



# 1ª Reunió Salut Mental i Nutrició

Punt de vista dels professionals de la nutrició: Nutresalut

# Qui som



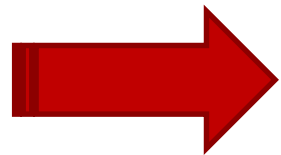
Esther Barnés



Mar Blanco



Anna Paré



## Alimentació i Salut Mental

# 1ª Jornada d'Alimentació, Nutrició, Gastronomia i Salut Mental



## Jornada d'Alimentació, Nutrició, Gastronomia i Salut Mental

Acte acadèmic de Santa Coloma Ciutat Universitària



Santa Coloma de Gramenet  
20 d'octubre de 2016

Sala Les Voltes · Edifici La Masia  
Campus de l'Alimentació de Torribera  
Avda. Prat de la Riba, 171



Amb l'Aval de la SCPSM



Inscripcions  
Professionals: 50 euros  
Estudiants: 10 euros  
[Formulari d'inscripció](#)  
Es lliurarà certificat d'assistència.  
Més informació a [formacio@nutresalut.cat](mailto:formacio@nutresalut.cat)

PLACES LIMITADES!

## Jornada d'Alimentació, Nutrició, Gastronomia i Salut Mental

Santa Coloma de Gramenet  
20 d'octubre de 2016  
Sala Les Voltes · Edifici La Masia  
Campus de l'Alimentació de Torribera

### PROGRAMA

- 9.00-9.30h **Benvinguda i presentació de la jornada**  
**Màrius Rubiralta**, director del Campus de l'Alimentació de Torribera (UB).  
**Núria Paríón**, alcaldessa de Santa Coloma de Gramenet.
- 9.30- 10.00h **Menjar: gustos i disgustos, rebutjos i addiccions**  
**Jesús Contreras**, catedràtic d'Antropologia Social (UB) i membre de l'Observatori de l'Alimentació (ODELA).
- 10.00-10.30h **Perspectives terapèutiques actuals dels trastorns d'angoixa i trastorns de depressió**  
**Antoni Bulbena**, catedràtic i director del Departament de Psiquiatria i Medicina Legal (UAB), Institut Neuropsiquiatria i Addiccions (INAD), Parc de Salut Mar.
- 10.30 - 11.00 **Plantes actives en angoixa i depressió: fitoteràpia**  
**Josep Allué**, llicenciat i doctor en Farmàcia (UB), professor titular de Fisiologia Vegetal a la Facultat de Biociències (UAB).
- 11.00 - 11.15 **Torn de preguntes**
- 11.15 - 11.45 **Pausa cafè**
- 11.45 - 12.15 **Estil de vida saludable i trastorn mental greu**  
**Victor Frías**, director del Centre Dr. Emili Mira, Institut Neuropsiquiatria i Addiccions (INAD), Parc de Salut Mar.
- 12.15 - 12.45 **Nutriciònics en la millora del rendiment cognitiu en discapacitats intel·lectuals**  
**Rafael de la Torre**, llicenciat i doctor en Farmàcia (UB), director de l'Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques (IMIM).
- 12.45 - 13.00 **Torn de preguntes**
- 13.00 - 13.15 **Cuina Justa, una pràctica de recuperació del malalt mental sever**  
**Francesc Vilà**, director sociosanitari de la Fundació Cassà Just.
- 13.15 - 14.00 **Taller d'adaptació de la dieta a símptomes derivats de la malaltia**  
Xavier Tornado i Montse Illán, professors del Departament de Nutrició, Ciències de l'Alimentació i Gastronomia de la Facultat de Farmàcia i Ciències de l'Alimentació (UB).
- 14.00 - 15.30 **Dinar**
- 15.30 - 16.00 **El paper de la dieta en la malaltia de Parkinson**  
**Anna Paré**, llicenciada en Farmàcia i graduada en Nutrició Humana i Dietètica, gerent de Nutresalut.
- 16.00 - 16.30 **Nutrients neurosaludables**  
**Mar Blanco**, llicenciada en Farmàcia i Ciència i Tecnologia dels Aliments, responsable del Departament Tècnic de l'Asociación Española de Fitoterapia y Nutrición (AFINUR).
- 16.30 - 16.45 **Torn de preguntes**
- 16.45 - 17.45 **Cas clinic: Del diagnòstic al tractament en el pacient amb disfàgia.**  
**Viridiana Arreola**, llicenciada en Logopèdia, responsable de la Unitat de Disfàgia de l'Hospital de Mataró. Patrocinat per Nestlé Health Science.
- 17.45 - 18.00 **Cloenda de la jornada**



