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 com una cuestión de equilibrio entre la alimentación, los hábitos de vida saludables y un medio ambiente sostenible.

La nutrició és una

CUESTIÓN DE EQUILIBRIO

Deconstrucción de un "trinxat". Petit Comite / Raw Color

Exposición en Barcelona

Organiza
Consorci 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

SEÑ
SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NUTRICIÓN

IUNS

Colabora

JUNTA DE ANDALUCIA

PARQUE de las CIENCIAS
ANDALUCÍA · 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

The Coca-Cola Company
Hidratando al Mundo desde 1886

PULEVA

Alimentación, Comunicación
PRODUCTOS LÁCTEOS
INSUSTITUIBLES

NUTRICIÓN SALUD MEDIOAMBIENTE IMPULSO VITAL

PNUMA

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

nat **museu blau**
Museu de Ciències Naturals de Barcelona

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

Consorcio formado por:

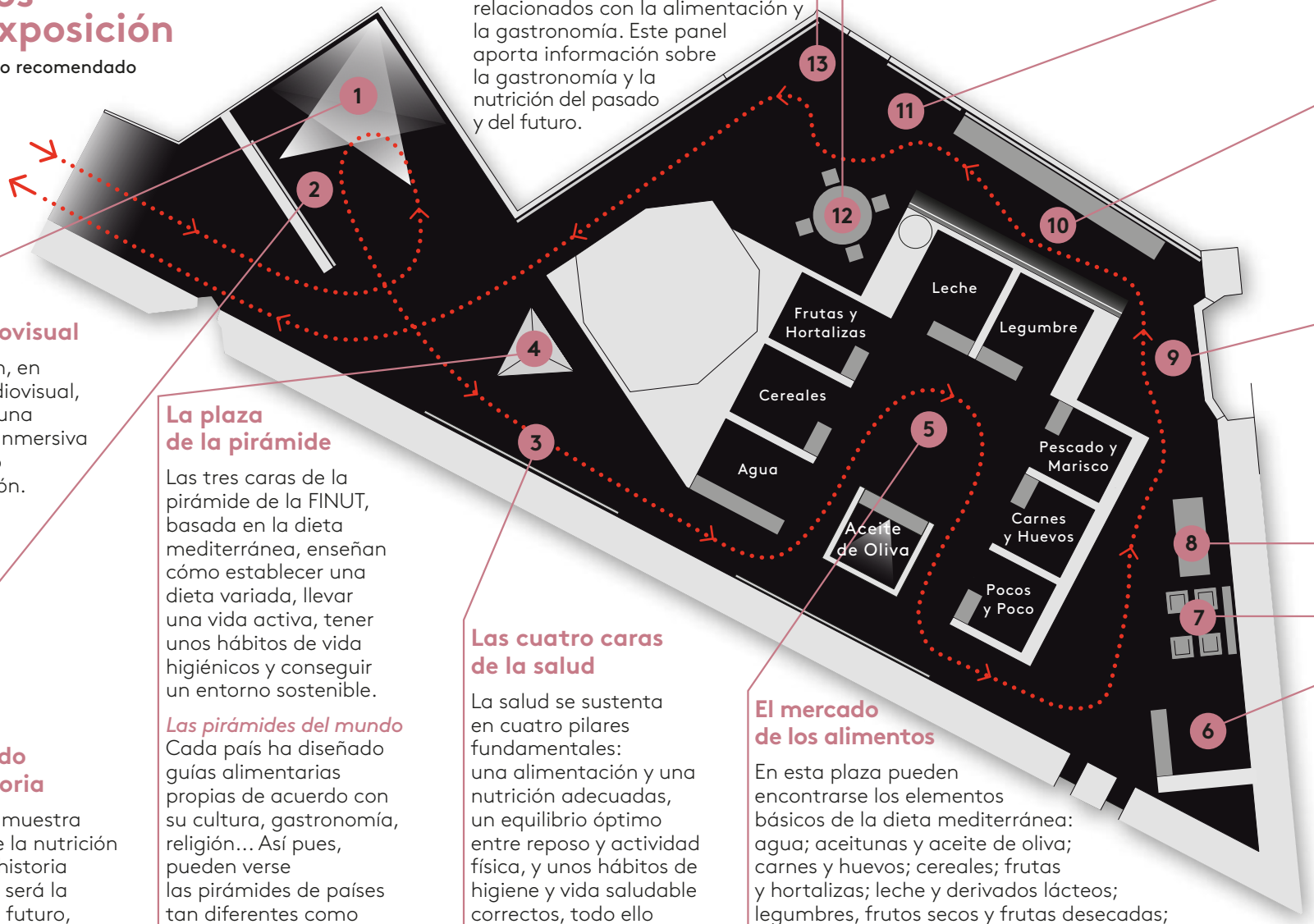
Ajuntament de Barcelona

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 nutrigenómica.

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.

Las cuatro caras de la salud

La salud se sustenta en cuatro pilares fundamentales: una alimentación y una nutrición adecuadas, un equilibrio óptimo entre reposo y actividad física, y unos hábitos de higiene y vida saludable correctos, todo ello englobado en un medio ambiente sostenible.

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.

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 combinasen 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.