiva (la cual debería usar cualquier atleta) atraviesa varios períodos por ejemplo en los desayunos deberán utilizar las frutas, lácteos y otras fuentes de carbohidratos como el típico gallo Pinto.

Además en el almuerzo es vital que coman las ensaladas pues recuperan energías, así como las sopas que se utilizan como fuente de hidratación además de las proteínas.

“Tenemos recetas, indicaciones al chef de allá y al de nosotros, se manejan estándares de calidad y de como manejar estos alimentos... En Santos vamos a reproducir la cocina costarricense. Aquí va a existir alimentación previa, el día del partido y después, además variara si un partido está muy cerca del otro”, afirmó Chaves.

Los futbolistas tendrán también la oportunidad de darse un “gustito” siempre y cuando se apegue a lo establecido.

Nación.com

Estudio de la Clínica del Adolescente en gran área metropolitana

Colegiales comen más comida rápida y hacen menos ejercicio

[POR Irene Rodríguez S.](#) / irodriguez@nacion.com - Actualizado el 20 de abril de 2014 a: 12:00 a.m.

63% se ejercita una hora a la semana y solo en clases de Educación Física

45% admite consumir tacos, pizza o hamburguesa tres veces por semana

Comida rápida es la preferida por adolescentes. [Ampliar](#)

Una vida atada a los estudios, al televisor, a los videojuegos y a la comida rápida. ¿Y el ejercicio? Pues para eso está la clase de Educación Física del colegio, una hora, solo una vez a la semana.

Esta es la realidad de los adolescentes nacionales que palpa un estudio de la Clínica del Adolescente, del Hospital Nacional de Niños, realizado con 3.373 colegiales entre los 12 y 18 años de la Gran Área Metropolitana

(GAM). La investigación es del año pasado, con algunos datos de principios del 2014.

Dicho reporte revela que el 63% de los jóvenes solo efectúa una hora de ejercicio a la semana. De ellos, más de la mitad reconoció que esa hora corresponde a la clase de Educación Física del cole.

Según Alberto Morales, director de la Clínica del Adolescente, muchos jóvenes dedican de dos a seis horas diarias a la televisión y a los videojuegos. El ejercicio se limita a la Educación Física.

Este tipo de comportamiento eleva los riesgos para deteriorar la salud, advirtió el especialista.

Del total de muchachos que participaron en el estudio, solo el 22% dijo hacer ejercicio todos los días, y el 12% no lo hace del todo.

“Las consecuencias de estos malos hábitos ya las comenzamos a ver. El 21% de los adolescentes nacionales tiene sobrepeso u obesidad. Es mucho. Y si estas prácticas continúan, en la vida adulta podrán verse enfermedades como la diabetes, la hipertensión y hasta los infartos a edades cada vez menores. Ya hay gente con infartos a los 30 años”, advirtió Morales.

Vida rápida. El informe reflejó otra realidad: el aumento en el consumo de la llamada comida chatarra.

El 45% de los adolescentes dijo consumir este tipo de alimentos tres veces o más por semana; un 28% lo hace una vez por semana, y un 25%

ingere esta comida una vez cada 15 días. Solo el 1% sostuvo que nunca come estos productos.

Las cifras han subido desde el último estudio de este tipo en 2006. En aquel entonces, el 23% consumía comidas rápidas tres veces por semana o más; el 28% lo hacía solo una vez por semana, y el 18%, una vez por semana. Hace ocho años, el 4% no comía comida rápida, cuatro veces más jóvenes que hoy.

Dentro de los alimentos que se identificaron como favoritos se hallan las hamburguesas, papas fritas, *pizza*, perros calientes y tacos.

Alberto Morales comentó que el consumo de esos comestibles se realiza en los espacios que tienen los jóvenes para socializar.

“Sus espacios para verse tienden a ser estos restaurantes, donde también hay promociones que los hacen comprar una hamburguesa o taco por ¢600”, enfatizó Morales.

Para el educador físico Juan Carlos Gutiérrez, el problema es muy grave, pero fácil de explicar:

“El cuerpo debe moverse para hacer funciones bioquímicas que le dan salud. Lo malo es que consumimos más energía de la que gastamos, y, como no se puede destruir, el cuerpo la almacena”, manifestó.

Para Gutiérrez, no es complicado lograr un cambio. Consumir menos frituras y cambiar un rato de videojuegos por un partido de fútbol pueden hacer la diferencia en el futuro de la salud de estos jóvenes.

