

## ENCUENTRO CON LA CIUDADANÍA Alimentación y Salud

Presenta y modera

**Ilmo. Sr. Guillermo Viñegra García.**  
Viceconsejero de Salud. Departamento de Salud.  
Gobierno Vasco.



**19:15 Los beneficios de la dieta mediterránea.**  
Estudio PREDIMED

Presentación de los resultados del estudio PREDIMED. Cómo la dieta mediterránea reduce los problemas cardiovasculares a medio plazo.

**Fernando Arós.**  
Jefe del servicio de Cardiología del Hospital Universitario Araba (sede Txagorritxu)



**19:30 Anorexia: ¿Se puede prevenir?**

Mientras unos comen, otros engullen a solas pendientes del espejo. Mientras unos saborean, otros no encuentran ni tiempo para comer. ¿Puede tener esto algo que ver con la anorexia?

**Isabel Pérez de Lazarraga Villanueva.**  
Psicóloga clínica del programa de tratamiento intensivo de trastornos de la conducta alimentaria del Hospital Universitario Araba (sede Santiago).



**19:45 Cuando comer se vuelve peligroso.**

Los alimentos pueden producir alergias y cada edad tiene sus riesgos. ¿Te gustaría conocerlos?

**Maite Audicana**  
Alergóloga del Hospital Universitario Araba (sede Santiago).



**20:00 La obesidad: un problema de peso. Con David de Jorge (Robin Food)**

Cómo adelgazar sin salir de la cocina. Experiencia de un cocinero y paciente.

**Cándido Martínez Blázquez**  
Cirujano digestivo del Hospital Universitario Araba (sede Txagorritxu)  
**David de Jorge**  
Cocinero y presentador del programa "Robin Food"



**20:15 Discusión y debate abierto con el público**

El Hospital Universitario Araba organiza las **XIV** Jornadas de Investigación. Estas jornadas pretenden dar a conocer las últimas investigaciones realizadas por nuestros profesionales sanitarios para mejorar la salud de la población.



Este año el tema central de las jornadas es **"Alimentación y salud"**.



La alimentación es uno de los hábitos que más influyen en la salud. Una alimentación adecuada evita y cura enfermedades, ayuda a la persona a verse y sentirse mejor y aumenta el rendimiento físico y mental.



Expertos del Hospital Universitario Araba y un profesional de la cocina y paciente, como es el cocinero David de Jorge, hablarán de cómo hacer frente a diferentes problemas de salud relacionados con la alimentación.



**Esperando que resulte de vuestro interés, os invitamos a asistir.**

**27 Noviembre**  
19:00 h  
**SALA AJURIA**  
c/ General Álava, 7

# XIV JORNADAS DE INVESTIGACIÓN DEL HOSPITAL UNIVERSITARIO ARABA

## ALIMENTACIÓN Y SALUD encuentro con la ciudadanía



alimentación  
dieta  
alergias  
Obesidad  
trastornos  
salud

antolatzaileak  
organizadores



OSAKIDETZA



DEPARTAMENTO DE SALUD

laguntzaileak  
colaboradores



Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz  
Vitoria-Gasteizko Udala

# ARABAKO UNIBERTSITATE OSPITALEKO XIV IKERKUNTZA JARDUNALDIAK

ELIKADURA ETA OSASUNA  
herrietarrek topagunea



trastornoak  
osasuna  
dieta  
obesitatea  
elikadura  
alergiak

Arabako Unibertsitate Ospitaleak XIV Ikerkuntza Jardunaldiak antolatu ditu. Jardunaldion helburua da gure profesionalak herritarren osasuna hobetzeko egindako azken ikerketak ezagutzera ematea.



Aurten jardunaldien gai nagusia da "Elikadura eta osasuna".



Elikadura da osasunean eragin handia duen azturaren bat. Elikadura egokiak gaixotasunak saihestu eta sendatzen ditu, pertsonari laguntzen dio bere burua hobetu ikusten eta sentitzen, eta errendimendu fisiko eta mentala handitzen ditu.



Arabako Unibertsitate Ospitaleko adituek eta sukaldaritzako profesionala eta bide batez pazientearen David de Jorge sukaldariak azalduko egingo dute nola egin aurre elikadurarekin zerikusia duten zenbat arazori.



Zuen interesekoa delakoan, gonbidatu nahi zaituztegu.

Azaroaren 27

19:00 h

AJURIA GELA

Araba Jeneralaren kalea, 7

HERRITARREKIN BILERA  
Elikadura eta Osasuna

Aurkeztu eta moderatzen du:

Guillermo Viñegra García jaun gorena  
Osasuneko sailburuordea. Osasun saila. Eusko Jaurlaritza.



19:15 Dieta mediterraneoaren onurak.  
PREDIMED ikerketa.

PREDIMED ikerketaren emaitzak aurkeztea. Nola gutxitzen ditu dieta mediterraneoak arazo kardiobaskularrak epe ertainean?

Fernando Arós.

Antolatzailea:

Arabako Unibertsitate Ospitaleko (Txagorritxu egoitza) Kardiologiako zerbitziburua



19:30 Anorexia: aurea hartu dakiok?

Batzuek jaten duten bitartean, beste batzuek bakarrik irensten dute ispiluari begira. Batzuek dastatzen duten bitartean, beste batzuek ez dute jateko denborarik aurkitzen. Horrek zerikusirik ote du anorexiarekin?

Isabel Pérez de Lazarraga Villanueva.

Arabako Unibertsitate Ospitaleko (Santiago egoitza) elikatze jokabidearen nahasteen tratamendu intentsiboaren programaren psikologo klinikoa.



19:45 Jatea arriskutsua bihurtzen denean.

Jangaiek alergiak sor ditzakete eta adin bakoitzak bere arriskuak ditu. Ezagutu nahi al dituzu?

Arabako Unibertsitate Ospitaleko (Santiago egoitza) alergoeloa



20:00 Gizeneria: pisuzko arazoa. David de Jorgerekin (Robin Food)

Nola argaldu sukaldetik atera gabe? Sukaldari eta pazientearen esperientzia

Cándido Martínez Blázquez

Arabako Unibertsitate Ospitaleko (Txagorritxu egoitza) digestioko kirurgialaria

David de Jorge

Sukaldaria eta "Robin Food"- programa aurkezlea



20:15 Eztabaida irekia publikoarekin

antolatzaileak  
organizadores



laguntzaileak  
colaboradores

