Día Mundial del Huevo 2023 - Ejemplos de mensajes en las redes sociales

Para ayudarle a celebrar el Día Mundial del Huevo, la IEC ha desarrollado una serie de ejemplos de mensajes en las redes sociales con gráficos a juego.

El kit de herramientas para redes sociales que descargues incluirá también todos los gráficos para Instagram, Facebook y Twitter.

|  |  |
| --- | --- |
|  | ¡Es el Día Mundial del Huevo! 🌍🍳🎉  Asequible, versátil y cargado de nutrientes, ¡el poderoso huevo es difícil de superar!🥚💪  Únete a nosotros para festejar los #huevos, campeones de un futuro saludable para todos con su abundante poder nutritivo y su bajo impacto medioambiental🌱✨    Asegúrate de compartir tus propias celebraciones utilizando los hashtags #DíaMundialDelHuevo y #HuevosParaUnFuturoSaludable 🥳🥚  #AlimentandoNuestroFuturo #HuevosParaUnFuturoSaludable #HuevosYNutrición #EligeHuevos |
|  | El lema del #DíaMundialDelHuevo de este año es "Huevos para un futuro saludable", que destaca el increíble papel que los #huevos pueden desempeñar en la alimentación de la población hoy, mañana y más allá🥚✨  En todo el mundo se conmemora con actos que destacan el poder nutritivo del huevo y todas las formas en que puede contribuir a un #FuturoSaludable. ☀️🥳🍳  #AlimentandoNuestroFuturo #HuevosParaUnFuturoSaludable #HuevosYNutrición #EligeHuevos |
|  | ¡Feliz día mundial del huevo! 🥳🥚  ¡Este año descubriremos las bondades de los #HuevosParaUnFuturoSaludable!🥚🎉  Cargados de proteínas, vitaminas y micronutrientes, los #huevos son bombas nutricionales naturales🌱⚡  Brindemos por los increíbles beneficios que aportan a nuestros platos y levantemos el tenedor por un futuro saludable! 🍽️ 🎉  Recuerda compartir tus celebraciones utilizando los hashtags #DiaMundialDelHuevo y #HuevosPorUnFUturoSaludable  #AlimentandoNuestroFuturo #HuevosParaUnFuturoSaludable #HuevosYNutrición #EligeHuevos |
|  | ¿Sabías que un #huevo grande aporta 6 gramos de potentes proteínas? 💪🥚  Las proteínas juegan un papel vital en la construcción de músculo, el refuerzo del sistema inmunitario, el fortalecimiento de nuestros huesos ¡y mucho más! 🌟✨  Este #DíaMundialDelHuevo, ¡alimentemos nuestro cuerpo y nuestro futuro con el poder nutritivo de los huevos! 🍳💥  #AlimentandoNuestroFuturo  #HuevosParaUnFuturoSaludable  #FuenteDeProteinas  #HuevoYNutrición |
|  | ¡Despliega el poder de una de las mejores fuentes naturales de proteínas de alta calidad! 🌟🥚  #Loshuevos nos proporcionan la proteína de mayor calidad disponible de forma natural y están reconocidos oficialmente como fuente proteica de bajo impacto. 🌱💪 ¡Los científicos incluso utilizan los huevos como referencia de la calidad de las proteínas! 👩‍🔬🥚📏  ¡Únete a nosotros y aprovecha los beneficios nutricionales del huevo para un futuro más saludable! ✨  #DíaMundialDelHuevo #AlimentandoNuestroFuturo  #HuevosParaUnFuturoSaludable #HuevoYNutrición |
|  | ¿Sabías que...? 🤔 #Loshuevos contienen los 9 aminoácidos esenciales, ¡lo que los convierte en una proteína "completa"! 🙌🥚  Pero espera ¡que hay más! La proteína del huevo también es muy digerible: ¡nuestro cuerpo puede absorberla en un 95%! 🤯 ¡Esto supone beneficios nutricionales del mayor interés para que puedas aprovechar a tope cada bocado! 🍳🥰  #DíaMundialDelHuevo #AlimentandoNuestroFuturo #HuevosParaUnFuturoSaludable #HuevoYNutricion #HuevoProteina |
