



MEDING
Centro Interdisciplinario de Investigación
Biomédica e Ingeniería para la Salud



**Universidad
de Valparaíso**
CHILE

- Decanato Facultad de Medicina
- Escuela de Medicina
- Doctorado en Ciencias e Ingeniería para la Salud - DCIS



1º JORNADA INTERDISCIPLINAR DE VINCULACIÓN CON EL MEDIO

"Natación en Equilibrio: Salud, Océano y Vida Marina"

21

Diciembre

9:00am – 13:30pm

Angamos 655

Reñaca,
Universidad de Valparaíso
Piso 10, auditorio 10.2

Bárbara Hernández "La Sirena de hielo".
Charla magistral "Cuerpo y mente, los
desafíos de la natación en aguas gélidas."



"Natación en aguas abiertas: seguridad,
técnica y adaptación al mar"



Objetivos de la Jornada



Informar sobre los impactos positivos de la natación en la salud mental



Educar sobre la importancia de una alimentación adecuada para optimizar el rendimiento y la recuperación en la natación



Promover la práctica de la natación en aguas abiertas como una herramienta para fortalecer el sistema inmunológico



Concientizar sobre la riqueza de la biodiversidad marina y la importancia de la protección de los ecosistemas.

Inscripción gratuita (100 cupos)

<https://forms.gle/xCUGxLG8c9B2FLz47>



Organiza

Nautilus Natación

Universidad de Valparaíso:

- Decanato Facultad de Medicina
- Escuela de medicina
- MEDING
- DCIS

Pilar Muñoz, Bióloga marina.
MSc. Oceanografía.
"El océano y nuestra felicidad:
5 conexiones esenciales"



Contacto: paulina.gonzalezd@postgrado.uv.cl