Arroz.com

Oryza al Día

21.04.14

El 70% de la cosecha de arroz en cáscara de Italia ha sido vendida. Casi el 70% del total del arroz italiano de la campaña agrícola 2013-14 ya se ha vendido hasta el 15 de abril. Las variedades Largo A son las más vendidas, con más del 80%, mientras de las variedades Largo B se ha vendido el 60%. En la semana del 8 al 15 de abril, se vendieron 32980 toneladas de...
<http://arroz.com/content/el-70-de-la-cosecha-de-arroz-en-c%C3%A1scara-de-italia-ha-sido-vendida>

21.04.14

Las exportaciones de arroz de Europa aumentaron 30% desde el año pasado. Las exportaciones europeas de arroz aumentaron 30% de un año a otro, de acuerdo con datos suministrados por la Unión Europea; entre el 1 de septiembre de 2013 y el 08 de abril de 2014, las exportaciones de arroz de la UE ascendieron a 126406 toneladas (arroz elaborado), 29482 toneladas por encima...
<http://arroz.com/content/las-exportaciones-de-arroz-de-europa-aumentaron-30-desde-el-a%C3%B1o-pasado>

21.04.14

Resumen Oryza del mercado de arroz en cáscara de EE.UU. - EL mercado se mantiene tranquilo, con poca demanda de exportación; la siembra de la nueva cosecha llega a 32%. Hoy las ofertas de los agricultores por arroz de la vieja cosecha se mantuvieron estables cerca de 15.55 dólares por quintal granja fob (alrededor de US \$343 por tonelada) para pronto envío, mientras que las ofertas por arroz de la nueva cosecha estuvieron en torno a US \$13.33-\$13.66 por quintal...
<http://arroz.com/content/resumen-oryza-del-mercado-de-arroz-en-c%C3%A1scara-de-eeuu-el-mercado-se-mantiene-tranquilo-con>

21.04.14

Análisis Oryza de Divisas del Arroz del martes - La Rupia de la India baja 0.5%. El índice del dólar de EE.UU. subió +0.12%, cerrando en 79.945. El Euro bajó -0.13%, comerciándose en torno a 1.3793 al final del día. El Baht tailandés bajó -0.20%, cotizándose a 32.245 en el momento del cierre. La Rupia india bajó -0.50%, cerrando en 60.5925. El Real brasileño subió +0.30% a 2...
<http://arroz.com/content/an%C3%A1lisis-oryza-de-divisas-del-arroz-del-martes-la-rupia-de-la-india-baja-05>

21.04.14

China pretende alcanzar la autosuficiencia en arroz y una mayor producción de

granos alimenticios para el 2023 China tiene como objetivo elevar la producción de cereales alimenticios y alcanzar la autosuficiencia en arroz con el apoyo del gobierno y la modernización de la agricultura en los próximos diez años, según un informe del Instituto de Información Agrícola de la Academia China de Ciencias Agrícolas... <http://arroz.com/content/china-pretende-alcantar-la-autosuficiencia-en-arroz-y-una-mayor-producci%C3%B3n-de-granos>

21.04.14

El nuevo gobierno debe continuar con el programa de hipotecas de arroz, dice el Ministro de Finanzas interino El Ministro de Finanzas interino de Tailandia dice que el gobierno provisional no tiene la autoridad para continuar con el plan de hipotecas de arroz, pero que el nuevo gobierno debe continuar con el programa para ayudar a los agricultores de arroz del país, según fuentes locales. <http://arroz.com/content/el-nuevo-gobierno-debe-continuar-con-el-programa-de-hipotecas-de-arroz-dice-el-ministro-de>

21.04.14

Corea del Sur compró 19521 toneladas de arroz de EE.UU. y Vietnam Corea del Sur compró 19521 toneladas de EE.UU. y Vietnam en licitaciones que cerraron el 15 de abril de 2014. De acuerdo con Bloomberg, Corea del Sur compró 6188 toneladas de arroz de EE.UU. para entrega el 31 de julio de 2014 a US \$878.95 por tonelada, y 13333 toneladas de arroz de Vietnam para... <http://arroz.com/content/corea-del-sur-compr%C3%B3-19521-toneladas-de-arroz-de-eeuu-y-vietnam>

