

Seminario- Taller Salud Medioambiental:

¿Cómo descontaminar nuestras casas y sitios de trabajo?

Fecha: miércoles 5 de diciembre de 2018.

Duración: 4h.

Horario: de 17:00 a 21:00h.

Ecología Humana y Cotidiana

La salud se crea y se vive en el marco de la vida cotidiana; en los centros de enseñanza, de trabajo y de recreo. La salud es el resultado de los cuidados que uno se dispensa a sí mismo y a los demás, de la capacidad de tomar decisiones y controlar la vida propia y de asegurar que la sociedad en que uno vive ofrezca a todos sus miembros la posibilidad de gozar de un buen estado de salud.

(Carta de Ottawa, 1986).

Reconocemos que vivimos en un planeta de características únicas en el universo, con cascadas, ríos y riachuelos, montañas, mares, bosques, y otros que no solo nos proporcionan el alimento para la vida, sino el aire que respiramos, el agua, el sol, las vitaminas, oligoelementos y demás sustancias para mantenernos como especie. Aún así, día a día lo contaminamos cada vez más y cada uno de nosotros es responsable por esa contaminación y despilfarro de los recursos naturales que se agotan a un ritmo verdaderamente acelerado. El conocimiento de nuestras acciones diarias nos hará más responsables del cuidado de nuestro hogar y poco a poco del planeta. Por eso proponemos esta conferencia, para acercar a los asistentes el conocimiento de los elementos que en nuestra cotidianidad nos contaminan sin darnos cuenta y, a la vez, cómo contaminamos y despilfarramos por no tener hábitos de cuidado.

Objetivos:

De una manera sencilla queremos que los participantes reciban conocimientos que los ayuden a formar un criterio y a cambiar la actitud a la hora de decidir sobre los cuidados medioambientales, y por consecuencia sobre su salud. La palabra “Eco-logía” (*Ekos*=casa, *Logos*= estudio) se refiere al conocimiento de nuestra casa. “Cotidiana” hace referencia a lo que día a día vivimos y lo

“humano” hace referencia a los factores físicos, psicológicos, emocionales, sociales y ambientales con los que como humanos interactuamos constantemente.

Metodología:

Charla introductoria en donde se darán elementos de análisis, comprensión y reflexión. Se impartirán cuatro horas de taller práctico en donde se verá la problemática de la salud ambiental y las soluciones prácticas para controlar la contaminación.

A quién va dirigido:

Abierto a toda persona con interés en la salud medioambiental.

Programa:

1.-Alimentos:

- Contaminación en nuestros alimentos. Alimentos poco recomendados. ¿Qué es un transgénico? ¿Qué es un aditivo? ¿Qué son las nanopartículas alimentarias y el riesgo de su consumo para la salud de las personas y del medio ambiente?
- Problemas de salud de los productos alimenticios. Alimentos procesados, empaquetados, enlatados, envasados.
- Bacterias en los alimentos: medidas preventivas.

2.- Contaminación en la cocina: Horno microondas. Utensilios y recipientes. Formación de acrilamida por calor en preparación de alimentos.

3.- El aire en las casas y oficinas: Disruptores endocrinos.

4.- Contaminación electromagnética y acústica en las oficinas y hogar.

Imparte: Albert Ronald Morales.

Investigador, bioquímico, creador de la Frutoterapia. Escritor. Ha publicado 5 libros sobre Frutoterapia y alimentación sana distribuidos en Colombia, Argentina, España, Italia, México y Portugal.