

NUTRICIÓN, IMPULSO VITAL



NUTRICIÓN, IMPULSO VITAL

es un gran proyecto expositivo que da a conocer los conceptos fundamentales en materia de alimentación y nutrición, así como sobre hábitos saludables, que cualquier persona tiene que llevar a la práctica para disfrutar de una mejor salud y calidad de vida.

La exposición propone una reflexión sobre la propia calidad de vida entendida con una cuestión de equilibrio entre la alimentación, los hábitos de vida saludables y un medio ambiente sostenible.

La nutrició és una

CUESTIÓN DE EQUILIBRIO

Exposició en Barcelona

Organiza

Consorti del Museu de Ciències Naturals de Barcelona

Coordinación de la adaptación

Fundación Iberoamericana de Nutrición
Museu de Ciències Naturals de Barcelona

Producción



FINUT
Fundación Iberoamericana
de Nutrición



SOIEDAD ESPAÑOLA DE NUTRICIÓN



IUNS

Colabora



JUNTA DE ANDALUCÍA



PARQUE de las CIENCIAS
PRODUCCIÓN • GRANADA



GOBIERNO DE ESPAÑA



MINISTERIO DE AGRICULTURA, ALIMENTACIÓN Y MEDIO AMBIENTE



UGR

Universidad de Granada



GOBIERNO DE ESPAÑA



MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD

Empresas colaboradoras



Hidratando al Mundo desde 1886



INIA



PNUMA



Día Mundial del Medio Ambiente 2015
Siete mil millones de sueños.
Un solo planeta.
Consume con moderación.
Junio 5

Deconstrucción de un "trinixat". Petit Comitè / Raw Color



**museu
blau**

Museu de
Ciències Naturals
de Barcelona

museuciencies.cat
agenda.museuciencies.cat
facebook.com/museuciencies
@museuciencies

Consortio formado por:



