

- 3 claras de huevo
- 200 gramos de alubias
- 25 gr chocolate amargo sin azúcar
- 15gr de aceite de coco
- 15 gr de cacao
- 15 gr de harina de algarroba
- 1/2 cucharilla de levadura en polvo
- 40 gr eritritol u otro edulcorante
- 30 gr de proteína de suero (sabor chocolate o vainilla)

VALOR NUTRICIONAL

KCAL.	780
C.	55 Gr
G.	31,5
P.	70 Gr

{FITNESS CHEF}



MARTA MALECKA
@MARTEATITA



Brownie de alubias rojas

Chocolate, ¿quién podría sobrevivir sin él? Yo soy de las que no podría. Por eso, siempre me gusta tener en la nevera unos trocitos de brownie saludable, sin azúcar ni mantequilla, grasas trans... pe-

ro eso sí, con un sabor 100% del dulce original y con un ingrediente que os va a sorprender, ¡alubias rojas!, pero no os asustéis porque no las vais a notar. ¿Nos ponemos manos a la masa?

MÉTODO DE PREPARACIÓN

Lavar las alubias en agua fría y triturar con todos los demás ingredientes, excepto el chocolate y el aceite que hay que fundir, hasta dejarlo muy cremoso y echarlo en un molde cubierto con papel vegetal (idóneo de base cuadrada 20x20). Por encima, echar a gotas la mezcla del chocolate o frutos rojos, y hornear durante 20 minutos a 160°.



VIERNES
08 DE MARZO DE 2019

EL CORREO GALLEGO

TENDENCIAS | 51

Lema profundiza en el código deontológico de la publicidad de productos farmacéuticos

Integrante de la Academia de Farmacia de Galicia desde ayer, estuvo arropado en el acto por destacados expertos en Derecho

LUIS MONTERO
Santiago

Con un exhaustivo análisis centrado en *El nuevo código deontológico sobre la publicidad de productos farmacéuticos sin receta y otros productos de autocuidado para la salud*, el catedrático de Derecho en la Universidad Complutense de Madrid, Carlos Lema Devesa, ingresó ayer oficialmente como académico correspondiente de la Academia de Farmacia de Galicia.

Un discurso en el que subrayó que el texto busca convertirse en "una guía para el desarrollo de las actividades publicitarias y de comercialización de los productos para el autocuidado de la salud".

En este sentido, hizo referencia tanto a los medicamentos que no requieren de receta médica, como a los requisitos que deben cumplir los mensajes publicitarios sobre este tipo de fármacos "para favorecer una utilización racional de los mismos".

El también presidente de



Concheiro, izda., González Rivas, Puga, Lema, López y Muniategui. Foto: Antonio Hernández

la Asociación de Juristas Gallegos en Madrid (Turisgama) destacó la importancia de que la publicidad para profesionales "tenga un carácter básicamente científico y, en el caso de medicamentos y productos sanitarios, que se dirija exclusivamente a las personas facultadas para prescribir o dispensar los mismos".

Explicó que, en cuanto a comercialización, prohíbe

los descuentos, bonificaciones e incentivos.

Recordó que se contempla "un servicio de asesoría técnico-sanitaria previa a la difusión de los anuncios; procedimiento que se identifica con el calificativo *sello Anefp* y que -obviamente- está sometido a determinados principios". Y, por último, indicó que prevé un procedimiento de mediación para resolver

conflictos entre las empresas asociadas, adheridas y adscritas a Anefp en los casos en los que se incumpla. Su objetivo, "que se eviten las contiendas ante los tribunales de Justicia", dijo.

En un acto en la compostelana sede de la Academia de Farmacia de Galicia presidido por el máximo representante de la institución, Manuel Puga, y en el que fue presentado por el

académico de número de la misma Ángel Concheiro, Carlos Lema Devesa estuvo arropado por destacados expertos en Derecho.

Entre ellos, el presidente del Tribunal Constitucional, Juan José González Rivas; el rector de la Universidade de Santiago de Compostela, Antonio López; la valedora do Pobo, Milagros Otero; el presidente de la Audiencia Provincial de A Coruña, José Luis Seoane; el fiscal superior de Galicia, Fernando Suanzes, y el presidente de la Fundación Barrié, José María Arias, entre otros.

