

Jornada: "Nutrición y Suplementos en el Deporte"

OBJETIVO: Proporcionar a los farmacéuticos una comprensión profunda y actualizada sobre la nutrición y los suplementos en el deporte, abordando temas clave como la necesidad y la eficacia de la suplementación en diferentes casos, su papel en la farmacia, la distinción entre suplementos deportivos y comunes, así como la importancia de otros suplementos no etiquetados como 'deportivos' en la dieta de los deportistas. Analizar la creciente tendencia de consumo de proteínas y aclarar conceptos erróneos relacionados con la nutrición y los suplementos en el deporte.

PROGRAMA:

- ❖ Introducción. ¿Es recomendable la suplementación en el deporte?.
- ❖ Tipología. Suplementos más beneficiosos y eficaces. Fuerza e Hipertrofia. Recuperación. Grasa Corporal. Energía y Competición.
- ❖ Tendencias de Mercado. El papel de las proteínas en la alimentación. Contenido, pureza, etiquetado y diferencias.
- ❖ Intolerancias y Alergias. Mito o realidad. Proteína vegana. Suplementos más indicados para cualquier tipo de dieta.
- ❖ Sector. La suplementación deportiva en farmacia. ¿Son rentables?. ¿Hay otro tipo de clientes interesados?.
- ❖ Hábitos saludables. Otros suplementos en el deporte. Ansiedad y estrés. Descanso. Vitalidad. Alimentación equilibrada.
- ❖ Casos reales, preguntas y dudas. Suplementación por casos y deportes concretos , y según necesidad.

Jornada: "Nutrición y Suplementos en el Deporte"

DOCENTE:

- ✓ Damián Gómez. Nutricionista y entrenador personal.
- ✓ Miguel Fernández. Biólogo y Técnico de desarrollo de Drasanvi.

Fechas	Jueves, 6 de junio de 2024.
Horario:	20:00-21:30 horas (posteriormente se ofrecerá un cóctel gentileza de laboratorio Drasanvi)
Modalidad:	Presencial
Horas lectivas:	1,5 horas
Lugar:	Salón de Actos del RICOFSE
Dirigido:	Farmacéuticos en el área de Farmacia Comunitaria.
N^a de plazas:	90
Fecha límite inscripción:	Hasta agotar plazas
Organiza:	Vocalía de Nutrición del Colegio de Farmacéuticos de Sevilla.
Patrocina:	Drasanvi, S.L.

