

El Instituto de Salud Cardiovascular INSCOR presenta sus talleres de Alimentación Saludable: CocinandoSalud

El Instituto de Salud Cardiovascular (INSCOR) desarrollará a partir del próximo 29 de marzo de 2019 un programa práctico-formativo para reforzar el hábito de una alimentación saludable, suficiente equilibrada y adaptada a las diferentes necesidades del individuo

La alimentación es el hábito con mayor repercusión en la salud, por ello, la participación e intervención médica en el campo de la alimentación saludable y de la gastronomía es necesaria. Sin embargo, a menudo no se es consciente de la importancia de una buena alimentación.

Por ese motivo, el Instituto de Salud Cardiovascular propone su programa CocinandoSalud. Se trata de talleres de alimentación saludable dirigidos a aquellas personas que se preocupan por su salud y les gusta la gastronomía. “Los talleres CocinandoSalud son el complemento práctico necesario a las pautas dietéticas que cada día prescribimos”, apunta Carla Pallarols, responsable del servicio de dietética y nutrición de INSCOR.

Tal y como afirma Susana Flores, coordinadora asistencial de INSCOR y del programa Cocinando Salud, “un tema tan importante como el de la salud y la alimentación, debe ser abordado por diferentes profesionales en cada una de sus competencias y bajo supervisión médica, como la que en este caso, ejerce el Institut de Salut Cardiovascular de Barcelona, centro dedicado a la prevención sanitaria desde hace 25 años”.

La novedad del servicio está en la participación y trabajo en equipo de los diferentes profesionales que abordan cada uno de los aspectos necesarios para alcanzar una alimentación equilibrada, saludable y complaciente desde el punto de vista gastronómico.

Los talleres

Los talleres CocinandoSalud son un curso completo de cocina, en el que se pretende dar a conocer los principios básicos de una alimentación saludable, variada y equilibrada a través de una cocina exquisita. Los talleres se llevan a cabo bajo supervisión médica y en ellos participan diversos profesionales de la salud, dietética-nutrición, restauración y gastronomía.

“El conocimiento compartido y trabajo en equipo con los diversos profesionales de la salud y alimentación, globalmente mejorará la calidad de nuestra gastronomía” dice Nina Gay, responsable de Gastronomía y Restauración de INSCOR.

CocinandoSalud se complementa con un portal web abierto con retransmisión on line de los talleres,

con amplios contenidos informativos que ayudarán a ejercer el derecho a saber que se come y como alimentarse mejor.

El primer evento tendrá lugar el 29 de marzo de 2019 en las instalaciones del Instituto de Salud Cardiovascular de Barcelona (C/ Folgueroles, 12. Barcelona). El aforo está limitado a 15 personas y la duración del taller y la degustación tendrán una duración aproximada de dos horas y media.

El coste del curso tiene un precio de 35€. La inscripción a los talleres se puede hacer a través de la página web: www.cocinandosalud.net , llamando al 934251962 o bien, a través del correo electrónico cocinandosalud@inscorbcn.com.

Acerca del Instituto de Salud Cardiovascular INSCOR

El Institut de Salut Cardiovascular es un centro médico especializado en cardiología clínica y prevención cardiovascular. El centro lleva más de 20 años en marcha, por lo que cuenta con cardiólogos con reconocida experiencia y prestigio en la especialidad.

El centro ofrece atención médica diaria y tecnología cardiológica de última generación. Asimismo, ofrecen una gran variedad de servicios como Rehabilitación Cardíaca, psicología clínica, dietética y nutrición, revisión deportiva, entre otros.

Datos de contacto:

INSCOR SL

934251962

Nota de prensa publicada en: [BARCELONA 08022](#)

Categorías: [Medicina](#) [Nutrición](#) [Gastronomía](#) [Eventos](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>