



1ª JORNADA SOBRE NUTRICIÓ ESPORTIVA

La I Jornada científicotècnica sobre nutrició esportiva, organitzada en el Campus de l'Alimentació Torribera és un esdeveniment de referència per a totes aquelles persones interessades en la nutrició i l'esport.

Els principals objectius de la Jornada son:

- Ser un punt de referència en nutrició esportiva per a estudiants i professionals.
- Donar a conèixer estratègies nutricionals útils per a aconseguir millores en el rendiment dels esportistes preservant al màxim la seva salut.
- Ajudar al D-N i als professionals de l'esport a conèixer els fonaments de la nutrició esportiva sota criteris d'evidència científica.
- Aprofundir en aquells aspectes més rellevants i d'actualitat al món de l'esport i de quina manera es poden abordar des de la nutrició.

Destinat a:

Estudiants de Grau en Nutrició Humana i Dietètica, Dietistes-nutricionistes, professionals de la salut relacionats amb l'esport, professionals del món de l'esport i esportistes en general.

Dates i Horaris:

Dijous 6 de juny de 2013
Matí: de 10:30 a 14 hores
Tarda: de 15:30 a 19 hores

Preus:

Estudiants Universitaris 15€
Professionals i esportistes 30€

Procediment d'inscripció:

- Omplir la fitxa d'inscripció i fer-la arribar via e-mail a: info@nutritionalcoaching.com [descarregar fitxa]

- Realitzar Transferència Bancària al número 0081 0063 26 0001376741

Per a més informació podeu trucar al telèfon 938 946 962 o al correu info@nutritionalcoaching.com

CAMPUS DE L'ALIMENTACIÓ TORRIBERA
SALA DE LES VOLTES, EDIFICI (LA MASIA)
AV. PRAT DE LA RIBA 171
SANTA COLOMA DE GRAMENET,
BARCELONA
[consultar plànol]

PROGRAMA DE LES JORNADES

DIJOURS 6 DE JUNY DE 2013

10:00-10:30
ENTREGA D'ACREDITACIONS I DOCUMENTACIÓ.

10:30-11:00
INAUGURACIÓ DE LA JORNADA.
Dr. Màrius Rubiralta.
Director Campus de L'Alimentació Torribera.

11:00-12:00
NUTRICIÓ I ESPORT 2.0.
Ponent: Dr. Xavier Iglesias Reig.
Professor-catedràtic de l'INEFC Barcelona.
Director d'INEFC Barcelona.

12:00-13:00
ABORDATGE NUTRICIONAL DE L'ESPORTISTA DE VELOCITAT.
Ponent: D. Jaume Giménez.
Diplomat en Nutrició Humana i Dietètica URL.
Màster en Nutrició i Qualitat dels aliments UIB. Director Nutritional Coaching, Experts en Nutrició

13:00-14:00
ABORDATGE NUTRICIONAL AL TRIATLÓ.
Ponent: Dra. Vicky Pons Sala.
Metge especialista en Medicina de l'esport.
CAR, Sant Cugat. Barcelona

14:00-15:30
DINAR

15:30-16:30
PROTEÏNES I MASSA MUSCULAR (MITES I VERITATS).
Ponent: Dra. Maria Antonia Lizárraga.
Docent Grau Nutrició Humana i Dietètica.
Universitat de Barcelona.

16:30-17:30
ÚLTIMES EVIDÈNCIES CIENTÍFIQUES SOBRE AJUTS ERGOGÈNICS.
Ponent: Francesc Puiggròs Llavínés.
Doctor en Bioquímica. Coordinador Científic del Centre Tecnològic de Nutrició i Salut (CTNS).
Universitat Rovira i Virgili. Tarragona.

17:30-18:30
ALIMENTACIÓ FUNCIONAL PER COMBATRE L'ESTRÈS OXIDATIU ASSOCIAT A L'ESPORT.
Ponent: Dr. Antoni Sureda Gomila.
Professor Contractat Doctor de Bioquímica i Biologia Molecular, Universitat de les Illes Balears i CIBER de Fisiopatologia de l'Obesitat i la Nutrició (CIBERobn)

18:30-19:00
ACTE DE CLOENDA DE LA JORNADA.
Dr. Màrius Rubiralta.
Director Campus de L'Alimentació Torribera.

Organitza:



col.laboren:



amb el suport de:

