

INFORMACIÓN GENERAL

Consultar información completa en
www.cursosdeveranoydeextensionuc.es

INICIO DEL PLAZO DE MATRÍCULA EN EL CURSO: 02/05/2018
FINALIZACIÓN DEL PLAZO DE MATRÍCULA EN EL CURSO: 19/07/2018

TARIFAS DE LOS CURSOS

Anticipada: 42 €. Formalizadas y pagadas íntegramente hasta 8 días naturales antes de la finalización del periodo de matrícula del curso. Si se eligiera esta opción, no se efectuará reintegro del dinero abonado, salvo anulación del curso.

Ordinaria: 95 €. Formalizadas y pagadas íntegramente dentro de los 7 días naturales anteriores a la finalización del periodo de matrícula del curso.

Reducida: 58 €. (Residentes del municipio donde se imparte el curso; alumnado de la UC; jóvenes (nacidos en 1993 y años posteriores); desempleados/as y miembros de ALUCAN). Matrículas formalizadas y pagadas íntegramente dentro de los 7 días naturales anteriores a la finalización del periodo de matrícula del curso. Se deberá acreditar documentalmente la pertenencia al colectivo correspondiente.

Superreducida: 32 €. (Nacidos en 1953 y años anteriores, familias numerosas y discapacitados/as). Deberán estar formalizadas y pagadas íntegramente a la fecha del cierre de la matrícula del curso. Se acreditará la pertenencia al colectivo mediante título actualizado de familia numerosa y tarjeta de discapacidad.

DEVOLUCIONES

Se devolverá siempre el importe de la matrícula a quienes se hayan inscrito en un curso que posteriormente sea anulado por la Organización, independientemente del tipo de tarifa aplicada.

En ningún caso se devolverá el importe de la matrícula a aquellas personas/empresas que hayan escogido la modalidad de matrícula anticipada.

El alumnado que se haya acogido a las tarifas ordinaria o reducida podrá solicitar devolución del importe de la matrícula siempre que se justifique documentalmente su imposibilidad de asistencia al curso por motivos de fuerza mayor, con al menos tres días naturales de antelación al comienzo del mismo. Se valorará y resolverá cada uno de los expedientes, haciéndose efectivas las devoluciones a partir del mes de octubre.

DIPLOMAS

Al finalizar cada curso se entregará un diploma de asistencia expedido por el Rector de la Universidad de Cantabria. Para su obtención, el alumnado deberá acreditar su participación en, al menos, el 80% de las horas lectivas del curso. La Organización controlará la asistencia del alumnado.

Se emitirán diplomas de participación a quienes habiendo asistido al curso no hayan acreditado su presencia en el mínimo de horas lectivas exigido.

Igualmente se expedirán diplomas de participación a aquellos asistentes a encuentros y seminarios que lo hayan solicitado durante la realización de la actividad. Estos diplomas no tienen valor para la convalidación de créditos.

RECONOCIMIENTO DE CRÉDITOS PARA LOS ESTUDIANTES DE GRADO DE LA UNIVERSIDAD DE CANTABRIA

De modo general, los Cursos de Verano y de Extensión Universitaria organizados por la UC en las diferentes sedes son objeto de reconocimiento de créditos ECTS para los estudiantes de Grado con cargo a actividades de carácter cultural. Se aplicará el reconocimiento de 1 crédito por cada curso de 20 y 30h. y 0,5 créditos por los cursos de 10 y 15 horas.

COLABORAN

AYUNTAMIENTO DE LAREDO



LA.6.2 AVANCES EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

DIRECCIÓN

JAVIER ARANCETA BARTRINA

Profesor de Nutrición Comunitaria. Universidad de Navarra

Presidente del Comité Científico

Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC)

CARMEN PÉREZ RODRIGO

Profesora Adjunta de Fisiología Médica

Facultad de Medicina y Enfermería. EHU-UPV

Presidenta. Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC)

Laredo, del 23 al 25 de julio

CURSOS DE VERANO 2018

www.cursosdeveranoydeextensionuc.es

Secretaría de Cursos de Verano y de Extensión Universitaria
Edificio Tres Torres, Torre C, planta -2
Avda. Los Castros, s/n (39005 Santander)
Tel. 942 200 973
E-mail: cursos.verano@unican.es / cv.ceu@unican.es



LAREDO

OBJETIVOS DEL CURSO

La evidencia científica ha puesto de manifiesto que la alimentación y la actividad física son importantes factores determinantes de la salud. Algunos elementos de la dieta actúan como factores de riesgo, mientras que otros se configuran como protectores, lo mismo que la práctica regular de actividad física moderada. De hecho, análisis recientes sitúan los aspectos relacionados con la dieta como el segundo factor responsable de la carga de morbilidad en nuestro entorno.

Los objetivos planteados con este curso pretenden: analizar evidencias científicas recientes en torno al impacto del modelo alimentario y la actividad física sobre la salud; presentar y discutir algunas controversias actuales en torno a la vitamina D, la influencia de la dieta y el estado nutricional sobre los procesos de envejecimiento; tratar el interés de los aportes realizados con la ración del desayuno; la fisiología del ejercicio físico, el gasto energético y los sustratos nutricionales para la actividad física saludable; revisar los conocimientos actuales sobre la influencia de la microbiota en la salud; la epigenética y su relación con la alimentación y el papel de la dieta en la prevención de la osteoporosis o las interacciones entre fármacos y nutrientes; conocer nuevas evidencias en relación con el interés de la Dieta Mediterránea y la sostenibilidad alimentaria; y, por último, discutir algunas propuestas prácticas para organizar una compra más saludable, recomendaciones para organizar la cocina diaria con un presupuesto ajustado y organizar una alimentación familiar saludable.

