

Webinar

# La alimentación y su influencia sobre el sistema inmune: Papel de los vegetales.

13 de enero de 2021, 18:00 – 19:30 h

Sociedad Española de Ciencias Hortícolas - Universidad Complutense de Madrid - Fundación Sabor y Salud



## RESPONSABLES:

Dra. Montaña Cámara y M<sup>a</sup> de Cortes Sánchez Mata.

Grupo de Investigación ALIMNOVA.

Dpto. Nutrición y Ciencia de los Alimentos. Facultad de Farmacia. UCM

## Descripción de la actividad:

La Asamblea General de la ONU ha adoptado las resoluciones que designan el año **2021 como Año Internacional de las Frutas y Hortalizas**. En esta actividad se analizará cómo una alimentación saludable, rica en alimentos de origen vegetal, y en el marco de una dieta variada y equilibrada, puede contribuir a mantener un mejor estado de salud, incluyendo un mejor funcionamiento del sistema inmune. El mantenimiento de los sistemas defensivos del organismo permite afrontar mejor las situaciones de riesgo, y en algunas situaciones como las derivadas de la actual pandemia, son nuestra mejor arma para hacer frente a las enfermedades infecciosas emergentes. Se analizará cómo una **alimentación saludable, rica en alimentos de origen vegetal**, y en el marco de una dieta variada y equilibrada, puede contribuir a mantener un mejor estado de salud, incluyendo un **mejor funcionamiento del sistema inmune**.

**MODALIDAD online:** El enlace a la plataforma virtual se enviará por correo electrónico a todos los inscritos.

**FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN:** <https://forms.gle/W9377SjU6NFWAJ7z7>

**INFORMACIÓN:** sech@sech.info

**ORGANIZAN:** Actividad conjunta SECH-UCM-FSS, derivada del convenio de colaboración SECH-Fundación Sabor y Salud, y del proyecto OTRI UCM-F Sabor y Salud (317-2020).