21.04.14

El comercial formal de semillas entre la India y Bangladesh elevará la productividad, dice estudio El comercio formal de semillas de arroz y el intercambio de conocimientos entre la India y Bangladesh impulsarán la productividad en los dos países, de acuerdo con un estudio realizado por una organización de la sociedad civil en la India. El estudio dice que los productores de arroz de las... <http://arroz.com/content/el-comercial-formal-de-semillas-entre-la-india-y-bangladesh-elevar%C3%A1-la-productividad-dice>

21.04.14

Los vendedores de arroz de Vietnam elevan algunas de sus cotizaciones; los vendedores de arroz de Tailandia, India y Pakistán bajan algunas de sus cotizaciones

Los vendedores de arroz de Vietnam elevaron sus cotizaciones para el arroz jazmín en US \$5 por tonelada a alrededor de US \$495-\$505 por tonelada. Los vendedores de arroz de la India bajaron sus cotizaciones para el arroz precocido

en US \$5 por tonelada a alrededor de US \$400-\$410 por tonelada. Los...
<http://arroz.com/content/los-vendedores-de-arroz-de-vietnam-elevan-algunas-de-sus-cotizaciones-los-vendedores-de-10>

21.04.14

Vietnam eleva el precio mínimo de exportación para el arroz de bajo grado a US \$375 por tonelada. La Asociación de Alimentos de Vietnam (VFA) ha elevado el precio mínimo de exportación (MEP) para el arroz quebrado 25% hasta US \$375 por tonelada, un aumento de alrededor del 6% en comparación del precio mínimo anterior de US \$355 por tonelada, según fuentes locales. En marzo de 2014, la VFA bajó...
<http://arroz.com/content/vietnam-eleva-el-precio-m%C3%ADnimo-de-exportaci%C3%B3n-para-el-arroz-de-bajo-grado-us-375-por>

21.04.14

Agencia calificadora de la India asigna una perspectiva estable al sector arrocero en el año fiscal 2014-15. Una agencia de calificación privada de la India ha asignado una perspectiva estable para el sector arrocero del país para el año fiscal 2014-15 (abril- marzo) sobre la base de una expectativa de aumento de la producción y una mayor realización de ingresos para los agricultores. La agencia de...
<http://arroz.com/content/agencia-calificadora-de-la-india-asigna-una-perspectiva-estable-al-sector-arrocero-en-el-a%C3%B1o>

21.04.14

El IRRI y PhilRice renuevan acuerdo de colaboración para proteger la próxima generación de variedades de arroz y desarrollar nuevas tecnologías. El Instituto Internacional de Investigación del Arroz (IRRI) y el Instituto de Investigación del Arroz de Filipinas (PhilRice) han renovado su acuerdo de colaboración para la investigación del arroz. De acuerdo con el IRRI, los dos institutos trabajarán para proteger las variedades de arroz de la...
<http://arroz.com/content/el-irri-y-philrice-renuevan-acuerdo-de-colaboraci%C3%B3n-para-protger-la-pr%C3%B3xima-generaci%C3%B3n-de>

21.04.14

El bajo precio ofrecido por Vietnam en la licitación de arroz de Filipinas podría afectar los ingresos de los agricultores, dicen los expertos. El bajo precio ofrecido por Vietnam para ganar la licitación de Filipinas para suministrar 800000 toneladas de arroz quebrado 15% bien elaborado podría afectar negativamente los ingresos de los agricultores locales de arroz, según expertos. Analistas del mercado del arroz dicen que el precio...
<http://arroz.com/content/el-bajo-precio-ofrecido-por-vietnam-en-la-licitaci%C3%B3n-de-arroz-de-filipinas-podr%C3%AD-afectar-los>

CORPORACION ARROCERA NACIONAL

CONARROZ

San José, Costa Rica

21.04.14

Vietnam exportó 1.38 millones de toneladas de arroz entre el 1 de enero y el 15 de abril de 2014

Vietnam exportó alrededor de 1.38 millones de toneladas de arroz entre el 1 de enero y el 15 de abril de 2014, 36% menos que los 2.15 millones de toneladas de arroz exportados en los primeros cuatro meses de 2013, según datos de la Asociación de Alimentos de Vietnam (VFA). Entre el 1 y el 15 de...
<http://arroz.com/content/vietnam-export%C3%B3-138-millones-de-toneladas-de-arroz-entre-el-1-de-enero-y-el-15-de-abril-de>