



Universidad Nacional de Luján

Departamento de Tecnología

I Jornada de Alimentación y Actividad Física

"DE LO BÁSICO AL RENDIMIENTO DEPORTIVO"

Lunes 10 de junio de 2019 de, de 13:00 a 17:00 hs.

Universidad Nacional de Luján. Sede San Fernando. Av. del Libertador 1700

Actividad aprobada por el Consejo Directivo del Departamento de Tecnología, Disp. CDDT 131/19

Programa

13:00 – 13:15 – Acreditaciones. Presentación.

13:15 – 14:00 - *“Alimentos aportadores de nutrientes: como consumirlos?”*

Ing. Marina Medanich e Ing. Daniela Sanmartino, UNLu.

14:05 – 14:50- *“La importancia del agua y una correcta hidratación en la actividad física”*

Dr , Ing. Oscar Chau, UNLu.

14:55 – 15:40 - *“Mitos y verdades en Nutrición Deportiva”*.

Dra Marcela de la Plaza, UNLu.

15:45 – 16:05 – Café

16:10 – 17:00- *“La alimentación en el deportista olímpico: relato de una experiencia”*.

Prof. Mariano Sosa

Destinatarios: Estudiantes y Docentes universitarios de carreras de grado y de posgrado afines a la Actividad Física, Tecnología de Alimentos, Nutrición, y otras Cs. de la Salud.

Profesionales y técnicos del ámbito académico, productivo, miembros de reparticiones públicas y de otras áreas afines a la Actividad Física, Nutrición, Salud, Tecnología de los Alimentos, etc. y otros con interés en la temática de la jornada.

Aranceles: es una actividad no arancelada.

Organizan: - Nutrición, Dpto. Tecnología, UNLu . Docente responsable: Ing. Claudia Marchesich
Docente co-responsable: Ing. Medanich, Marina.

Informes e Inscripciones: al email: tecnologia.unlu@gmail.com

SE OTORGARÁN CERTIFICADOS DE ASISTENCIA