

INFORMACIÓN GENERAL

Información completa en www.cursosdeveranoydeextensionuc.es

INICIO DEL PLAZO DE MATRÍCULA EN EL CURSO: 18/05/2022

FINALIZACIÓN DEL PLAZO DE MATRÍCULA EN EL CURSO: 08/07/2022

TARIFAS DE LOS CURSOS

Anticipada: 32 €. Matriculas formalizadas y pagadas íntegramente hasta 8 días naturales antes de la finalización del periodo de matrícula del curso. Si se eligiera esta opción, no se efectuará reintegro del dinero abonado, salvo anulación del curso.

Ordinaria: 79 €. Matriculas formalizadas y pagadas íntegramente dentro de los 7 días naturales anteriores a la finalización del periodo de matrícula del curso.

Reducida: 47 €. (Residentes del municipio donde se imparta el curso, alumnado de la UC, jóvenes (nacidos en 1997 y posteriormente), personas en situación de desempleo y miembros de ALUCAN). Deberán ser formalizadas y pagadas íntegramente dentro de los 7 días naturales anteriores a la finalización del periodo de matrícula. Se deberá acreditar documentalmente su pertenencia al colectivo correspondiente.

Superreducida: 32 €. (Personas mayores -al menos 65 años-, familias numerosas o discapacitados/as). En los dos últimos casos, se acreditará mediante fotocopia del título actualizado de familia numerosa o de la tarjeta de discapacidad. Deberán estar formalizadas y pagadas íntegramente a la fecha del cierre de la matrícula del curso.

En caso de necesitar factura, contactar previamente con la Secretaría para facilitar datos fiscales. En ningún caso se emitirá factura por matrículas ya pagadas.

DEVOLUCIONES

Se devolverá siempre el importe de la matrícula a quienes se hayan inscrito en un curso que posteriormente sea anulado por la Dirección de los Cursos, independientemente del tipo de tarifa aplicada.

En ningún caso se devolverá el importe de la matrícula a aquellas personas/empresas que hayan escogido la modalidad de matrícula anticipada, salvo en los casos de anulación del curso.

El alumnado que se haya acogido a las tarifas ordinaria, reducida o superreducida podrá solicitar devolución del importe de la matrícula siempre que se justifique documentalmente su imposibilidad de asistencia al curso por motivos de fuerza mayor, con al menos tres días naturales de antelación al comienzo del mismo. Se valorará y resolverá cada uno de los expedientes, haciéndose efectivas las devoluciones a partir del mes de octubre.

DIPLOMAS

Al finalizar cada curso se emitirá un diploma de asistencia expedido por el Rector de la Universidad de Cantabria. Para su obtención, el alumnado deberá acreditar su participación en, al menos, el 80% de las horas lectivas del curso. Por ello, se realizará un control diario de asistencia del alumnado en cada curso.

Se emitirán diplomas de participación a quienes habiendo asistido al curso no hayan acreditado su presencia en el mínimo de horas lectivas exigido. Estos diplomas no tienen valor para la convalidación de créditos.

RECONOCIMIENTO DE CRÉDITOS PARA LOS ESTUDIANTES DE GRADO DE LA UNIVERSIDAD DE CANTABRIA

De modo general, los Cursos de Verano y de Extensión Universitaria organizados por la UC en las diferentes sedes son objeto de reconocimiento de créditos ECTS para los estudiantes de Grado con cargo a actividades de carácter cultural. Se aplicará el reconocimiento de 1 crédito por cada curso de 20 y 30h. y 0,5 créditos por los cursos de 10 y 15 horas.

