

Sesión informativa online: "Nutrición en el Deporte"

OBJETIVO: Aportar conocimientos sobre nutrición para conseguir un óptimo rendimiento deportivo, enfocado a profesionales y población en general que desee mejorar la condición física y la salud, acudiendo a la oficina de farmacia como referente en recomendaciones nutricionales.

PROGRAMA:

- ❖ Macro y micronutrientes esenciales en deporte
- ❖ ¿Cómo calcular los requisitos óptimos de calorías, hidratos de carbono y proteína
- ❖ Hidratación en el deportista
- ❖ Suplementos deportivos

PROFESORADO:

- Antonio de Miguel Albarreal. Farmacéutico comunitario. Miembro de la vocalía de Nutrición del Colegio de Farmacéuticos de Sevilla.

Fecha:	Miércoles, 15 de septiembre de 2021
Horario:	15:00-16:00
Modalidad:	Online. Conexión webex. Se enviará correo, a los interesados que estén inscritos previamente, con la información para unirse a la sesión.
Fecha límite inscripción:	14 de septiembre de 2021
Dirigido a:	Farmacéuticos y Técnicos en Farmacia
Nº de plazas:	200
Importe Matrícula:	Gratuito
Organiza:	Vocalía de Nutrición y Alimentación saludables

¿Quieres inscribirte en esta actividad? [Haz clic en el botón](#) ✓