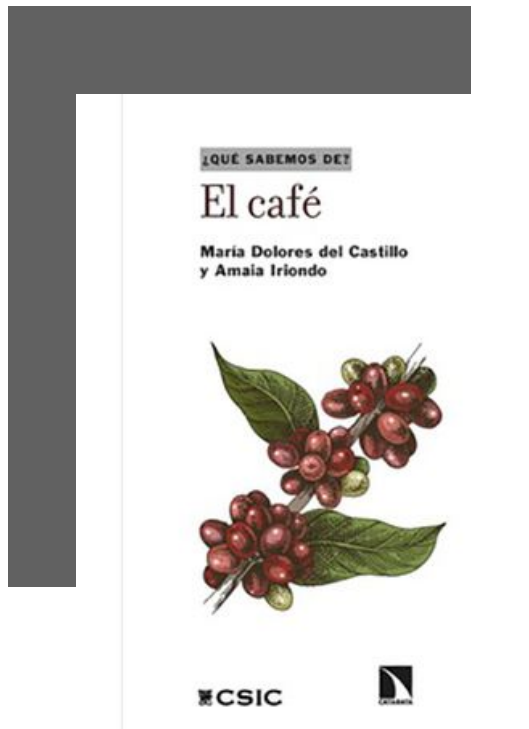


Què sabem de ...?

Del 16 d'octubre al 27 de novembre 2023
Presencial + Streaming

16 d'octubre



El café

El viatge del camp a la tassa del cafè. En aquest viatge es rebutjava de manera tradicional més del 90% de la cirera. D'aquest viatge es parla al llibre Què sabem de? El cafè. Amb aquest text contextualitzem i expliquem coneixements científics, en un llenguatge assequible a tothom, en aquest camp perquè la societat tingui accés als beneficis que podem obtenir de donar una segona vida a aquest producte tan apreciat i quotidià de manera global. Parlem de cafè i els seus derivats amb S, de saludable, sostenible, saborós i amb acceptació social.

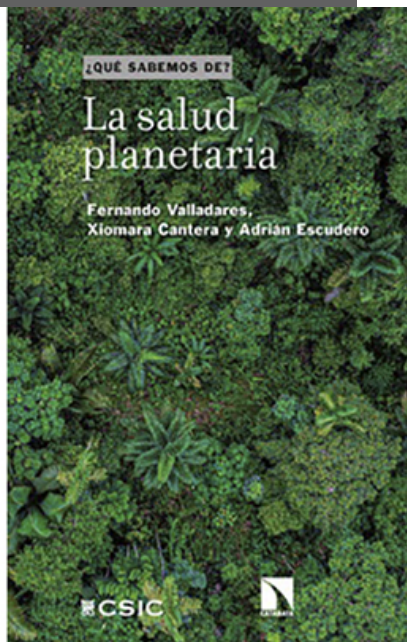


Dra. M. Dolores del Castillo

(CIAL, CSIC-UAM)

Llicenciada en Bioquímica i doctora en Ciència i Tecnologia dels Aliments. És investigadora científica del CSIC amb destinació a l'Institut de Recerca en Ciències de l'Alimentació (CIAL, CSIC-UAM) i cap del grup Biociència d'Aliments. La seva línia fonamental de recerca és Nutrició, Salut i Sostenibilitat. Ha realitzat una important tasca de recerca i formació de personal tècnic i universitari en aquesta temàtica de gran rellevància present i futur. Ha rebut la medalla Margarita Salas el 2023 per la seva tasca de formació de personal investigador.

23 d'octubre



La salud planetaria

A la presentació parlarem del concepte One Health , de la pèrdua d'espècies, canvi climàtic, producció d'aliments, límits planetaris, conservació o restauració de la natura, és a dir, parlarem dels continguts del llibre.

Podeu trobar més informació sobre la publicació aquí: https://www.catarata.org/libro/la-salud-planetaria_140739/ o aquí: <https://www.catalunyavanguardista.com/la-salud-planetaria/>

Catedr. Adrián Escudero

(Universitat Rey Juan Carlos)

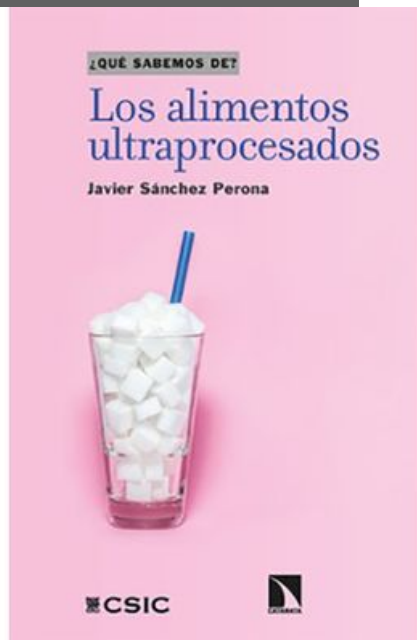
Catedràtic d'Ecologia a la Universitat Rey Juan Carlos, on és responsable de la unitat de Biodiversitat i Conservació. Ha publicat prop de 350 articles científics sobre diferents aspectes relacionats amb la pèrdua de biodiversitat i el canvi global.

Sra. Xiomara Cantera

(MNCN-CSIC)

Periodista especialitzada en medi ambient. Després de treballar al gabinet de premsa del CSIC, ara responsable de premsa al Museu nacional de Ciències Naturals (MNCN-CSIC), on dirigeix a més la revista digital de divulgació NaturalMente.

