Publicado en CDMX el 07/02/2020

# [Las dietas de Joaquín Phoenix y Fernanda Castillo, las más populares en México](http://www.notasdeprensa.es)

## El estudio muestra que en las búsquedas en internet relacionadas con dietas y famosos, resaltan las dietas veganas. La Secretaría de Salud, indica que se debe consultar a un especialista en nutrición para que diseñe la mejor dieta de acuerdo con las necesidades de cada individuo

 De acuerdo con un estudio de SEMrush, plataforma global para investigación y análisis de datos de marketing online, en 2019 lo más buscado por los mexicanos acerca de los hábitos alimenticios de los famosos fue saber cuáles de ellos son veganos o si practican una dieta vegana, según las búsquedas relacionadas con las palabras famoso + dieta. El estudio encontró que el famoso más buscado por su dieta en 2019 en México ha sido el actor Joaquín Phoenix, nominado al Oscar este año, en la categoría de Mejor Actor por su interpretación en la película “Guasón”. Mientras que la segunda celebridad más investigada sobre si practica algún tipo de dieta es el actor Christian Bale, del que es conocido su veganismo desde muy joven y el tercer lugar en la lista fue para Kendall Jenner. El top 10 de las dietas de los famosos, lo cierran, en orden, Zac Efron, Ariana Grande, Tom Brady, Kim Kardashian, Kylie Jenner, Arnold Schwarzenegger y Dwayne Johnson. El análisis que se basa en las búsquedas efectuadas en México durante el año 2019 (enero a diciembre) en Google, también mostró las dietas de las celebridades latinas, en que las más buscada en México son las actrices Fernanda Castillo con más de 50 mil búsquedas promedio por mes y Angélica Vale, con más de 25 mil. “Realizamos este estudio en el marco del inicio de año, que comúnmente se piensa que la gente se pone a dieta después de las fiestas decembrinas, sin embargo, encontramos que el mayor pico de búsquedas de dietas en internet fue entre los meses de julio y septiembre de 2019. Por supuesto que la recomendación siempre es consultar a un especialista”, comentó Fernando Angulo, Responsable de Comunicación de SEMrush. De acuerdo con la Secretaría de Salud, una dieta adecuada es la que proporciona los elementos necesarios para realizar eficazmente todas las funciones propias de acuerdo con el sexo y edad de cada persona, la institución también señala, que lo más importante es consultar a un especialista en nutrición para que diseñe un plan de alimentación de acuerdo con las necesidades individuales[1]. [1] Secretaría de Salud, Dietas milagro, ni eficaces, ni saludables https://www.gob.mx/salud/articulos/dietas-milagro-ni-eficaces-ni-saludables

**Datos de contacto:**

Norma Aparicio

55 5511 7960

Nota de prensa publicada en: [https://www.mexicopress.com.mx/las-dietas-de-joaquin-phoenix-y-fernanda](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorías: Nutrición Sociedad



[**http://www.mexicopress.com.mx**](http://www.notasdeprensa.es)