|  | Durante el embarazo y la lactancia, las mamás necesitan más colina de lo normal🤰✨ Sin embargo, muchas no consumen la cantidad diaria recomendada, ¡y aquí es donde los #huevos pueden ser de ayuda! 💪  Los huevos son uno de los pocos alimentos fuente de #colina, un nutriente importante que ayuda a que el cerebro y la médula espinal del bebé se desarrollen correctamente🥚🍳  Alimenta tu futuro añadiendo huevos a tu dieta este #DíaMundialDelHuevo, ¡y después! 🥰🌟  #DíaMundialDelHuevo #AlimentandoNuestroFuturo #HuevosParaUnFuturoSaludable #HuevoYNutricion |
|  | ¿Sabías que más de la mitad de los lactantes y niños pequeños de todo el mundo tienen carencias de micronutrientes esenciales como el hierro, la vitamina A o el zinc? 🍼✨  ¡La buena noticia es que los #huevos contienen todos estos nutrientes vitales! 🥚💪  Incluir huevos en la dieta de los niños puede ayudar a cubrir estas carencias nutricionales y favorecer un crecimiento saludable 🌈👶  #DíaMundialDelHuevo #AlimentandoNuestroFuturo #HuevosParaUnFuturoSaludable #HuevoYNutricion |
|  | Este #DíaMundialDelHuevo detallamos el poder de los #huevos para combatir carencias comunes de nutrientes🥚💪  La carencia de vitamina D afecta aproximadamente a 1 de cada 8 personas en todo el mundo. Por suerte, los huevos son uno de los pocos alimentos que son fuente natural de esta vitamina vital. 🥚✨  Solo 2 huevos contienen un notable 82% de la ingesta dietética recomendada para adultos 🍳🌱  Añade más huevos a tu dieta y despliega una rica fuente de vitaminas esenciales para tu cuerpo!🥚💪  #DíaMundialDelHuevo #AlimentandoNuestroFuturo #HuevosParaUnFuturoSaludable #HuevoYNutrition |
|  | Aprovecha el poder de los #huevos este #DíaMundialDelHuevo para promover la fortaleza y el bienestar cognitivo durante la vejez 👨‍🦳👩‍🦳  Incorporar huevos a la dieta de los adultos mayores puede ayudar a combatir los efectos de la sarcopenia, las fracturas, la fragilidad, la demencia y el Alzheimer🥚💪  Al nutrir cuerpo y mente, los huevos ofrecen una valiosa fuente de apoyo y protección para unos años dorados saludables 🌼✨  #AlimentandoNuestroFuturo #HuevosParaUnFuturoSaludable #NutriciónConHuevos #HuevosParaEnvejecerConSalud |
|  | ¡Los huevos son una parte sana y nutritiva de la dieta de las personas en todas las etapas de la vida! 🥚✨  Desde los adolescentes en edad de crecimiento hasta las mujeres embarazadas y en lactación, pasando por los ancianos y los lactantes, ¡todo el mundo puede beneficiarse de los huevos! 🌱💪  Rebosantes de nutrientes esenciales y asequibles, los huevos tienen el poder de asumir un papel nutritivo vital, sobre todo en zonas nutricionalmente vulnerables 🌍🍳  #DíaMundialDelHuevo #AlimentandoNuestroFuturo #HuevosParaUnFuturoSaludable #HuevoYNutricion |
|  | 📢¿Qué NO se puede hacer con huevos? 💭🥚  Los huevos pueden ser un ingrediente o el plato principal del desayuno, la comida, la merienda o la cena🕙🍳  Como plato principal, pueden ser duros, revueltos, escalfados o fritos, ¡la lista es interminable! Como ingrediente, pueden espesar, glasear, pegar, adornar y mucho más ✨🥚  Eso significa que puedes disfrutar de los beneficios nutricionales de los huevos ¡como quieras y cuando quieras! 🤯🥚  #DíaMundialDelHuevo #AlimentandoNuestroFuturo #HuevosParaUnFuturoSaludable #HuevoYNutricion |