

LA MEJOR MASCLÈTÀ, LA DEL 19

La masclètà disparada por Ricardo Caballer (Ricasa) el 19 de marzo ha ganado el primer premio del concurso de masclètaes organizado por el Colegio Oficial de Minas de Levante.



• El jurado está compuesto por 38 miembros. Han puntuado la última masclètà con una **calificación de 9,1**.
• Este galardón, que cumple su segunda edición, está **dotado con 3.000 euros**.

EL BOTÍN 'VOLÓ'

No les salió bien la jugada. Han detenido a dos hombres que robaron loros y palomos de competición en Torrent por un valor de 75.000 euros.



SOMOS LA AUTONOMÍA QUE MÁS BOLLERÍA CONSUME PARA MERENDAR

El bollo se merienda al bocata

El bocadillo 'de toda la vida' sigue siendo el menú preferido de las mamás valencianas para sus hijos pero la bollería gusta cada vez más. "No toda es perjudicial, depende de sus nutrientes", explica un experto

MARÍA ALMENAR
maria.almenar@que.es

El 'Tea Time' inglés (hora del té); el 'Kaffe und Kuchen' alemán (café y tarta); 'la once' chilena; 'el algo' colombiano; la 'media tarde' argentina... No somos los únicos que merendamos. El 80 por ciento de los niños españoles cumple con la cuarta comida del día. "Pero, de las cinco recomendadas, es la menos valorada y más descuidada", según Carlos Sánchez, profesor de Endocrinología y Nutrición del Hospital General de Valencia. Defensor del "bocadillo de toda la vida" como merienda ideal, el experto subraya que existe un tipo de bollería "que no es perjudicial como tentempié si se toma una o dos veces por semana".



Cae un mito: el jamón gusta más que el chocolate Los bocadillos preferidos son los de jamón (34%); crema de cacao (16%); chorizo (11%); y chocolate (7%), seguidos por tortilla y queso, atún y mortadela, según una encuesta del Instituto Quota Research.

EL BOCATA SIGUE GANANDO... POR EL MOMENTO

Es más popular que el almuerzo

Para los niños valencianos, la merienda es más popular que el desayuno a media mañana, según un estudio de Fundación Sanitas.

Nos gustan los bollos

El 66% merienda un bocadillo; el 41%, bollería. Somos la autonomía que más la consume por la tarde.



La línea 62 se desdobra. KIKE TABERNER

OJO A LA LÍNEA 62

La línea 62 'Benimàmet-Colón' de la EMT se desdoblará temporalmente a su paso por Benimàmet, a partir del viernes, por las obras de soterramiento de las vías de la Línea 1 de Metro.

MUERTOS EN TORRENT

Dos personas murieron y otra resultó herida en un accidente de tráfico registrado ayer por la tarde en la carretera Masía del Juez, en Torrent. Chocaron una furgoneta y un camión.

Y OTRO EN EL PALMAR

Un hombre de 49 años falleció ayer al caer el turismo en el que viajaba a una acequia en el Camino de la Montaña, la carretera que une Sollana y El Palmar.

LOS EURO-PETARDOS

El Congreso ha aprobado una proposición para pedir al Gobierno que sea cada comunidad autónoma la que establezca las excepciones a la norma europea sobre pirotecnia.

¿TE APUNTAS?

El Registro de Participación Ciudadana permitirá a personas y a entidades cívicas contribuir a través de internet en la elaboración de leyes y decisiones del Consell.

CIBER-AYUNTAMIENTO

La web del Ayuntamiento de Valencia recibió durante 2008 casi 6 millones de visitas y 9.000 comunicaciones (sugerencias, peticiones de información...).



La web municipal va a renovarse. K. TABERNER

NO HAY UNA MERIENDA 'TIPO': SE ADAPTA A CADA NIÑO

"Lo ideal es el **bocadillo con leche o fruta**. Si va a hacer deporte puede ser un **bollo o chocolate**"

"No existe una merienda única y no se puede hablar de alimentos totalmente malos", explica el profesor Sánchez. "Determinado tipo de bollería sí cuida sus nutrientes. Si leemos la etiqueta sabremos si es conveniente". En este punto recomienda huir de la "grasa vegetal hidrogenada". El tentempié ideal es "el bocadillo, con fiam-



Sánchez colabora con Fartons Polo. INFOIMPRESS

bre, atún o sardinas, y algún lácteo o fruta", apunta Sánchez. Pero la merienda se debe adaptar a las necesidades nutricionales del niño. Por tanto, "si va a hacer ejercicio, un bollo o algo de chocolate también es aconsejable, ocasionalmente", concluye el profesor, que participó en la Semana de la Alimentación de la Universitat.

EL 'ARTE DE LA MERIENDA', EN LA RED

INTERCAMBIO DE RECETAS Y LISTAS CON LOS 'SANTUARIOS DEL TÉ'

Los especialistas aconsejan merendar, sobre todo, a los niños, adolescentes, embarazadas y mayores. Pero, el resto, también debe seguir la recomendación. Para muchos la merienda es todo un arte. En la web merendolas.com comparten todo tipo de información.

MÁS ALLÁ DEL TÉ CON PASTAS

Junto con el café es la bebida preferida para las meriendas adultas. En la red destacan los 'santuarios del té' Living in London, en Madrid, y Granja La nena, en Barcelona. Y la estrella: Magnolia Bakery, en NY.

LA HUELGA DE ESTIBADORES PRODUJO EL ATASCO

Cientos de camiones colapsaron la V-30 para entrar en el Puerto

La congestión duró hasta media tarde. Las mercancías se habían acumulado por la semana de Fallas y la huelga

REDACCIÓN / AGENCIAS
redaccion.valencia@que.es

Hasta media tarde de ayer centenares de camiones colapsaron la V-30 (Plan Sur) en el extremo donde se encuentra el acceso al Puerto. Durante el lunes y el martes los 1.200 estibadores del Puerto de Valencia estuvieron en huelga, atendiendo sólo las mercancías perecederas y los envíos especiales. A primera hora de ayer los camiones hacían cola en

DE 0 A 2.000 VEHÍCULOS DIARIOS

La ausencia de camiones registrada durante las jornadas del lunes y martes contrastan con el tráfico diario en el puerto de Valencia, que en los últimos meses se cifra en unos 2.000 vehículos diarios.

la V-30, estacionados en doble y triple vía. Pese a ello, la Guardia Civil dio prioridad a la circulación en el interior del Puerto para evitar el colapso de las instalaciones. Aunque la actividad portuaria es menos intensa por el impacto de la crisis, ayer se sumaron al tráfico normal todas las mercancías paralizadas por la semana de Fallas, además de las que esperaban desde la mañana del lunes.



El colapso en el acceso al Puerto lo provocó la huelga de estibadores. EFE