

HACEMOS BARRIO

Te acercamos el conocimiento



EL COLOR Y LA SALUD.

CUARTO CICLO DE CONFERENCIAS "HACEMOS BARRIO".

Este ciclo de conferencias está organizado por la Concejalía de Calidad de Vida y Participación del Ayuntamiento de Albacete, la Federación de Asociaciones Vecinales de Albacete (FAVA) y Hacemos Barrio, con la colaboración de Universidad de Castilla-La Mancha, Complejo Hospitalario Universitario de Albacete, Centro Ágora de Participación Ciudadana y Diputación de Albacete.



LUGAR:

Centro Ágora
Calle Lepanto nº 55.



DÍA Y HORA:

10 de Abril a las 6 de la tarde.
Entrada libre y gratuita.



Ponente.

Dña. Ángela Rubio Moraga.
Farmacéutica.

Licenciada en Farmacia por la Universidad de Alcalá de Henares en 1999 decide hacer el Doctorado dentro del Programa de Doctorado de Ciencias Agrarias de la UCLM (2004). Actualmente es Profesora Titular del Área de Genética en la Universidad de Castilla La Mancha e imparte docencia en los Grados de Biotecnología, Farmacia e Ingeniería Agrícola y Agroalimentaria. Investigadora del Grupo Bioforce del Instituto Botánico, junto a sus miembros, ha colaborado en proyectos relacionados con el estudio de metabolitos secundarios de plantas de interés agronómico. Actualmente es la Directora del Grupo de Innovación Educativa "Cormento" de la ETSIAMB.

De qué trata la conferencia.

La alimentación es un pilar fundamental para la salud humana, y es ampliamente conocida la importancia de consumir macronutrientes esenciales como glúcidos, lípidos y proteínas.

Sin embargo, más allá de estos macronutrientes, los compuestos bioactivos de origen vegetal desempeñan un papel clave en la prevención de enfermedades. Los terpenoides, presentes en aceites esenciales y algunas frutas, poseen propiedades antioxidantes y antiinflamatorias. Los flavonoides, que abundan en frutas, verduras y el té, contribuyen a la reducción del estrés oxidativo. Los antocianos, responsables del color rojo, azul y morado en frutas y vegetales, han demostrado efectos positivos en la protección del sistema cardiovascular y la reducción del riesgo de diabetes. Las clorofilas, pigmentos presentes en las hojas verdes, favorecen la desintoxicación del organismo y pueden mejorar la función hepática. La interacción entre estos compuestos y los macronutrientes optimiza el metabolismo celular y refuerza el sistema inmune.



Organizan:



Colaboran:



Para más información:  hacemosbarrio.es  contacto@hacemosbarrio.es

¡¡¡ TE ESPERAMOS !!!