El curso está destinado a profesionales de la salud y al alumnado de pregrado y postgrado de farmacia, medicina, enfermería, nutrición y dietética, psicología, fisioterapia, biología, magisterio y trabajo social.

PROFESORADO

JAVIER ARANCETA BARTRINA

Profesor de Nutrición Comunitaria. Universidad de Navarra; Presidente del Comité Científico. Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC)

LUIS CASIS SÁENZ

Catedrático de Fisiología. Facultad de Medicina y Enfermería. Universidad del País Vasco

ÁNGEL GIL HERNÁNDEZ

Catedrático de Bioquímica y Biología Molecular. Universidad de Granada; Presidente. FINUT

TERESA PARTEARROYO CEDIEL

Profesora Adjunta de Nutrición. Universidad CEU San Pablo

CRISTINA PEDRÓS MERINO

Dietista. Hospital de Santa Marina (Bilbao)

NEREA PEÑA MIRANDA

Nutricionista, Dietista, Nutrición Deportiva. Bascónia-Alavés FC

CARMEN PÉREZ RODRIGO

Profesora Adjunta de Fisiología Médica. Facultad de Medicina y Enfermería. EHU-UPV; Presidenta. Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC)

LLUIS SERRA I MAJEM

Catedrático de Medicina Preventiva y Salud Pública. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria

PROGRAMA

Lunes, 23 de julio

9:15 h. a 9:30 h. Recepción de participantes

9:30 h. a 10:30 h. La vitamina D: mucho más que una vitamina

JAVIER ARANCETA BARTRINA

10:30 h. a 11:30 h. Alimentación y procesos de envejecimiento

JAVIER ARANCETA BARTRINA

11:30 h. a 12:00 h. Descanso

12:00 h. a 13:00 h. Desayuno, salud y equilibrio alimentario

CARMEN PÉREZ RODRIGO

13:00 h. a 14:00 h. Recursos para una compra saludable

CARMEN PÉREZ RODRIGO

Martes, 24 de julio

9:30 h. a 10:30 h. Fisiología del ejercicio físico y gasto energético

LUIS CASIS SÁENZ

10:30 h. a 11:30 h. Sustratos nutricionales para la actividad física saludable

LUIS CASIS SÁENZ

11:30 h. a 12:00 h. Descanso

12:00 h. a 13:00 h. Microbiota y salud global

ÁNGEL GIL HERNÁNDEZ

13:00 h. a 14:00 h. Epigenética y alimentación: ¿podemos mejorar nuestro futuro?

ÁNGEL GIL HERNÁNDEZ

15:30 h. a 17:00 h. Pautas para una alimentación saludable: ejercicio práctico

NEREA PEÑA MIRANDA

17:00 h. a 18:30 h. Cocina saludable para mileuristas: ejercicio práctico

CRISTINA PEDRÓS MERINO

Miércoles, 25 de julio

9:30 h. a 10:30 h. La dieta mediterránea. Patrimonio de la Humanidad

LLUIS SERRA I MAJEM

10:30 h. a 11:30 h. Para una alimentación sostenible: recomendaciones cotidianas

LLUIS SERRA I MAJEM

11:30 h. a 12:00 h. Descanso

12:00 h. a 13:00 h. Dieta y osteoporosis: prevención y tratamiento

TERESA PARTEARROYO CEDIEL

13:00 h. a 14:00 h. Interacciones entre fármacos y nutrientes: recomendaciones prácticas

TERESA PARTEARROYO CEDIEL

14:00 h. a 14:15 h. Entrega de diplomas

Horas: 15

Plazas: 40

Lugar de impartición: Escuela Oficial de Idiomas. C/ Reconquista de Sevilla, 4. Laredo

Curso reconocible con 0,5 créditos con cargo a actividades culturales (Grado)

Reconocido por la Consejería de Educación, Cultura y Deporte del Gobierno de Cantabria a efectos de formación del profesorado

Los datos personales de las personas inscritas en nuestros cursos serán incorporados al fichero de "Cursos de Verano" de esta Universidad, cuya finalidad es la gestión de dichos cursos, así como el envío de información sobre ellos. Los derechos de acceso, rectificación y cancelación podrán ejercitarse mediante solicitud escrita acompañada de copia del DNI u otro documento identificativo válido, dirigido al responsable del fichero, Gerente de la Universidad de Cantabria, Pabellón de Gobierno, Avda. de los Castros s/n 3900 Santander, a través de su Registro General o por correo. En dicha solicitud deberá indicarse la dirección y datos identificativos, la petición concreta así como los documentos acreditativos que la fundamenten, según el caso, fecha y firma.

Al amparo del art. 11.2 c) de la citada ley, se realizarán las cesiones de los datos personales necesarios, en su caso, a entidades financiadoras para la justificación de becas y subvenciones y a la agencia de viajes y empresa de transporte contratada para la organización del mismo, así como a la entidad aseguradora contratada por la UC para prestar el seguro colectivo de accidentes.