

HACEMOS BARRIO

LOS JUEVES EN EL ÁGORA



¿QUE PASA CON LA NUTRICIÓN?

CONFERENCIA INAUGURAL DEL QUINTO 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 del Centro Ágora de Participación Ciudadana.



LUGAR:

Centro Ágora
Calle Lepanto nº 55.



DÍA Y HORA:

2 de Octubre a las 6 de la tarde.
Entrada libre y gratuita.



Ponente.

D. Aitor Sánchez García.

Dietista-Nutricionista y Tecnólogo Alimentario.

Fue premio extraordinario de su promoción. Ha estudiado dos posgrados oficiales: sobre Nutrición Humana, y Condicionantes Genéticos, Nutricionales y Ambientales del Crecimiento y el Desarrollo. Ha investigado en la Universidad de Granada, habiendo realizado estancias de investigación en el Karolinska Institutet (Suecia) y la Universidad de Bristol (Reino Unido)

Profesionalmente se dedica a la divulgación sobre alimentación bajo el proyecto "Mi dieta cojea" y en Medios. Ha trabajado en diferentes televisiones y radios con secciones propias, como en La1, La2, La Sexta, RNE, La Vanguardia y El País.

Es autor de diferentes artículos científicos y de 5 libros sobre nutrición y sostenibilidad. Expone estas mismas ideas en conferencias y eventos, entre los que se pueden destacar 3 Charlas TEDx y los documentales en los que ha participado. Es consultor para empresas del sector alimentario donde asesora en reformulaciones, food design, comunicación y sostenibilidad. Director del Centro de Nutrición Aleris y Aleris Academia donde forman a profesionales sanitarios sobre nutrición. Es activista y voluntario en diferentes ONG, especialmente en ASDE-Scouts de España. También es embajador europeo del Pacto Climático

De qué trata la conferencia.

¿Qué pasa con la nutrición? será una conferencia que repasará las mayores polémicas y controversias de la alimentación actual.

Aitor Sánchez ya nos ha resuelto infinidad de pequeñas dudas y mitos, pero en su última obra repasa debates más complejos sobre la alimentación.

¿Por qué estamos escuchando tanto ruido sobre el ayuno intermitente? ¿Qué pasa finalmente con los hidratos? ¿Debemos limitarlos? ¿A qué se debe la moda de las proteínas? ¿Debemos suplementarla o reforzarla? Los debates alrededor del alcohol y la carne, ¿Qué intereses tienen detrás? ¿Por qué hay tanta resistencia a reducir su consumo? ¿Y los lácteos? Han pasado de alimento imprescindible a uno que está siendo desplazado, ¿Qué deberíamos hacer?

La respuesta a esta y muchas otras decisiones complejas, solo se puede responder con datos y evidencia científica.

Haremos un recorrido con los pros y contras de cada debate, para que podamos escoger con mejor información.



Al finalizar la conferencia, Aitor firmará ejemplares de su libro.

Organizan:



AYUNTAMIENTO DE ALBACETE
Concejalía de Calidad de Vida y Participación.



FEDERACIÓN DE ASOCIACIONES
VECINALES DE ALBACETE



HACEMOS BARRIO