



SALUT I NUTRICIÓ INTEGRATIVA

“Som el que mengem”. Aquesta és una frase que s’atribueix a Hipòcrates. Però no només som el que mengem: som el que sentim, pensem o creim. I tot això afecta directament a com ens alimentem i nutrim.

Així que durant aquesta xerrada parlarem de tots aquests aspectes: filosofia, fisiologia, història de la medicina....

Finalment, per a completar la xerrada, es farà referència a la forma en què s’observa la salut des del punt de vista de la medicina Xina, medicina mil·lenària que encara persisteix amb els mateixos principis amb què va ser concebuda fa més de 3000 anys i que resulta de gran ajuda per donar una visió integrativa de la salut i de la nutrició en particular.



La jornada anirà a càrrec de:

[Josep Maria Subirà i Vallès](#)

Diplomat en Infermeria . Graduat en Medicina Tradicional Xinesa. Tècnic Especialista en Dietètica i Nutrició. Col.laborador del CRESCA (Centre de Recerca en Seguretat i Control Alimentari)-UPC. President d'ASECIMET (Asociación para el Estudio Científico de las Medicinas Tradicionales).[ASECIMET](#)