

# **GASTRONOMIA, NUTRICIÓN Y SALUD**

**Hortensia Rico Vidal (Microbiología y Ecología)**

**Jose Miguel Soriano del Castillo ( M.Prev. y Salud P.CC. Alimen, Toxic y Med.Legal)**

**Francisco Higón Tamarit (Economía aplicada)**

**Carla Soler Quiles (M.Prev. y Salud P.CC. Alimen, Toxic y Med.Legal)**

**Jaime Sebastiá Rico (Fundació Luís Alcanyis. Universidad de Valencia)**

**Patricia Vila Soto (Fundació Luís Alcanyis. Universidad de Valencia)**







# **GASTRONOMIA, NUTRICIÓN Y SALUD**

El curso pretende dar una visión de conjunto de campos muy relacionados hoy en día como son la Gastronomía, la Nutrición y la Salud, mediante el desarrollo de dos objetivos fundamentales:

En primer lugar, aclarar diferentes conceptos referidos a la alimentación, higiene alimentaria, etiquetado de los alimentos etc., con el fin de comprender que una nutrición segura y adecuada es fundamental para mejorar nuestra salud. Pero, tal como indica la OMS, la salud no es solamente la ausencia de enfermedad, sino que comprende un estado completo de bienestar físico, mental y social.

Por este motivo planteamos en este curso una segunda línea en la que la Gastronomía y la Enología juegan un papel importante como fuente de cultura y placer, y por tanto se transforman en una herramienta más en la consecución responsable de dicho estado del bienestar







# GASTRONOMIA, NUTRICIÓN Y SALUD

Durante el curso se proponen los siguientes contenidos con una duración de una hora. (El orden se establecerá cuando se determine finalmente si será un formato de jornada de dos días o por el contrario una estructura de curso por semanas)

- Higiene alimentaria: Implantando rutinas en casa con evidencia científica.** Hortensia Rico
- Somos lo que comemos, pero ¿Qué comemos?** Carla Soler
- Introducción a la cultura del vino.** Francisco Higón
- Taller: Cata de vinos.** Francisco Higón
- Dietas pintorescas.** José Miguel Soriano
- Recomendaciones de alimentación en situaciones específicas.** Patricia Vila
- Guía alimentaria: etiquetado por grupos de alimentos.** Jaime Sebastián
- Analizando la etiqueta alimentaria: errores y mitos frecuentes.** Jaime Sebastián
- Alimentación en población adulta con patologías gastrointestinales.** Silvia Taroncher
- Suplementos dietéticos: cuando y como.** Jaime Sebastián





# **GASTRONOMIA, NUTRICIÓN Y SALUD**

**ENERO 16, 17 Y 18**

**HORARIO:**

**09:30-14:00 (Lunes)**

**09:30-13:00 (Martes y Miércoles)**

- ✓ **Idioma: Castellano**
- ✓ **Duración: 10 horas**
- ✓ **Precio: 25,73€**
- ✓ **Créditos Nau Gran: 1**