



Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo

Facultad de Salud Pública y Enfermería



1^{er} Congreso Internacional de la Facultad de Salud Pública y Enfermería

“Nutrición como Herramienta en la Terapéutica y la Prevención”

TALLERES

Hora	Taller	Ponente	Cupo	Objetivo
16:00 a 18:00	“Dieta cetogénica y ayuno intermitente... verdad o mentira... lo que debes saber.”	Dra. Laura Mata Jerónimo Profesora de la Facultad de S.P.E. UMSNH	20 Asist.	Que el estudiante conozca e identifique los riesgos y beneficios de la dieta cetogénica y el ayuno intermitente.
16:00 a 18:00	“Mitos y Realidades sobre dietas veganas, vegetarianas y ovolactovegetarianas”	Dr. Cuauhtémoc Calixto Rodríguez Profesor de la Facultad de S.P.E. UMSNH	15 Asist.	Que el alumno identifique y diferencie entre una dieta vegana, vegetariana y ovolacto vegetariana.
16:00 a 18:00	“Como implementar hábitos alimenticios saludables a nuestro día a día	Dra. Huanimba Martha Villaseñor Mendoza. Profesora de la Facultad de S.P.E. UMSNH	30 Asist.	Que el estudiante conozca y sea capaz de implementar hábitos alimenticios saludables en su vida diaria.
16:00 a 19:00	“Hidratación y Nutrición en el Deporte”	Dra. Victoria Romero Sotelo Profesora de la Facultad de S.P.E. UMSNH	20 Asist.	Que los participantes obtengan los conocimientos sobre cómo deben hidratarse y nutrirse cuando realizan práctica deportiva.
16:00 a 18:00	“Fruto de guayaba: calidad, nutrición y perspectivas”	D.C. Consuelo Cortez Panagos Profesora de la Facultad de Q.F.B. UMSNH	20 Asist.	Que el estudiante obtenga una visión amplia del fruto de guayaba. Con el conocimiento de sus propiedades nutricionales, estándares de calidad y su potencial de uso.
16:00 a 19:00	“Legumbres en la nutrición humana y su diversificación culinaria”	Dra. Berenice Yahuaca Juárez Profesora de la Facultad de Q.F.B. UMSNH	20 Asist.	Que los estudiantes obtengan conocimiento sobre las propiedades nutricionales y anti-nutricionales de las legumbres e identifiquen los diferentes procesos para la obtención de alimentos a base de legumbres y los cambios nutricionales que se suscitan de ellos.
16:00 a 19:00	“Beneficios del aguacate en el endotelio”	D.S.P. Andrés Raya Farías Profesor de la Facultad de S.P.E. UMSNH	20 Asist.	Que los participantes identifiquen las propiedades del aguacate y los beneficios que este tiene sobre el endotelio.

TALLERES

Hora	Taller	Ponente	Cupo	Objetivo
16:00 a 19:00	“Conducta alimentaria y Salud Pública”	D.C. Ana Bertha Rodríguez Medina Profesora de la Facultad de S.P.E. UMSNH	15 Asist.	Promover la toma de conciencia en relación a los diferentes determinantes de la conducta alimentaria, así como adopción de adecuados patrones de la conducta alimentaria, la aceptación de un modelo o imagen corporal saludable y autoestima, alcanzar mayores niveles de salud y calidad de vida.
16:00 a 19:00	“Taller de IMC e ICC como predictores de riesgo cardiovascular”	M.E.M. Perla Jacaranda de Dienheim Barriguete Profesora de la Facultad de S.P.E. UMSNH	30 Asist.	Describir los tipos de trastornos ligados al IMC, así como comprender la importancia de las medidas antropométricas en la salud del adulto.
16:30 a 18:30	“Alimentación ayurvédica como estilo de vida saludable”	L.S.P. Miriam Martínez Fuentes Profesora de la Facultad de S.P.E. UMSNH	20 Asist.	Descubrir tu constitución individual y conocer que actividad, dieta y estilo de vida son más adecuados para ti.
17:00 a 19:00	“Meditación para despertar la conciencia”	M.E.M.S y S. Hugo Marcony Sánchez Calderón Profesor de la Facultad de S.P.E. UMSNH	20 Asist.	Que los participantes obtengan conocimiento desde su interior (espiritualidad).

Nota: Actividad restringida a alumnos y profesores de la Facultad de Salud Pública y Enfermería. Todos los talleres serán de forma presencial en las aulas de dicha Institución.

* Pueden existir cambios en el programa por causas ajenas a los organizadores.

LIGAS DE INSCRIPCIÓN

TALLER	ENLACE
Dieta cetogénica y ayuno intermitente... verdad o mentira... lo que debes saber."	https://docs.google.com/forms/d/1rH7rocibF_v8nyimKoNYIE-1gWBc6stgHrHsrDKfjYw/edit#settings
Mitos y Realidades sobre dietas veganas, vegetarianas y ovolactovegetarianas"	https://docs.google.com/forms/d/1IQmeVu5yl7OdgINbTjLUhbGQtIzA5Rsg2qrv8RGe5XY/edit
Como implementar hábitos alimenticios saludables a nuestro día a día	https://docs.google.com/forms/d/1aMzQiFyyo8n3yz43xYTQn7sJMEQVs6LZhCiZXOCIVkw/edit#settings
"Hidratación y Nutrición en el Deporte"	https://docs.google.com/forms/d/1rEloOM9Di_aTYeC4zAEmPVU5IExHcfx2c-5--GH2LAA/edit
"Fruto de guayaba: calidad, nutrición y perspectivas"	https://docs.google.com/forms/d/1-c0C6xrF9Yv6yoS9EF9vC3UL6U8xFzanyqN11vx49jo/edit
"Legumbres en la nutrición humana y su diversificación culinaria"	https://docs.google.com/forms/d/1DzWLOo1jOlyUESlQTUbbqiwsvdJqw5_sz75Poffp4nJ4/edit
"Beneficios del aguacate en el endotelio"	https://docs.google.com/forms/d/1LPcenm_evOKka1MbSqmi-IJO51IG-3wKJLvIRpLQuPM/edit
"Conducta alimentaria y Salud Pública"	https://docs.google.com/formsd/1jgSpM4kCbVTU6SJYzafWt9mWvUcjeF65XH80FDdsObo/edit
"Taller de IMC e ICC como predictores de riesgo cardiovascular"	https://docs.google.com/forms/d/1m3_Fjj-CPw96uXIL38TcMNw-qMUI043bsOYTWq4r63E/edit
"Alimentación ayurvédica como estilo de vida saludable"	https://docs.google.com/forms/d/1oYg9uo02fuVjcVjCW68hIC5XEzddosp-SsNtSMGRzVY/edit
"Meditación para despertar la conciencia"	https://docs.google.com/forms/d/1ECKIWpC3e4PzUy9e2M_5Mm6PBX9ADMEw-03CAWG8Quk/edit