Licenciado en Derecho por la USC en 1973 con Premio Extraordinario de Licenciatura, cursó toda la carrera con una beca de la Fundación Barrié de la Maza. Centró su tesis doctoral, becada por el Ministerio de Educación y Ciencia, en *La publicidad de tono excluyente*, y resultó galardonada con el Premio Nacional Doctor Adolfo Muñoz.

Profesor agregado de Derecho de la Publicidad en la Complutense a partir de 1981, amplió estudios de Derecho Industrial y Competencia Desleal en el Instituto Max-Planck. Dos años después fue nombrado catedrático en dicha universidad madrileña, donde continúa su labor docente e investigadora.

Autor o coautor de quince libros y cien artículos, en 1984 participó como coautor en el Anteproyecto de Ley General de Publicidad.

Es especialista en Derecho de la Propiedad Industrial, intelectual, competencia desleal y publicidad, así como el de contratación.

Estudiantes da USC fórmanse nos balnearios de Lugo

Santiago. No marco da Cátedra de Hidroloxía Médica da Universidade de Santiago (USC) e a Asociación de Balnearios de Galicia, o Balneario de Lugo-Termas Romanas acolle esta fin de semana unhas xornadas sobre a aplicación da balneoterapia en pacientes con problemas reumatolóxicos.

Pola súa parte, o centro pontevedrés de Termas de Cuntis centrará as súas sesións no valor terapéutico das augas mineromedicinais en procesos de rehabilitación.

Un grupo de futuros médicos, que se están a formar na cura termal, coñecerán os beneficios deste campo neste eido.

Os pacientes reumáticos adoitan ser persoas maiores, posto que este tipo de trastornos incrementanse a medida que a idade avanza. Pero pode afectar a individuos de calquera idade, como ocorre coa artrite reumatoide xuvenil.

A directora médica do centro de Lugo, Ascensión Sánchez, salienta "o valor terapéutico das augas sulfuradas para combater procesos reumatolóxicos, debido á súa acción antiinflamatoria, analxésica e descontracturante; ao tempo que facilitan a mobilidade articular e tamén combaten a dor". REDACCIÓN

Santiago
...CIUDAD PATRIMONIO

Colegio
M. PELETEIRO

Más de 50 años de excelencia académica

La Salle
Santiago

"O estilo de educación que ti queres"

Un elefante se balanceaba... en Marín

La Fundación Juan XXIII hace un guiño artístico a la popular canción infantil en el bosque de la Granxa de Briz

MARCOS GAGO
MARÍN / LA VOZ



El elefante colgando de la tela bajo la mirada de una araña. M.G.

ción al bosque encantado de Briz, que cuenta con más de quince figuras y que forman un conjunto único en Galicia, en el marco del Parque de los Sentidos.

La concejala de Medio Ambiente, la popular Mariñ Sanmartín, explicó que esta compo-

sición tuvo en cuenta el carácter eminentemente infantil que se le ha dado al parque de Briz en los últimos años. La obra ejecutada es una propuesta de la Fundación Juan XXIII, que se ocupa de la gestión y mantenimiento de los jardines del municipio,

con especial atención a este pintoresco recinto forestal.

Jose Mariño, responsable de jardinería de la Fundación Juan XXIII, explicó que la idea surgió con la poda de los brotes de los avellanos. «Es una madera bastante dura y alargada y pensamos que podíamos reutilizarla y crear una tela de araña», señaló. De allí al homenaje a la canción infantil solo había un paso y lo dieron. El personal de la fundación realizó el diseño tanto de la araña como del elefante, con el respaldo de la concejalía de Medio Ambiente. La ejecución material de las figuras le correspondió a la empresa Galventus, que colabora con el programa laboral de Juan XXIII y que también realizó la figura de la jirafa que preside la entrada del parque marinense.

