

PROGRAMA SEMANA DE LA CIENCIA 2026



Nutrir la Mente: Alimentación para una correcta Salud Mental



16 de noviembre de 2026



Horas	Título
12:00 a 12:30	Parte 1: Charla “El papel de la nutrición en la salud mental”
	La conexión entre alimentación, cerebro y bienestar emocional
	Mitos y realidades sobre la alimentación y la salud mental
12:30 a 14:00	Parte 2: Talleres prácticos
	Taller 1. Juego "¿Qué come tu cerebro?"
	Taller 2. Diseña un menú para tu cerebro