

actividades

BioCultura A Coruña 2023

me
nuda
tierra!

Jornadas LIFE MENUdaTIERRA Come sano, sostenible y sin complejos

Domingo, 5 de marzo



11:00 a 11:30 - Presentación del proyecto MENUdaTIERRA
con Montse Escutia y Marga Roldán.
Asociación Vida Sana

11:30 a 12:30 - ¿Qué es una alimentación sostenible?
Lo que nos venden como ecológico y no lo
es tanto.
con Montse Escutia. Ingeniera agrónoma.
Asociación Vida Sana

El aumento de consciencia ecológica de las personas consumidoras está haciendo aumentar la presencia en el mercado de alimentos que se venden bajo una etiqueta de alimentación sostenible. Pero ¿qué es realmente una alimentación sostenible? ¿Cómo saber si la etiqueta nos engaña?

Haz clic [aquí](#) para seguir las jornadas online



LIFE HEALTHY PLANET DIET está cofinanciado
con fondos de la Unión Europea a través del
Programa LIFE (LIFE 20/NGO4GD/ES/0003)



actividades

BioCultura A Coruña 2023

me
nuda
tierra!

Jornadas LIFE MENUdaTIERRA Come sano, sostenible y sin complejos



Domingo, 5 de marzo

12:30 a 13:30 - El papel del mar en nuestra alimentación del futuro.

con Manuela Buján Saco. Bióloga del Dpto I+D de Portomuiños

Tradicionalmente el mar ha proporcionado una parte importante de nuestra alimentación especialmente de pescado y marisco. Pero el cambio climático, la contaminación y la sobreexplotación amenazan gravemente estos recursos. Las algas ofrecen una alternativa sana y nutritiva para la alimentación del futuro. ¿Cómo podemos introducir las algas en nuestra alimentación?

13:30 a 14:30 - Cómo evitar tóxicos endocrinos en nuestra alimentación.

con Nicolás Olea. Doctor en Medicina y Cirujía. Universidad de Granada.

Los disruptores endocrinos son unas sustancias que imitan la acción de las hormonas y que actúan a dosis muy pequeñas enfermándonos a largo plazo. La alimentación es una de las fuentes a través de las cuales llegan a nuestro organismo ¿Cuáles son esas fuentes? ¿Cómo podemos evitarlas?

Haz clic [aquí](#) para seguir las jornadas online



LIFE HEALTHY PLANET DIET está cofinanciado con fondos de la Unión Europea a través del Programa LIFE (LIFE 20/NGO4GD/ES/0003)