El insecto y el paquidermo están hechos con poliéster, mientras que la telaraña es madera de avellano pintada. Esta composición está colocada en un nivel intermedio en la ladera por la que se extiende el bosque de Briz, en uno de los paseos con árboles. Aunque la banca es grande y tiene muchos árboles, el elefante balancín es fácil de encontrar, solo hay que situarse en la terraza contigua al edificio principal y mirar hacia el monte a la izquierda. Allí se ven en seguida los troncos de acacia transformados en enormes lápices de colores. Pues bien, la canción infantil que todos hemos tarareado alguna vez está representada justo a su lado.

SANXENXO
Cambios en el tráfico mañana por los desfiles de entroido

La Policía Local de Sanxenxo recuerda que el paseo de Silgar permanecerá mañana cerrado al tráfico con motivo de los desfiles de entroido. El paseo se cortará de doce del mediodía a la una de la tarde y también de cinco a ocho de la tarde. La Policía Local ha diseñado un plan de circulación alternativo porque no se puede usar Progreso en doble sentido.

CUNTIS
Jornada formativa para médicos en sioterapia acuática en las Termas

Un grupo de futuros médicos asiste este fin de semana a unas jornadas formativas especiales en Termas de Cuntis, en el marco de un programa de la Cátedra de Hidrología Médica de la USC y de la asociación de Balnearios de Galicia. En este ciclo se analizarán en profundidad diversos aspectos relacionados con las ventajas de la sioterapia acuática.

Los ganadores del sorteo con sus cestas en la plaza. CEDIDA

MARÍN
Premios de la campaña promocional de la plaza de abastos

Los galardonados en la campaña de entroido del mercado de Marín recogieron este viernes por la tarde sus premios, en una actividad promocional organizada por la asociación de comerciantes de la plaza de abastos. Los ganadores fueron María José Barreiro Rosales, Saldina Aldao Piñeiro y Martín Barcala Blanco.

Sanxenxo na Historia implicará a los jóvenes en una cita fotográfica

SANXENXO / LA VOZ

El Seminario de Estudios Locales de Sanxenxo quiere alcanzar a los más jóvenes para implicarlos en el estudio e investigación del pasado del municipio y favorecer también el respeto al patrimonio y a las tradiciones entre las generaciones más nuevas. En este sentido, se preparará una expo-

sición de fotografía, que tendrá lugar el próximo julio en la sala Nauta, en el puerto deportivo. Se recabarán imágenes que envíen los más jóvenes para conformar la muestra. Sanxenxo na Historia presentará en verano el libro Contos de Vellos, de Rafael Fontoira y un monográfico de Emilia Pardo Bazán.

Moraña aprueba el proyecto de reforma del campo de Mirallos

MORAÑA / LA VOZ

El pleno de Moraña dio luz verde al proyecto de equipamiento deportivo y social que permitirá la renovación íntegra del campo de fútbol de Mirallos, del que se informó a los vecinos hace unos días. La corporación también aprobó una modificación de crédito por 233.000

euros, con cargo al remanente de tesorería, que permitirá ejecutar nueve obras. Se trata del saneamiento de Cerdeiras, Castro y Teixugueiras; la señalización de recursos turísticos, la construcción de un circuito de Pump Track en Buelo, y la restauración de pilones, entre otras actuaciones.



PONTEVEDRA Stellar Circus

Entradas niño o adulto

Instalado en zona Mollabao. Del 16 al 24 de marzo

Gravity, primera producción de Stellar Circus es un espectáculo de calidad, un viaje fascinante y acrobático al espacio. Impresionantes números de magia y de equilibrio. Vive una tarde llena de emociones en familia.

DESCUENTO

29%

PRECIO

9,90

Entra en oferplan.lavozdeg Galicia.es

Canje de cupones: ver condiciones de las ofertas en oferplan.lavozdeg Galicia.es. Oferta disponible en oferplan.lavozdeg Galicia.es gestionada por Canal Voz, S.L., con domicilio social en Ronda de Outeiro, 1-3, 15006 A Coruña. Condiciones de Uso y Protección de Datos disponibles en oferplan.lavozdeg Galicia.es