

Noticias

Taller de Preparación de Platos Saludables con enfoque de género: *Primer encuentro de ciencia y cultura en la sierra gorda tres biznagas*

Dra. C. Rebeca Monroy Torres

Lugar: San Luis de la Paz, 6-8 noviembre 2014

El objetivo del taller fue promover una alimentación económica, saludable con alimentos locales o de la región para un impacto ambiental.

La dinámica del taller consistió en una parte teórica y una práctica, en la primera parte se abordó el *Plato del Bien Comer* y las características de una dieta correcta con un enfoque de género. Para la segunda sección, los participantes prepararon enfrijoladas con queso y una porción de verduras (lechuga, jitomate); así

como yogurt con fruta y granola; platillo sencillo y rápido de hacer pero que cumple con las características de una dieta correcta.

Al final de la actividad se obtuvo una retroalimentación de partes de los asistentes, que realizaron comentarios sobre si les gusto o no el taller, si cumplió con sus expectativas, que agregarían, etc. Al taller asistieron 6 personas, entre ellas nutriólogas, estudiantes de ciencia de los alimentos y personal de secretaria de educación.



Dieta sustentable e importancia de la salud y la economía

El objetivo de la charla fue promover una alimentación económica, saludable con alimentos locales o de la región para un impacto ambiental.

Al inicio cada uno de los asistentes expuso las expectativas que tenía acerca de la plática y que es lo que quería aprender. En la plática se abordaron punto claves como dieta sustentable, seguridad alimentaria, alimentación tradicional versus alimentación actual, lectura de etiquetado de productos industrializados.

Las asistentes al taller fueron principalmente madres de familia así como estudiantes de la licenciatura en enfermería.



Presentación del libro *Las enfermedades metabólicas y su impacto en la salud*

El 14 de noviembre, se llevó a cabo la presentación del libro, de la editorial Elsevier, *Las enfermedades metabólicas y su impacto en la salud*. Los organizadores de este evento fueron, Mtro. César Castellanos Pérez, la Mtra. María del Pilar Fernández Carrasco y la Dra. C. Rebeca Monroy Torres.

El objetivo de este libro, es brindar una compilación actualizada sobre el amplio tema de las enfermedades metabólicas y su impacto en la salud, así como presentar conceptos novedosos que se ponen a consideración y re-

flexión a través de sus 11 capítulos. Con este libro se pretende, además, sentar las bases para formar redes de colaboración académica para la investigación y avanzar en la puesta en marcha de soluciones factibles para la prevención de las enfermedades metabólicas.

El contenido está dirigido tanto a los profesionales de la nutrición como a los estudiantes de pregrado y posgrado. Con un lenguaje accesible y conciso que refuerza su vertiente más pedagógica.

Los autores y colaboradores son de alto nivel académico, nacionales e internacionales, que incluyen resultados de investigaciones recientes. La iniciativa es de la Asociación Mexicana de Miembros de Facultades y Escuelas de Nutrición (AMMFEN).



El libro está integrado por diez capítulos:

- Fisiología de la ingesta y la saciedad
- Metabolismo de hidratos de carbono y lípidos
- Crecimiento fetal y en el primer año de vida: la prematuridad como condicionante de Obesidad infantil y riesgo de enfermedades metabólicas
- Obesidad y síndrome metabólico
- Obesidad y diabetes; Obesidad y enfermedades cardiovasculares
- Genómica de las enfermedades metabólicas
- Actividad y ejercicio físico para la prevención de enfermedades no transmisibles
- Calidad alimentaria, nutrición y obesidad, y Aspectos económicos de las enfermedades crónicas no transmisibles



Feria de platillos saludables: Alumnos de primer semestre de la Licenciatura en Nutrición, del Campus León de la Universidad de Guanajuato

El 4 de diciembre de 2014, se llevó a cabo, en la Escuela Primaria Justo Sierra, de la comunidad la Laborcita, en León, Gto., la Feria de platillos saludables: Alumnos de primer semestre de la Licenciatura en Nutrición, del Campus León de la Universidad de Guanajuato. El propósito de este evento, que se celebra por segunda ocasión, pero ahora con niños de primaria, es para que los estudiantes de la Licenciatura en Nutrición, deben demostrar que elaboran platillos acordes a los gustos, tradiciones y cultura y, económicos para niños y jóvenes, para las mamás de los niños, de la Escuela Primaria Justo Sierra, de la Laborcita, en León, Gto.

En esta actividad, los niños de la primaria, profesores y mamás de los niños, interactúan de tal forma, que fungen como jueces y realizan una evaluación basada en los indicadores del Plato del Bien Comer, que marca las recomendaciones de una dieta correcta.

Lo anterior con la finalidad de permitir la interacción y una enseñanza basada en experiencia, entre pares a través de demostraciones y análisis reflexivo, de parte de los evaluados y evaluadores, que generen interrogantes: ¿por qué y cómo de forma creativa se pueden elaborar alimentos saludables, ricos, económicos y divertidos?