COLABORA

AYUNTAMIENTO DE LAREDO



Secretaría de Cursos de Verano
y de Extensión Universitaria

Edificio Tres Torres, Torre C, planta -2
Avda. Los Castros, s/n 39005 Santander

Tel. 942 200 973

cv.ceu@unican.es

www.cursosdeveranoydeextensionuc.es



LAREDO

LA.2.5 LA IMPORTANCIA DE LA MICROBIOTA

Laredo, 12 y 13 de julio

DIRECCIÓN

ÁNGELA QUINTAS ALONSO

Química Clínica y Orgánica. Experta en Nutrición y Microbiota

cursos de verano

UNIVERSIDAD DE CANTABRIA

20
22

OBJETIVOS DEL CURSO

Cada uno de nosotros tenemos una microbiota propia y única, no hay dos iguales. Por eso muchas veces se dice que es nuestro código de barras. Además, contiene gran cantidad de datos: lugar de nacimiento, cómo te alimentaste durante los primeros meses de vida, si consumes ultraprocesados, qué fármacos has tomado... Este órgano lleno de bacterias evoluciona hasta que cumplimos cuatro años, permanece más o menos constante cuando somos adultos, siempre que no haya nada que lo altere y presenta variaciones en nuestra vejez. Es cierto que no solo contamos con la microbiota intestinal, podemos hallar estos microorganismos en la boca, la nariz, la piel, el esófago, el estómago, los pulmones o el cerebro. Sin embargo, la microbiota que habita en nuestro intestino es la más importante en número y diversidad de bacterias.

En este curso analizaremos la importancia de la microbiota desde varios enfoques: químico, nutricional, psicológico, farmacéutico y neurocientífico. Entender de forma sencilla qué es la microbiota y cómo actúan en nuestro organismo. ¿Vivimos en simbiosis con nuestras bacterias?

Descubriremos el eje intestino-cerebro y cómo todo esto afecta a nuestro equilibrio físico y mental. Estudiaremos la importancia de la alimentación y los hábitos de consumo. Analizaremos la diferencia entre prebióticos y probióticos, así como las diferentes patologías y alteraciones en nuestra microbiota por el consumo de fármacos.

Dirigido a profesionales de la salud, docentes y público general interesado en ampliar, comprender o conocer el mundo de la microbiota.

PROFESORADO

JONATHAN BENITO SIPOS

Doctor en Biología Celular y Genética. Facultad de Ciencias. UAM

ÁNGELA QUINTAS ALONSO

Química Clínica y Orgánica. Experta en Nutrición y Microbiota

SARA VALCÁRCEL MILLÁS

Licenciada en Psicología. Especialista en Clínica y Psicoterapia Psicoanalítica

PROGRAMA

Martes, 12 de julio

9:15 h. a 9:30 h. Recepción de participantes

9:30 h. a 11:30 h. *Microbiota, ¿vivimos en simbiosis?*

ÁNGELA QUINTAS ALONSO

11:30 h. a 12:00 h. Descanso

12:00 h. a 14:00 h. *¿Cómo el estrés puede dañar nuestra microbiota?*

SARA VALCÁRCEL MILLÁS

16:00 h. a 18:00 h. *Obesidad. Consumo de alimentos ultraprocesados.*

Taller de leer etiquetas

ÁNGELA QUINTAS ALONSO

Miércoles, 13 de julio

9:30 h. a 11:30 h. *El eje: microbiota, intestino, cerebro*

JONATHAN BENITO

11:30 h. a 12:00 h. Descanso

12:00 h. a 14:00 h. *¿Qué nos puede aportar en un futuro el conocimiento de nuestra microbiota?*

SARA VALCÁRCEL MILLÁS

JONATHAN BENITO SIPOS

ÁNGELA QUINTAS ALONSO

14:00 h. a 14:15 h. Clausura

Horas: 10

Plazas: 20

Lugar de impartición: **Escuela Oficial de Idiomas.**

C/ Reconquista de Sevilla,4. Laredo

CURSO RECONOCIBLE CON 0,5 CRÉDITOS CON CARGO A ACTIVIDADES CULTURALES (GRADO) DE LA UNIVERSIDAD DE CANTABRIA

CURSO SUJETO AL RECONOCIMIENTO, VÍA COMISIÓN DE RECONOCIMIENTO DE ACTIVIDADES DE FORMACIÓN, POR LA CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL DE CANTABRIA A EFECTOS DE FORMACIÓN DEL PROFESORADO DE PRIMARIA Y SECUNDARIA, SEGÚN LA ESPECIALIDAD DEL DOCENTE

