

¡Bienvenid@ a Nestlé4Experts, la nueva newsletter sobre investigación nutricional y salud!

Cada tres meses, compartiremos contigo los avances más relevantes en investigación nutricional y su impacto en la salud, a los que tenemos acceso gracias a contar con la red privada propia de I&D más importante del mundo donde trabajan 3.900 científicos y académicos de primer nivel. Además, conoceremos de primera mano a una persona relevante de la comunidad científica y te facilitaremos una agenda con jornadas, seminarios y congresos de interés. Esperamos que toda esta información te ayude en tu día a día en la consulta y te invitamos a trasladarnos tus comentarios.

1 Investigación

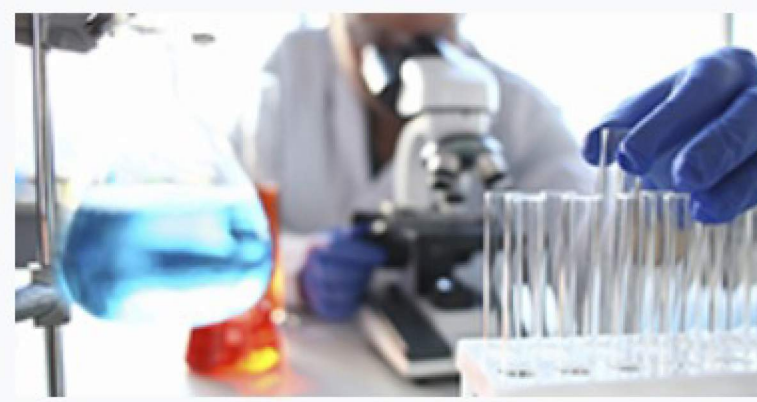


Las dietas flexitarias podrían ser las más beneficiosas para la salud

Científicos del Nestlé Research, en colaboración con la University Hawaii Cancer Center, sugieren que la dieta flexitariana podría ser la más beneficiosa para la salud, ya que combina los beneficios nutricionales de las dietas veganas, vegetarianas y omnívoras.

Fuente – Molecular Nutrition & Food Research

[Leer artículo](#)



Factores determinantes del “bienestar subjetivo” y sus implicaciones para el cuidado de la salud

Conocer cómo se mide el “bienestar subjetivo” es determinante para definir cómo debería ser el sistema de salud.

Fuente - Nestlé Nutrition Institute

[Leer más](#)



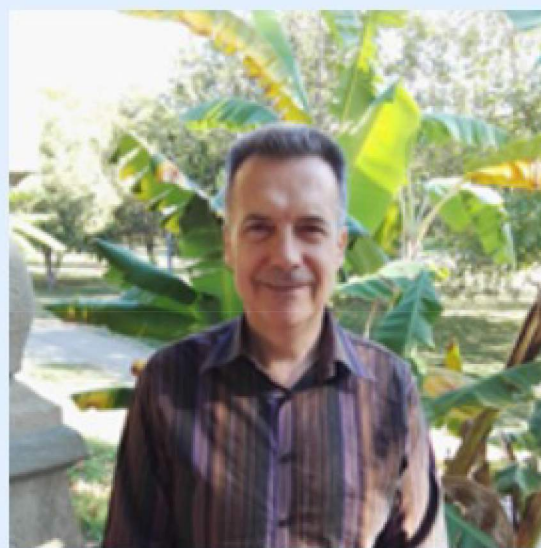
¿Comer con una vajilla más pequeña reduce la ingesta de energía?

Los estudios realizados hasta el momento apuntan que sí. Pero, ¿qué calidad científica tienen?

Fuente - International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity

[Leer más](#)

2 Experto



“Es probable que haya personas que sigan una dieta flexitariana pero no se declaren como tales”

Dr. Andreu Farran Codina

Codirector del Postgrado sobre Vegetarianismo y Nuevas tendencias en alimentación de la Universidad de Barcelona

[Sigue leyendo](#)

3 Próximos eventos

FEBRERO 2020

20-22 de febrero, Málaga
XI Congreso de la Sociedad Andaluza de Nutrición Clínica y Dietética.

28-29 de febrero, Valencia
I Congreso sobre Actividad Física, Deporte y Nutrición.

MARZO 2020

2-3 marzo, Roma
25th International Conference on Clinical Nutrition.

11-13 marzo, Zaragoza
IV FESNAD 2020 Una alimentación sostenible para una nutrición saludable.

11-13 marzo, Madrid
XVI Congreso SEEDO.



4 Te escuchamos

Nos interesa tu opinión

Estamos abiertos a nuevas propuestas, sugerencias y temáticas de tu interés.

[Escribe aquí](#)