30 d'octubre



Els aliments ultraprocesats

Els aliments ultraprocesats ocupen cada vegada més espai als supermercats i el seu consum va en augment. Tot i això, nombrosos estudis estan vinculant el consum d'aquests aliments amb el risc de diverses malalties, com les cardiovasculars, l'obesitat, la diabetis i les neurodegeneratives, així com amb el risc de mort. Tot i la informació disponible, la població segueix sentint-se desinformada sobre aquest tema i no sempre és fàcil diferenciar un ultraprocesat del que no ho és. En aquesta conferència es donaran les claus que permeten identificar correctament aquests productes i, així, poder eliminar-los de la dieta.



Dr. Javier Sánchez Perona

(CSIC)

Llicenciat en Ciència i Tecnologia dels Aliments per la Universitat del País Basc i doctor en Química per la Universitat de Sevilla. Com a científic titular del CSIC, treballa en els efectes dels olis de la dieta en la salut humana i, com a professor associat de la Universitat Pablo de Olavide, imparteix docència al Grau de Nutrició Humana i Dietètica. És un apassionat de la comunicació científica i participa a nombrosos esdeveniments de divulgació. El seu blog és www.malnutridos.com i se'l pot trobar a xarxes socials com @malnutridos.

6 de novembre



Els superaliments

En els darrers temps s'ha generalitzat el concepte de superaliments, englobant aliments generalment exòtics, el consum aïllat dels quals serviria per prevenir -i fins i tot curar- certes malalties. En aquesta xerrada, després de descriure com desenvolupem les investigacions en nutrició per poder afirmar les propietats d'un aliment, s'abordaran alguns exemples de superaliments, intentant respondre algunes preguntes: Són tan beneficiosos com escoltem? Poden ser substituïts per aliments més comuns? El consum pot tenir algun efecte advers?



Dra. Jara Pérez Jiménez

(ICTAN-CSIC)

Doctora en Ciència i Tecnologia dels Aliments per la Universitat Autònoma de Madrid. Després d'haver treballat a centres de recerca d'Espanya, (incloent-hi l'Institut de Química Avançada de Catalunya, IQAC-CSIC, a Barcelona), França i els EUA, actualment és Científic Titular a l'Institut de Ciència i Tecnologia d'Aliments i Nutrició (ICTAN-CSIC) a Madrid, on investiga els efectes beneficiosos de certs compostos presents als aliments d'origen vegetal.

13 de novembre



Els falsos mites de l'alimentació

Desmuntant mites alimentaris a conCiència

La nova moda de no menjar gluten, fins i tot no sent celíac, està justificada? Per què les dietes detox no són tan miraculoses com expliquen? I l'oli de palmell, què hi ha de debò en la informació que ens arriba? És millor beure "llets" vegetals en lloc de llet de vaca? Aquests són alguns dels temes que es tractaran a la xerrada de l'investigador de l'Institut de Recerca en Ciències de l'Alimentació (CIAL), centre mixt del CSIC i la Universitat Autònoma de Madrid, Miguel Herrero. Basada al llibre *Els falsos mites de l'alimentació* de la col·lecció *Què sabem de?* aporta informació científica actualitzada a fi de desmentir algunes creences sobre els efectes del que mengem, parlant de superaliments, del sucre i els edulcorants, de la llet i la lactosa i, sobretot, de dades i estudis científics que avalen certes tendències i productes que, de vegades, porten a conclusions errònies.



Dr. Miguel Herrero

(CIAL-CSIC)

Doctor en Ciència i Tecnologia dels Aliments per la Universitat Autònoma de Madrid, i actualment desenvolupa la seva activitat investigadora a l'Institut de Recerca en Ciències de l'Alimentació (CIAL) del CSIC com a Investigador Científic. Ha contribuït a la publicació de nombrosos articles científics en revistes internacionals, així com capítols de llibre i ha coeditat un llibre relacionat amb els compostos bioactius presents en aliments marins, a més de dos llibres de la col·lecció *Què sabem de?* (Catarata/CSIC). Els principals interessos científics se centren en l'estudi i la caracterització de nous ingredients funcionals i la seva relació amb la salut, incloent-hi l'ús de tecnologies i processos nets d'extracció i tècniques analítiques multidimensionals avançades.

27 de novembre



Les algues que mengem

Les algues constitueixen un món apassionant, sobretot per la gran diversitat, les múltiples aplicacions i la potencialitat com a font de nous aliments del futur. Però les algues també poden contribuir de manera important a la sostenibilitat del planeta ja que són una font sostenible de matèria primera per a l'obtenció de productes alimentaris i per a la indústria farmacèutica i cosmètica. Al laboratori d'Alimentòmica treballem en el desenvolupament de processos ecològics integrats enfocats a la construcció d'una plataforma de biorefineria de microalgues i a l'estudi del seu efecte sobre la salut.



Prof. Dra. Elena Ibañez Ezequiel

(CIAL-CSIC)

Professora de recerca a l'Institut de Recerca en Ciències de l'Alimentació (CIAL, CSIC). La seva activitat principal inclou l'estudi i el desenvolupament de nous processos d'extracció verds basats en l'ús de fluids comprimits per a l'aïllament de compostos bioactius de fonts naturals com aliments, subproductes de la indústria agroalimentària, plantes i algues.

Entitats organitzadores



CSIC

UACC - CSIC
Delegació a Catalunya

Entitats col·laboradores



Residència d'Investigadors
C/Hospital, 64 08001 Barcelona
www.residencia-investigadors.es