

III Jornada

LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN EL LUGAR DE TRABAJO

Beneficios y experiencias en empresas que se comprometen



Madrid, 3 de Junio de 2019

Auditorio Ernest Lluch. Escuela Nacional de Medicina del Trabajo

Instituto de Salud Carlos III

- Organizan:

Escuela Nacional de Medicina del Trabajo

Sociedad española de Dietética y Ciencias de la Alimentación

Fundación Alimentación Saludable

Universidad Complutense de Madrid



Contenidos

9.15h. Acto de apertura a cargo de:

Raquel Yotti Álvarez (Directora General del Instituto de Salud Carlos III);
Francisco Marqués Marqués (Instituto Nacional de Seguridad en el Trabajo);
Jesús Román Martínez (Fundación alimentación saludable);
M^a Jesús Terradillos García (Escuela Nacional de Medicina del Trabajo)

* Este es el punto de partida: 9.30 – 12.00h.

- 1 Encontrar la motivación suficiente no es fácil: recursos para convertir eficazmente el deseo de cambio en nuevos estilos de vida
Vanessa Abrines. Psicóloga.
- 2 Sedentarismo e inactividad dentro de la empresa: los grandes enemigos que podemos combatir fácilmente.
Ignacio Ara. Universidad de Castilla la Mancha.
- 3 ¿Qué opinan las empresas y los empleados sobre la alimentación en la empresa? Encuesta 'Nutrición saludable en el Workplace'.
Rosalía López Teulón – Directora División Restauración. ISS Facility Services.
- 4 Trabajo nocturno, turnos rotatorios, grandes viajeros... cómo afectan los cambios de horario a nuestro metabolismo y cómo podemos reducir su impacto.
M^a Dolores Marrodán Serrano. Universidad Complutense de Madrid.

* Pausa - café: 12.00 – 12.20h.



Contenidos

*** Estas son algunas de las experiencias que también podemos aplicar: 12.20 – 14.00 h.**

5 Mejoras concretas y Programas que podemos aplicar: el programa 'Somos nutritivos'.
Andrea Calderón. Fundación alimentación saludable.

6 El bienestar del empleado en su puesto de trabajo: creando entornos que faciliten el cambio.
Fernando Lallana. Heineken.

7 Más allá de del reconocimiento médico y la vigilancia rutinaria de la salud. El valor de la medicina de precisión.
José Antonio García Donaire. Global Health Premium. Hospital Clínico de Madrid.

8 Conclusiones de una experiencia bien asentada en el camino de las empresas saludables.
Victoria Marín. Red Eléctrica de España

*** Mesa de conclusiones y cierre.**

Antonio Villarino Marín.

Presidente de la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación (SEDCA)



Info de la Jornada

* Horario:

De 9.15 a 14 horas. Se entregará Certificado de asistencia.

* Inscripción:

Asistencia **GRATUITA**, hasta completar aforo. Es necesario realizar inscripción previa en:

www.nutricion.org

Info de la Jornada

*** Organizan:**

- Escuela Nacional de Medicina del Trabajo – Instituto de Salud Carlos III
- Fundación Alimentación Saludable
- Sociedad española de Dietética y Ciencias de la Alimentación
- Universidad Complutense de Madrid



UNIVERSIDAD
COMPLUTENSE
MADRID

