

ENCUENTROS EL MERCURIO



Eliana Reyes, Bárbara Descalzi y Ricardo Chávez
¿HAY RIESGOS EN EL AYUNO INTERMITENTE?

MIÉRCOLES 17 DE ABRIL / 18:30 HORAS / ONLINE

Se ha probado que restringir la alimentación a un cierto lapso de tiempo cada día otorga ventajas cardiometabólicas al organismo. Pero una investigación preliminar arrojó algunas alarmas en torno a esta práctica. ¿Existen realmente riesgos en el ayuno intermitente? Las nutriólogas Eliana Reyes y Bárbara Descalzi conversan con el profesor Ricardo Chávez.

Eliana Reyes: Médico cirujana de la Universidad de Chile, nutrióloga y magíster en Ciencias Médicas con mención en Nutrición Clínica. Desde hace 10 años es la directora de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de los Andes.

Bárbara Descalzi: Médico de la Universidad del Desarrollo. Magíster en Nutrición Clínica de la Pontificia Universidad Católica de Chile. Nutrióloga clínica en Instituto Nacional del Cáncer, Clínica Meds y Clínica Nueva Cordillera.

Ricardo Chávez: Profesor de Educación Física de la Universidad de Concepción. Postgrado en Nutrición Deportiva por la Universidad de Barcelona. Preparador físico y asesor nutricional. @pollo_fit

Valores: Socios Club de Lectores \$5.000*/Público General \$10.000
Suscribese a Encuentros El Mercurio y Acceda a todos los eventos del mes por \$1000 el primer mes
y a partir del 2do mes UF 0,21 mensual.

Venta de entradas y suscripción en +562 27536363, Casa Club Santa María 5542. Compra online y más información
en www.encuentrosemmercurio.cl (El ticket permite ver los Encuentros en vivo o después de la transmisión)

*Para suscribirse a El Mercurio visite www.elmercurio.com