



## Taller 'La vuelta al mundo de la alimentación saludable'

**Código del curso:** 2025cc23

**Enlace web:** <https://www.upo.es/formacionpermanente/cursos-de-verano/taller-la-vuelta-al-mundo-de-la-alimentacion-saludable>

**Fecha:** 7 y 8 de julio de 2025

**Duración:** 15 horas. 2 ECTS

**Tarifa:** 60,00 €\*  
\* El coste del certificado-diploma de aprovechamiento es de 10,00 € (en concepto de gestión de expediente y emisión)

**Eurocréditos:** 2 ECTS

**Tarifa:** 60,00 €\*  
\* El coste del certificado-diploma de aprovechamiento es de 10,00 € (en concepto de gestión de expediente y emisión)

**Formato:** Presencial

\* **Reconocimiento estudiantes UPO: 1 ECTS**

**Dirección del taller:** **D. Javier García Pereda.** Profesor del Departamento de Biología Molecular e Ingeniería Bioquímica de la Universidad Pablo de Olavide, de Sevilla, especialista en Nutrición y Tecnología de los Alimentos. Profesor de la Escuela Superior de Hostelería de Sevilla, Departamento de I+D, Nutrición y Tecnología.

**Docencia:** **D. Fermín López Viñuales.** Chef ejecutivo, formador y responsable de cocina y gastronomía de la Escuela Superior de Hostelería de Sevilla

**D. Javier García Pereda.** Profesor de la Escuela Superior de Hostelería de Sevilla. Profesor de la Universidad Pablo de Olavide, de Sevilla.

**Dra. Dña. Griselda Herrero Martín.** Profesora del Departamento de Biología Molecular e Ingeniería Bioquímica de la Universidad Pablo de Olavide, de Sevilla. Especialista en Psiconutrición.

**D. Juan Atalaya Balsera.** Diplomado Técnico en Cocina por la ESHS. Profesor de Cocina y Gastronomía de la Escuela Superior de Hostelería de Sevilla.

## Resumen del contenido del taller

---

La alimentación saludable se ha convertido en un pilar clave para la salud. En la actualidad, los hábitos alimentarios determinan directamente como va a ser nuestra calidad de vida. Por ello resulta imprescindible conocer las bases nutricionales que marcan nuestra alimentación. Por otro lado, la cocina es la aliada perfecta para convertir los consejos de salud en platos ricos y apetecibles.

La Dieta Mediterránea ha sido tradicionalmente la base de nuestra alimentación. Pero, poco a poco, van llegando nuevos ingredientes, salsas, condimentos y recetas que aumentan la diversidad gastronómica y cultural de nuestra forma de comer.

En este taller aprenderás las bases teóricas para conseguir una alimentación saludable y cómo conseguirla a través de ingredientes y recetas de varias partes de mundo.

Recibirás una formación basada en la teoría científica acompañada de la práctica culinaria.

Este taller se basa en una premisa sencilla: Aprender, comprender y aplicar.

## Dirigido a

---

Alumnos del área de la salud que quieran adquirir un conocimiento básico y muy práctico de cocina aplicada al día a día en base a las necesidades nutricionales que necesita una persona.

## Programa

---

### Lunes 7 de Julio (sede Olavide en Carmona)

- |                            |   |
|----------------------------|---|
| <b>09,00 a 09,30 horas</b> | Recepción y entrega de documentación.   |
| <b>09,30 a 09,45 horas</b> | Inauguración del taller.  |
| <b>09,45 a 11,00 horas</b> | Taller: <b>"Alimentos, productos y gamas: Comprar de forma saludable"</b> . <ul style="list-style-type: none"><li>• D. Javier García Pereda. Profesor de la Escuela Superior de Hostelería de Sevilla. Profesor de la Universidad Pablo de Olavide.</li></ul> |
| <b>11,00 a 11,30 horas</b> | Descanso.   |

- 11,30 a 12,30 horas** Taller: **"Alimentación y Emociones: Psiconutrición"**.
- Profa. Dña. Griselda Herrero Martín. Departamento de Biología Molecular e Ingeniería Bioquímica de la Universidad Pablo de Olavide. Especialista en Psiconutrición.
- 12,30 a 13,30 horas** Taller: **"Harina, agua y levadura"**.
- D. Juan Atalaya Balsera. Profesor de Cocina y Gastronomía en Escuela Superior de Hostelería de Sevilla.
- 15,30 a 16,30 horas** Taller: **"Ingredientes del mundo"**.
- D. Fermín López Viñuales. Chef ejecutivo, formador y responsable de cocina y gastronomía de la Escuela Superior de Hostelería de Sevilla.
- 16,30 a 17,30 horas** Taller: **"El secreto del pan"**.
- D. Juan Atalaya Balsera.

## **Martes 8 de julio (sede ESHS)**

**(Los talleres serán impartidos por Fermín López y Javier García)**

- 09,00 a 11,00 horas** Taller Culinario-práctico: **"Recetas del Continente Asiático"**.
- 11,00 a 11,30 horas** Descanso.
- 11,30 a 13,30 horas** Taller Culinario-práctico: **"Recetas del Continente Americano"**.
- 16,00 a 18,00 horas** Taller Culinario-práctico: **"Recetas del Continente Africano"**.
- 18,00 a 18,30 horas** Clausura del curso y entrega de diplomas.

## Patrocinan



Fundación

Cajasol

## Colabora



## Contacto

Sede Olavide en Carmona - Rectora Rosario Valpuesta

C/ Ramón y Cajal, 15. 41410 - Carmona (Sevilla)

954 144 355 / 608 234 949

[www.upo.es/olavideencarmona](http://www.upo.es/olavideencarmona)

[olavideencarmona@upo.es](mailto:olavideencarmona@upo.es)