

OBJETIVOS

- ◆ Proporcionar pautas dietéticas saludables y fomentar la actividad física como hábito de vida sana.
- ◆ Concienciar sobre la importancia de los hábitos alimentarios saludables y la práctica de actividad física desde las primeras etapas de la vida.
- ◆ Dar difusión a los programas de intervención que se están implantando actualmente en el medio escolar para promocionar la educación para la salud, reconociendo la acción conjunta de todos los especialistas involucrados.



Información, matrículas y becas (plazas limitadas)

www.uimp.es

Escuela Politécnica Superior

Sede UIMP Pirineos

Ctra de Cuarte s/n 22071 Huesca

Tel.: 974 239 300, Ext. 3002 - Fax: 974 239 302

Correo electrónico: gestuimp@unizar.es

<http://www.uimp.es/blogs/pirineos/>

Solicitud de matrícula:

www.uimp.es/estudiantes/matriculacion-pirineos.html

hasta el 23 de septiembre de 2010

Precio: 72 €

Solicitud de becas:

<http://www.uimp.es/estudiantes/becas-pirineos.html>

Plazo hasta el 17 de septiembre de 2010

El curso se celebrará en:

Auditorio San Francisco

Pje. San Francisco

22400 Monzón

Código: 60TA

UIMP
Universidad Internacional
Menéndez Pelayo

www.uimp.es

Patrocina:



PIRINEOS 2010

UIMP

Universidad Internacional
Menéndez Pelayo

Actividad física y nutrición

Auditorio San Francisco
MONZÓN

24 de septiembre de 2010

Susana Menal Puey
Profesora Colaboradora
del Área de Nutrición y Bromatología.
Facultad de Ciencias de la Salud
y del Deporte de Huesca
Universidad
de Zaragoza



INTERÉS ACADÉMICO Y SOCIAL:

La sociedad cada vez está más interesada en temas relacionados con la nutrición aumentando su preocupación por mantener un estado óptimo de salud y prevenir las enfermedades relacionadas con sus estilos de vida. En este sentido, la población demanda información clara y entendible sobre estas cuestiones para conocer las recomendaciones con las que alcanzar hábitos de vida saludables mediante la alimentación y la actividad física. Los profesionales que desarrollan su actividad en el campo de las Ciencias de la Salud y el Deporte, deben conocer todos estos aspectos y deben ser capaces de transmitirlos a la sociedad, utilizando la metodología y las estrategias que la evidencia científica considera más adecuadas.

A este respecto, este encuentro presenta un alto interés social y académico ya que por una parte, permite la formación y la actualización de los profesionales que se desarrollan en el campo de las Ciencias de la Salud y del Deporte, dando difusión a los resultados de los últimos trabajos científicos, y por otra, ayuda a estos profesionales a llevar a cabo su labor formativa, puesto que se dan a conocer las mejores herramientas de abordaje en el campo de la educación para la salud colectiva.

Actividad física y nutrición

Directora

Susana Menal Puey

Profesora Colaboradora del Área de Nutrición y Bromatología
Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte de Huesca
Universidad de Zaragoza

24 de septiembre de 2010

09:00 Inauguración

Fernando Heras Laderas
Alcalde de Monzón

10:00 Balance energético y salud

Dr. José Antonio Casajús Mallén
Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte de Huesca
Universidad de Zaragoza

11:00 Composición corporal y salud

Dr. Luis Moreno Aznar
Escuela Universitaria de Ciencias de la Salud de Zaragoza
Universidad de Zaragoza

12:30 Recomendaciones dietéticas para la salud basadas en la evidencia científica

Giuseppe Russolillo Femenías
Presidente de la Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas (AEDN)

16:00 Ayudas nutricionales en la actividad física.

Alimentos e ingredientes funcionales
Julio Basulto Marse
Grupo de Revisión, Estudio y Posicionamiento de la AEDN

17:00 Factores de influencia para la práctica de actividad física en adolescentes

Dr. Javier Zaragoza Casterad
Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de Huesca
Universidad de Zaragoza

18:30 MESA REDONDA Promoción de la actividad física y desarrollo de hábitos alimentarios saludables en centros educativos

Moderador: **Susana Menal Puey**
Participan: **José Antonio Casajús Mallén, Luis Moreno Aznar, Giuseppe Russolillo Femenías, Javier Zaragoza Casterad**

NOTA Los participantes deberán entregar un resumen de los temas tratados en el encuentro para recibir los créditos de libre elección correspondientes