



Aula DV - Tienes que adelgazar: te lo digo ¿por tu salud?



07.Juil 2025

Cod. W06-25

Modalité:
En personne

Édition
2025

Type d'activité
Activité ouverte

Date
07.Juil 2025

Location
Miramar Palace

Langues
Espagnol

Comité d'organisation



Description

¿De verdad se preocupan por nuestra salud... o por qué encajemos en un molde?

En esta conferencia, desmontaremos con evidencia y mirada crítica uno de los discursos más normalizados (y peligrosos) de la cultura de dieta: la idea de que adelgazar es siempre sinónimo de salud.

Analizaremos cómo esta narrativa se cuela en las consultas médicas, en los medios y en nuestras relaciones, y por qué acaba generando más culpa, vergüenza y desconexión que bienestar.

Exploraremos qué dice realmente la ciencia sobre peso y salud, cómo opera el estigma corporal, y qué alternativas existen para cuidar el cuerpo sin convertirlo en un proyecto de adelgazamiento permanente.

Una charla para repensar el cuidado desde el respeto, la autonomía y la evidencia... no desde el juicio.

Objectifs

-

En collaboration avec



Programme

07 07 2025

19:00 - 20:15

Conférence

Gabriela Uriarte | Responsable de GU NUTRICIÓN - Dietista-nutricionista

Mitxel Ezkiaga Diario Vascoko kazetariak hizlariarekin elkarrizketa izango du hitzaldia amaitutakoan / **El periodista del Diario vasco Mitxel Ezkiaga mantendrá un diálogo con la ponente una vez finalizada la conferencia**

Professeurs



Gabriela Uriarte

Soy graduada en Nutrición Humana y Dietética y Master Universitario Europeo en Alimentación y metabolismo. Especialista en conducta alimentaria desde hace más de 12 años ayudo a personas online y de manera presencial en mi centro interdisciplinar GUNUTRICION. Soy autora de dos libros, tengo un podcast "al salir de consulta" y presento en ETB2 A bocados, un programa de nutrición y gastronomía desde hace 8 años. Trabajo desde el prisma de la no dieta y la peso inclusión, que celebra la diversidad corporal y busca que las personas se cuiden de manera personalizada y sin dieta

Tarifs inscription

INSCRIPCIÓN- PRESENCIAL

JUSQU'AU 07-07-2025

Général

0 EUR

Lieu

Miramar Palace

Pº de Miraconcha nº 48. Donostia / San Sebastián

Gipuzkoa