



ALIMENTACIÓN EMOCIONAL: NUTRICIÓN, GENES Y EMOCIONES.

Código del curso: **2015cc15**

Fecha de celebración: 13 y 14 de julio de 2015.

Directora: Profa. Dra. Doña Griselda Herrero Martín. Departamento de Biología Molecular e Ingeniería Bioquímica de la Universidad Pablo de Olavide.

Duración: 15 horas.

Libre configuración: 1,5 créditos.

Eurocréditos: 1 ECTS.

Tarifa: 60 €

Resumen del contenido del curso: el curso tiene como objetivo abordar la importancia de una visión multidisciplinar en el comportamiento alimentario. ¿Cómo influyen nuestras emociones en la forma en que comemos? ¿La actividad física modifica nuestro estado de ánimo? ¿Tienen algo que ver los genes? Psicología, actividad física y genética son claves para comprender cómo nos alimentamos y aprender a gestionar nuestras emociones para adquirir hábitos de vida saludables.

Contamos con expertos en las diversas disciplinas que nos acercarán de forma práctica y atractiva al mundo de la alimentación emocional.

Dirigido a: estudiantes o egresados en Nutrición Humana y Dietética, Ciencia y Tecnología de los Alimentos, Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Psicología, Biología, Farmacia, Enfermería, Medicina, o cualquier otra disciplina de ciencias de la salud, así como cualquier persona que pudiera estar interesada en la materia.

Programa:

Lunes 13 09'00-09'30 Recepción y entrega de documentación.

10'00-10'30 Inauguración del curso.

10'30-11'00 Descanso.

11'00-12'30 Conferencia: “**¿Qué pasa en nuestro cerebro cuando sentimos?**”.
- Profa. Dra. Doña Mercedes Atienza Ruiz. Área de Fisiología de la Universidad Pablo de Olavide e investigadora del Laboratorio de Neurociencia Funcional de la UPO.

- 12'30-13'00** **Desayuno saludable.**
Ofrecido por Arte-Sano Moving Fruits.
- 13'00-14'30** Conferencia: “**¿Qué pasa en nuestro cerebro cuando comemos?**”.
- Profa. Dra. Doña Rocío Ruíz Laza. Departamento de Biología Molecular, Facultad de Farmacia de la Universidad de Sevilla.
- 16'00-17'00** Taller: “**Gusto, colores y olores**”.
- Profa. Dra. Doña Rocío Ruíz Laza. Departamento de Biología Molecular, Facultad de Farmacia de la Universidad de Sevilla
- 17'00-17'30** Descanso.
- 17'30-18'30** Conferencia: “**Alimentación saludable, cerebro saludable**”.
- Profa. Dra. Doña Griselda Herrero Martín. Investigadora y profesora del Área de Nutrición y Bromatología de la Universidad Pablo de Olavide. Directora de Norte Salud Nutrición.
- 18'30-19'30** Taller: “**Despensa emocional**”.
- Profa. Dra. Doña Griselda Herrero Martín. Investigadora y profesora del Área de Nutrición y Bromatología de la Universidad Pablo de Olavide. Directora de Norte Salud Nutrición.
- Martes 14** **09'30-11'00** Conferencia: “**Comida y estado de ánimo: indisolubles. Aprender a gestionar las emociones**”.
- Doña Cristina Andrades Ramírez. Licenciada en Psicología, experta en Psicodrama y Trastornos de la Conducta Alimentaria y psicóloga de Norte Salud Nutrición.
- 11'00-12'30** Conferencia: “**Adicciones alimentarias: obesidad y emociones**”.
- Prof. Dr. Don Ignacio Jáuregui Lobera. Área de Nutrición y Bromatología de la Universidad Pablo de Olavide. Psiquiatra y director del Instituto de Ciencias de la Conducta de Sevilla.
- 12'30-13'00** Descanso.
- 13'00-14'30** Conferencia: “**Cómo influye el deporte en el estado de ánimo**”.
- Don Javier Butragueño Revenga. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, técnico de Laboratorio de Fisiología del Esfuerzo de la Universidad Politécnica de Madrid y cofundador del Centro Pronaf.

- 16'00-17'00** Taller: **“Actividad física para cada edad”**.
 - Don Javier Butragueño Revenga. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, técnico de Laboratorio de Fisiología del Esfuerzo de la Universidad Politécnica de Madrid y cofundador del Centro Pronaf.
- 17'00-17'30** Descanso.
- 17'30-18'30** Conferencia: **“Alimentación emocional en niños”**.
 - Profa. Dra. Doña Griselda Herrero Martín. Investigadora y profesora del Área de Nutrición y Bromatología de la Universidad Pablo de Olavide. Directora de Norte Salud Nutrición.
- 18'30-19'30** Conferencia: **“Genes y emociones ¿Somos lo que sentimos o lo que comemos?”**.
 - Profa. Dra. Doña Griselda Herrero Martín. Investigadora y profesora del Área de Nutrición y Bromatología de la Universidad Pablo de Olavide. Directora de Norte Salud Nutrición.
- 19'30-20'00** Clausura del curso y entrega de diplomas.

PATROCINAN:



Estudios Superiores
Presenciales y a Distancia



INESEM
BUSINESS SCHOOL

Instrucciones de matrícula:

http://www.upo.es/olavideencarmona/cursos_de_verano/normativa_matriculacion/

Automatricula:

http://www.upo.es/servicios/uxxiac/mat_car.mat_acc?tipo=C

Sede Olavide en Carmona - Rectora Rosario Valpuesta
C/ Ramón y Cajal, 15. 41410 - Carmona (Sevilla)
954 978 149 / 954 144 355
<http://www.upo.es/olavideencarmona>
olavideencarmona@upo.es