Amb el patrocini de:



1ª Jornada

```
graph TD; A[1ª Jornada] --- B[2ª Jornada]; A --- C[Altres formats de formació]; A --- D[Empreses];
```

2ª Jornada

Altres formats  
de formació

Empreses







# 2ª Jornada d'Alimentació, Nutrició, Gastronomia i Salut Mental



UNIVERSITAT DE  
BARCELONA

Facultat de Farmàcia  
i Ciències de l'Alimentació



Campus  
de l'Alimentació  
Universitat de Barcelona

nutre  
salut

## 2ª Jornada d'Alimentació, Nutrició, Gastronomia i Salut Mental



Santa Coloma  
de Gramenet  
20 d'octubre de 2017

Sala Les Voltes · Edifici La Masia  
Campus de l'Alimentació de Torribera  
Facultat de Farmàcia i Ciències  
de l'Alimentació  
Avda. Prat de la Riba, 171

Inscripcions  
Professionals: 50 euros  
Estudiants: 10 euros  
[Formulari d'inscripció](#)  
Es lliurarà certificat d'assistència.  
Més informació a [formacio@nutresalut.cat](mailto:formacio@nutresalut.cat)

PLACES LIMITADES!

## 2ª Jornada d'Alimentació, Nutrició, Gastronomia i Salut Mental

Santa Coloma de Gramenet  
20 d'octubre de 2017  
Sala Les Voltes · Edifici La Masia  
Campus de l'Alimentació de Torribera

### PROGRAMA

- 9.00-9.30h **Benvinguda i presentació de la jornada**  
9.30-10.00h **Efectes de l'estrès en la salut**  
**Antonia Lizárraga**, llicenciada en Medicina i Cirurgia per la Universitat de Navarra i professora del Departament de Nutrició, Ciències de l'Alimentació i Gastronomia de la Facultat de Farmàcia i Ciències de l'Alimentació (UB).
- 10.00-10.30h **Microbioma intestinal i salut mental**  
**Andreu Prados**, llicenciat en Farmàcia, graduat en Nutrició Humana i Dietètica i consultor especialitzat en comunicació científicomedica corporativa del sector salut.
- 10.30-11.00 **Aliments fermentats, més enllà dels probiòtics**  
**Bernat Guixé**, doctor en Química Orgànica (UB). El Celler de Can Roca.
- 11.00-11.15 **Torn de preguntes**  
11.15-11.45 **Pausa cafè**  
11.45-12.15 **Noves evidències sobre TDAH**  
**José Àngel Alda**, doctor en Medicina i Cirurgia, coordinador de la Unitat de TDAH, cap de Secció de Psiquiatria de l'Hospital Sant Joan de Déu.
- 12.15-12.45 **DHA en el desenvolupament neuronal i el TDAH**  
**Jaume Borràs**, llicenciat en Medicina i Nutrició Clínica i director general i mèdic de Brudylab.
- 12.45-13.00 **Torn de preguntes**  
13.00-14.00 **Taller show-cooking de disfàgia, signes d'alerta i utilització d'espessants**  
**Marta Castellà**, diplomada en Nutrició Humana i Dietètica. Taller patrocinat per Lactalis Nutrición Iberia.
- 14.00-15.15 **Dinar**  
15.15-15.45 **Projecte Con Gusto Fundació Luzón per a pacients d'ELA amb problemes de deglució**  
**Elisabet Romero**, graduada en Nutrició Humana i Dietètica col·laboradora a la Unitat Funcional de Malaltia de Motoneurona a l'Hospital de Bellvitge. *Con gusto, Guia de Alimentación para afectados de ELA y recetas para personas con deglución.*  
**Patricia Garrido**, graduada en Nutrició Humana i Dietètica, investigadora UB.
- 15.45-16.15 **Regeneració de l'organisme via la millora de la comunicació cel·lular**  
**Joan Cunill**, llicenciat en Veterinària i expert en embriologia.
- 16.15-16.45 **Cúrcuma, del curry a la protecció del deteriorament cognitiu**  
**Anna Paré**, llicenciada en Farmàcia, graduada en Nutrició Humana i Dietètica i gerent de Nutresalut.
- 16.45-17.15 **Alimentació i gastronomia, eina d'estimulació cognitiva**  
**Carme Pous**, llicenciada en Medicina i Cirurgia i presidenta de la Fundació Ajudam-Predegent.
- 17.15-17.30 **Torn de preguntes**  
17.30-18.00 **Presentació i tast de propostes gastronòmiques de la guia Con Gusto**  
Campus de l'Alimentació de Torribera, UB - Fundació Alicia.  
**Xavier Torrado i Montse Illán**, professors del Departament de Nutrició, Ciències de l'Alimentació i Gastronomia de la Facultat de Farmàcia i Ciències de l'Alimentació (UB).