Ajuntament de
Barcelona

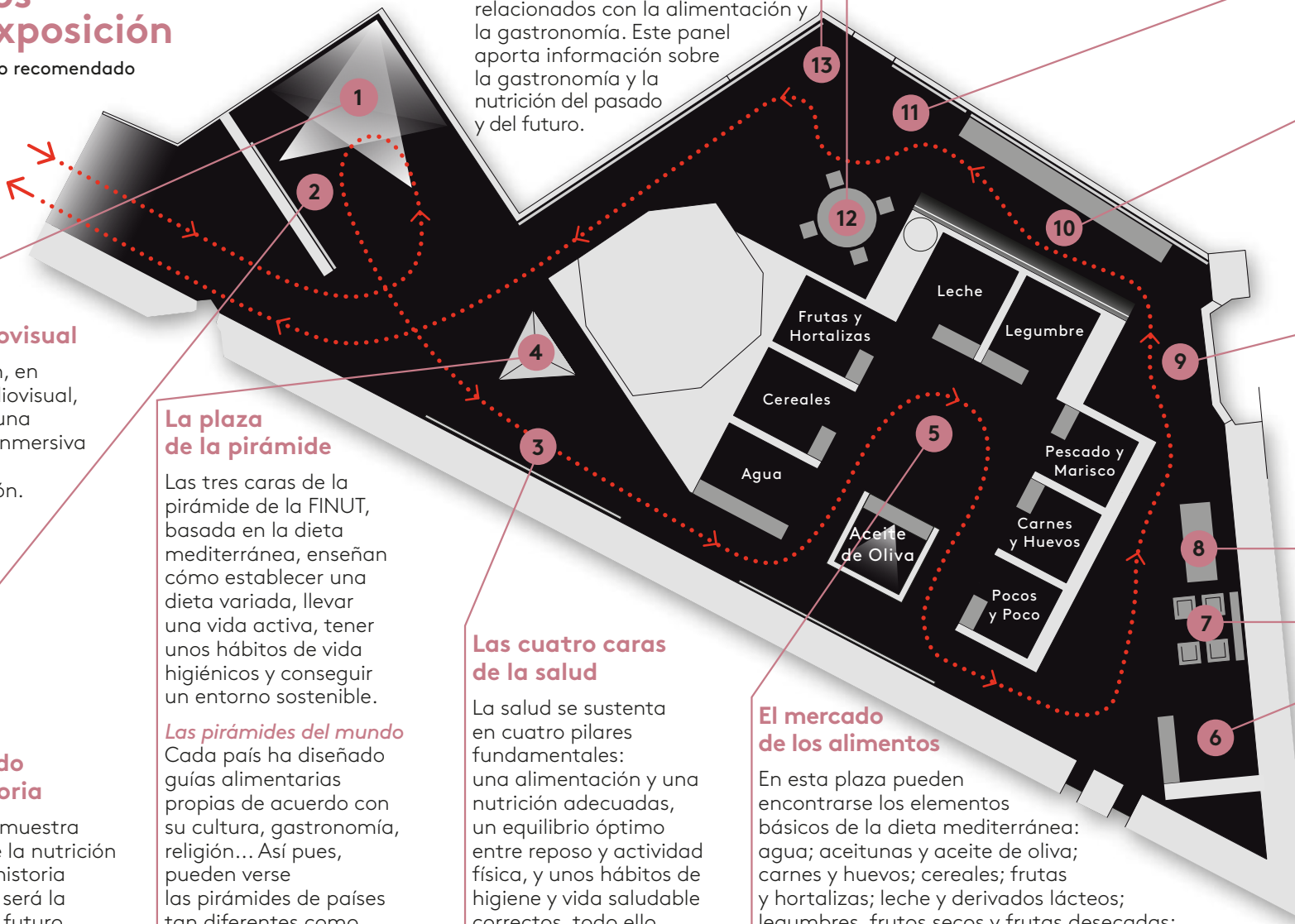


Generalitat de Catalunya
Departament
de Cultura

Un recorrido para descubrir conceptos fundamentales en materia de nutrición y salud en un entorno medioambiental sostenible.

Ámbitos de la exposición

••• Recorrido recomendado



Gran audiovisual

Presentación, en formato audiovisual, para iniciar una experiencia inmersiva en el mundo de la nutrición.

Un recorrido por la historia

Este ámbito muestra la historia de la nutrición desde la prehistoria hasta lo que será la nutrición del futuro, basada en la nutrigénómica.

La plaza de la pirámide

Las tres caras de la pirámide de la FINUT, basada en la dieta mediterránea, enseñan cómo establecer una dieta variada, llevar una vida activa, tener unos hábitos de vida higiénicos y conseguir un entorno sostenible.

Las pirámides del mundo

Cada país ha diseñado guías alimentarias propias de acuerdo con su cultura, gastronomía, religión... Así pues, pueden verse las pirámides de países tan diferentes como Argentina, Guatemala, Estados Unidos y Japón.

Nutrición y gastronomía. Una unión histórica y futura.

Universidad de Barcelona

La Universidad de Barcelona colabora con la exposición a través del Campus de la Alimentación Torribera dedicado a la investigación y la innovación en los ámbitos relacionados con la alimentación y la gastronomía. Este panel aporta información sobre la gastronomía y la nutrición del pasado y del futuro.

Sentarse a la mesa

Un interactivo nos invita a elaborar un menú de tres platos con los productos que se consumen

en once países diferentes y descubrir qué pasaría desde el punto de vista nutricional si se combinaran entre sí.

Nunca, nada

Existen sustancias, como las drogas, el tabaco y el alcohol, que está ampliamente demostrado que son perjudiciales para el cuerpo y no aportan ningún beneficio, por lo que hay que evitar su consumo.

Hábitos de vida saludables

Se basan en los siguientes binomios: reposo-actividad física, higiene-hábitos de vida saludables, medio ambiente-sostenibilidad

¿Cómo como?

Una aplicación informática permite evaluar si nuestros hábitos de vida son saludables y la dieta que seguimos es equilibrada.

Taller didáctico

Para saber más...

La dieta mediterránea

La dieta mediterránea es una valiosa herencia cultural que, a partir de la simplicidad y la variedad, ha dado lugar a una combinación equilibrada y completa de alimentos basada en productos frescos, locales y de temporada.

El mercado de los alimentos

En esta plaza pueden encontrarse los elementos básicos de la dieta mediterránea: agua; aceitunas y aceite de oliva; carnes y huevos; cereales; frutas y hortalizas; leche y derivados lácteos; legumbres, frutos secos y frutas desecadas; pescados y mariscos, así como otros alimentos de los que no hay que abusar.