

# LA MUTUALITAT POSA EN MARXA EL CONSULTORI NUTRICIONAL

23 octubre, 2017

La **Mutualitat Catalana de Futbolistes** ha detectat durant aquest darrer any l'interès de molts pares i jugadors sobre temes bàsics de nutrició esportiva. Hem rebut nombrosos e-mails a la bústia d'atenció al federat de la **Federació Catalana de Futbol** reclamant-nos informació sobre aquest aspecte tant important, dintre de l'esport, com és la millor alimentació possible pels nostres jugadors.

Aquest interès, ens ha animat a crear aquest **consultori nutricional** a la web de la **Mutualitat Catalana de Futbolistes**, amb l'objectiu que pugueu fer-nos arribar les vostres dubtes en aquesta matèria. Les respostes a les vostres preguntes las farà un equip professional de nutricionistes, dirigit pel nutricionista Dani Garcia.

## **Quina serà la forma de participar en aquest consultori?**

Les vostres consultes les podreu adreçar al e-mail [nutricio@mcf.cat](mailto:nutricio@mcf.cat). Des d'aquest moment, s'activaran els nostres recursos perquè en el temps més breu possible es publiquin a la nostra web les respostes a les vostres preguntes.

Aquestes consultes segur que ajudaran a més d'un jugador a informar-se d'aquells trets bàsics per portar una alimentació correcta amb l'ús de l'esport, i més concretament del futbol.

Quan esmorzar abans d'un partit, com hidratar-nos en segons quines situacions, com utilitzar les begudes esportives, els aliments més energètics, els que haurien de desaparèixer de la dieta d'un esportista... Infinitats de preguntes que a partir d'avui ja podreu fer-nos arribar mitjançant aquesta adreça: [nutricio@mcf.cat](mailto:nutricio@mcf.cat)