

24 MAR / XVII Jornadas de actualización en Nutrición

# Salud metabólica y bienestar nutricional



## PROGRAMA

**14:30-15:00h** Acreditación y entrega de documentación.

**15:00h** Acto de apertura.

**15:15h** Diálogos con el experto: salud metabólica

- *Estrés oxidativo e inflamación: su modulación clave para la salud*/Paula Aranz.
- *Nutrición de precisión: las ómicas como herramienta de salud*/Fermín Milagro.
- *Crononutrición: mejorar los horarios de alimentación para mejorar la salud*/Ana Velasco.

**17:15h** Café saludable y networking.

**18:00h** Diálogos con el experto: bienestar nutricional

- *La psiconutrición en la consulta: recursos prácticos para la alimentación emocional*/Griselda Herrero.
- *Alimentación y sueño: binomio de salud y bienestar*/María Izquierdo.
- *Disponibilidad energética, salud y rendimiento deportivo*/Saioa Segura.

**20:00h** Clausura.

Organiza



Universidad  
de Navarra

FACULTAD DE  
FARMACIA  
Y NUTRICIÓN

Patrocina



cinfa

Nos mueve la vida