UNIVERSIDAD DE GRANADA

Instituto Mixto Universitario Deporte y Salud

Alimentación que empodera: comer mejor para vivir mejor

19/01/2026

El **jueves 29 de enero de 2026**, de **18:30 a 20:00**, se celebrará en la **sala docente del iMUDS (planta baja, PTS)** la primera charla-taller del ciclo **SALUD Y BIENESTAR EN FEMENINO: EJERCICIO FÍSICO Y ALIMENTACIÓN**, a cargo del **Dr. Lucas Jurado Fasoli** (Profesor Ayudante Doctor, **Departamento de Fisiología, Facultad de Medicina, UGR**).



El ciclo está **cofinanciado** por el **Vicerrectorado de Igualdad, Inclusión y Compromiso Social (VIIS)**, la **Unidad Científica de Excelencia en Ejercicio, Nutrición y Salud (UCEENS)** y el **Instituto Mixto Universitario Deporte y Salud (iMUDS)**.

Sobre la charla

Alimentación que empodera: comer mejor para vivir mejor es una **charla-taller práctica y participativa** orientada a mujeres en **distintas edades y estados fisiológicos**. Su propósito es **transferir evidencia científica** en **alimentación** y **actividad física**, ofrecer **estrategias para superar barreras** y facilitar la **adopción de hábitos saludables** que favorezcan el **bienestar físico y emocional**.

Ponente

Dr. Lucas Jurado Fasoli — Graduado en **Nutrición Humana y Dietética** (UGR), **Máster en Actividad Física y Salud** (UPO) y **Doctor en Biomedicina**. Actualmente es **Profesor Ayudante Doctor** en el **Departamento de Fisiología (Facultad de Medicina, UGR)**

Copyright© 2026 Universidad de Granada

.

Detalles de la sesión

- **Fecha: jueves, 29 de enero de 2026**
- **Hora: 18:30–20:00**
- **Lugar: Sala docente del iMUDS** (Parque Tecnológico de la Salud, planta baja)
- **Modalidad: presencial** con **inscripción previa** · **Plazas limitadas**
- **Inscripción - formulario**

Organiza: Instituto Mixto Universitario Deporte y Salud (**iMUDS**).

Colabora: Facultad de Ciencias del Deporte y **Departamento de Educación Física y Deportiva** (Universidad de Granada).

> **Este acto forma parte del ciclo “Salud y bienestar en femenino: ejercicio físico y alimentación”, dirigido a mujeres de diferentes edades y situaciones fisiológicas y concebido para trasladar conocimiento científico a la práctica cotidiana.**

Copyright© 2026 Universidad de Granada