Amb el patrocini de:



nutre  
salut

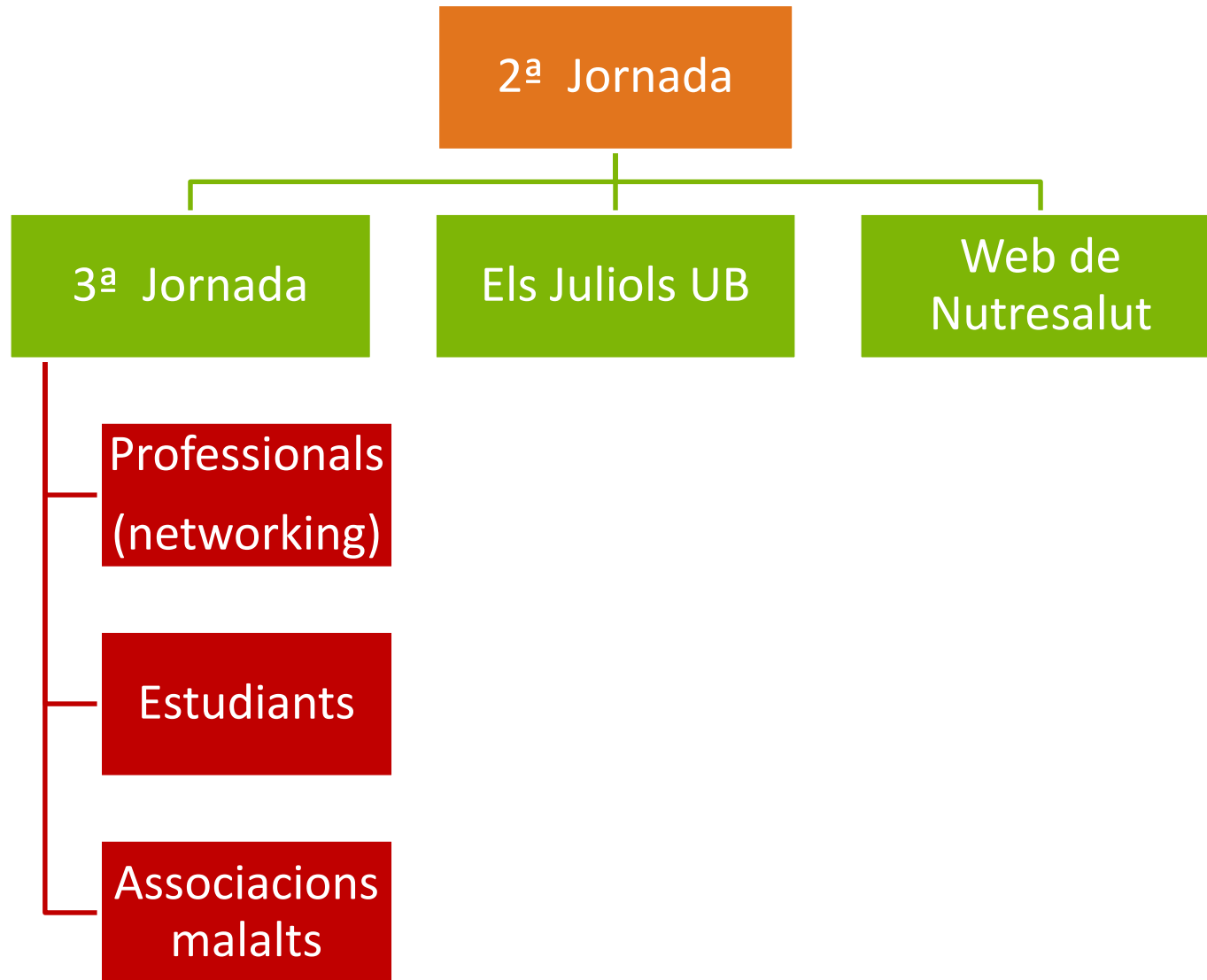
Reunió Salut Mental i Nutrició - Clúster de Salut Mental de Catalunya  
Anna Paré - 13.04.2018

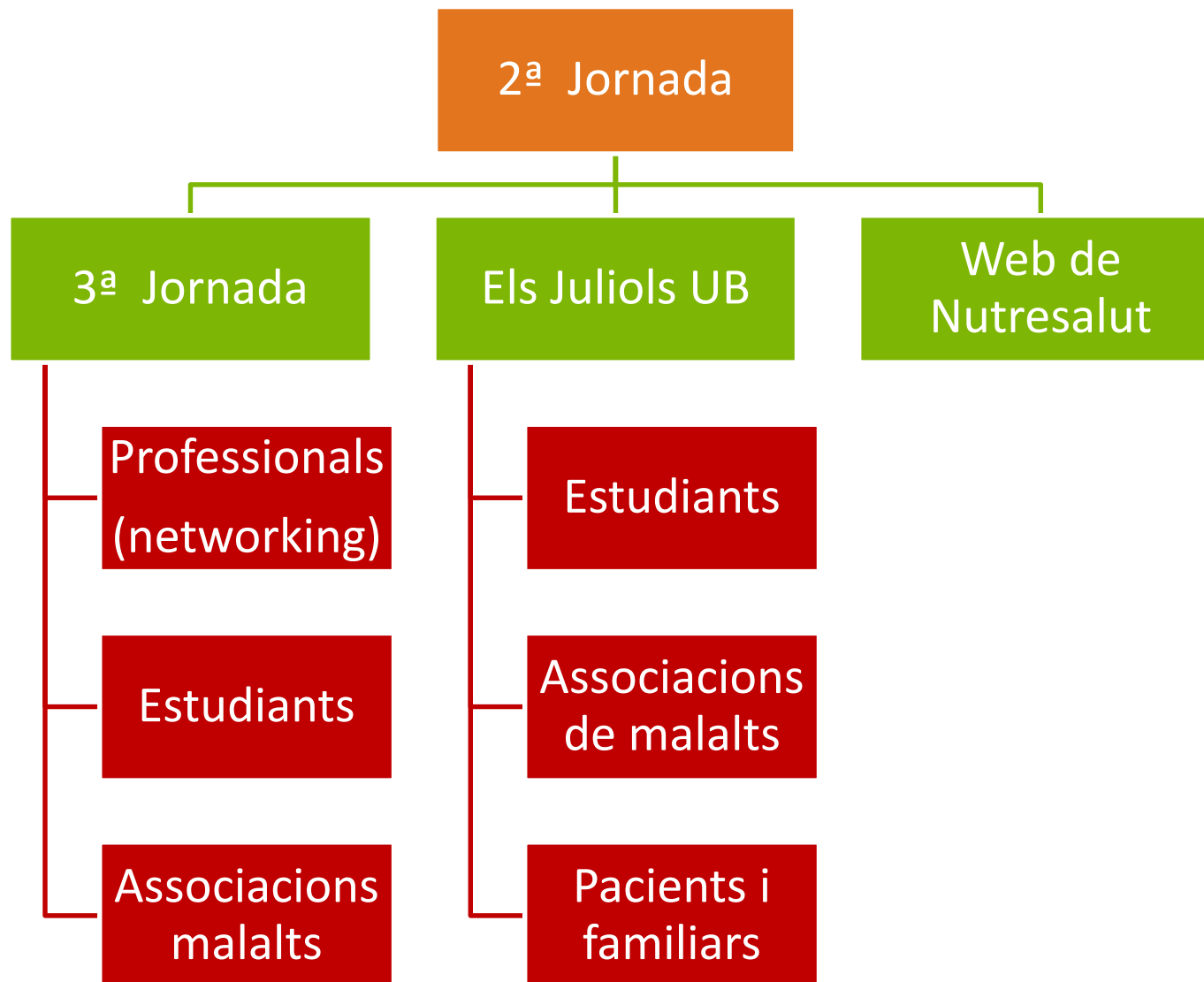
2ª Jornada

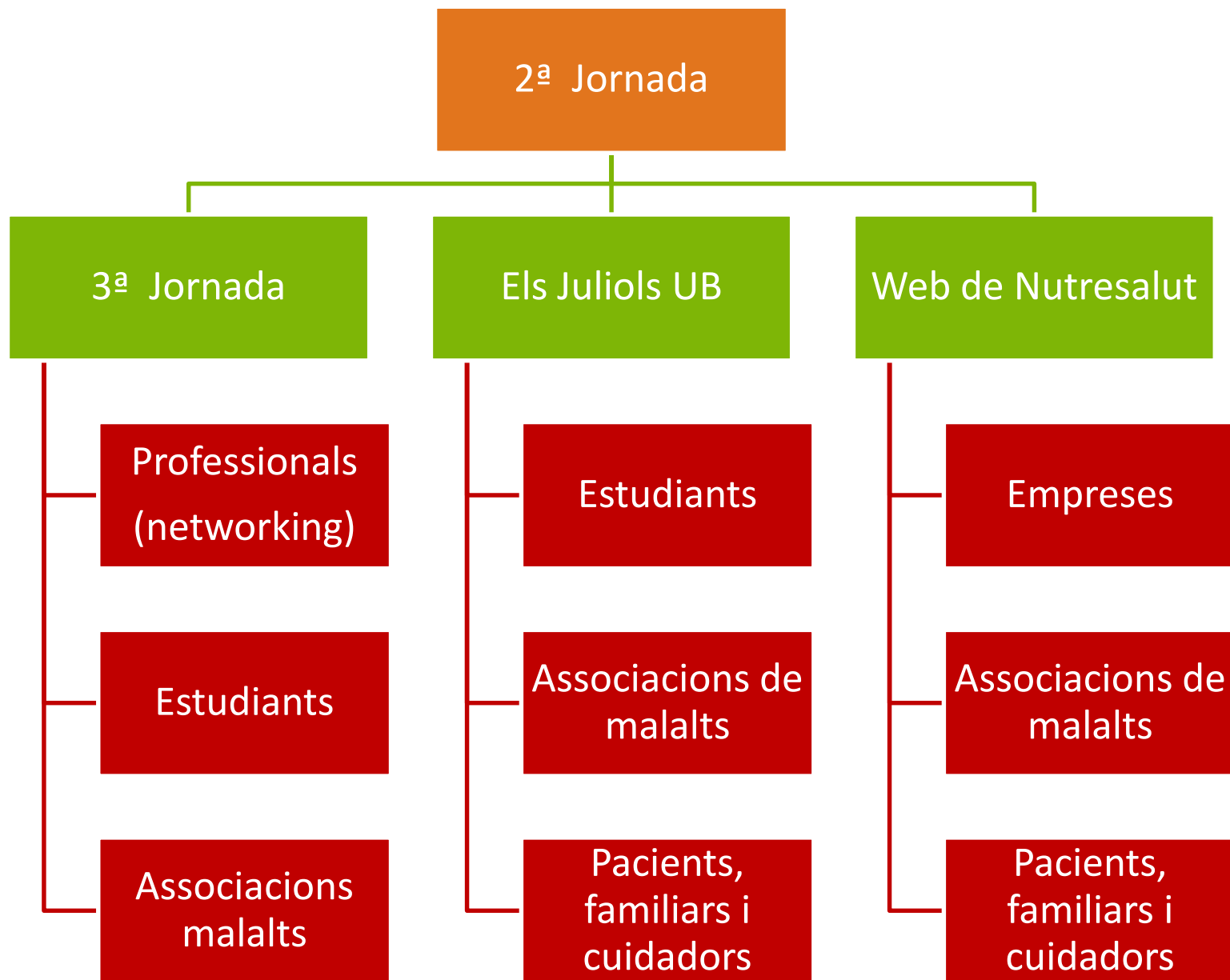
3ª Jornada

Els Julols UB

Web de  
Nutresalut







# Punts clau

- Salut mental és un terme molt ampli
- Malalties neurodegeneratives
- Bon feed-back
- Moodfood o alimentació per ser feliç
- Psicobiòtics
- Millora de la memòria i la concentració
- Prevenció deteriorament cognitiu
- Promoció de la salut dins l'àmbit laboral i escolar
- Disfàgia
- Enfoc multidisciplinar



PALAU DE  
MARIANO  
29/MAY/2011

*Moltes gràcies*

nutre  
salut

[formacio@nutresalut.cat](mailto:formacio@nutresalut.cat)  
[anna.pare@nutresalut.cat](mailto:anna.pare@nutresalut.cat)