

¡Bienvenid@ a Nestlé4Experts, tu newsletter sobre nutrición y salud!

En esta nueva edición de la newsletter que nos conecta con todos vosotros, los profesionales sanitarios, queremos aprovechar para deseáros unas Felices Fiestas, y agradecer y reconocer el trabajo que muchos de vosotros haréis en fechas señaladas, mientras la mayoría de personas estarán festejando las Navidades o el Año nuevo. En esta entrega, nos centramos en un alimento con tantas bondades como mitos: la soja. Contamos con la colaboración de Imma Palma, directora del Grado en Nutrición Humana y Dietética de la Facultad de Ciencias de la Salud Blanquerna, que nos contará las propiedades de esta legumbre para la salud y de dónde vienen algunas creencias erróneas que la rodean, mientras reflexionamos sobre los mitos en nutrición. Además, te facilitamos una agenda con los eventos y fechas más importantes de los próximos meses. Por último, te animamos a hacernos llegar tus sugerencias y comentarios para seguir mejorando, ¡te escuchamos!

## 1. Ciencia y salud



### Por qué es una buena idea incluir soja en la alimentación, y desterrar algunos mitos sobre ella

La irrupción de la soja en la alimentación ha sido vista como un hecho positivo para muchos, pero también ha suscitado algún que otro debate. Indudablemente, la soja llegó para quedarse, gracias a su versatilidad y cualidades nutricionales.

[Lee el artículo](#)

## 2. Expert@



*"El hecho de que las proteínas de la soja sean de alta calidad está derivando hacia un mayor consumo, como sustitutivo de carnes y otros alimentos de origen animal"*

### Imma Palma

Imma Palma es licenciada en Ciencias Biológicas, Dietista y Doctora por la Universidad de Barcelona (UB). Directora del Grado en Nutrición Humana y Dietética de la Facultad de Ciencias de la Salud Blanquerna (Universitat Ramon Llull). Es miembro de honor de la Academia Española de Nutrición y Dietética y del Col·legi de Dietistes-Nutricionistes de Catalunya.

[Sigue leyendo](#)

## 3. Próximos eventos

### DICIEMBRE 2023

21  
Día Nacional del Niño con Cáncer

### FEBRERO 2024

4  
Día Mundial contra el Cáncer

10  
Día Mundial de las Legumbres  
[Naciones Unidas](#)

Del 22 al 24  
46º Congreso SAEDYN  
[Sociedad Andaluza de Endocrinología, Diabetes y Nutrición](#)  
El Puerto de Santa María (Cádiz)

### MARZO 2024

Del 1 al 2  
6º Congreso Nacional Médico y Farmacéutico SEMERGEN SEFAC  
[Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria – Sociedad Española de Farmacia Clínica, Familiar y Comunitaria](#)  
Toledo

Del 1 al 2  
XXVII Congreso de la SEMA  
[Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia](#)  
Valencia

Del 18 al 21  
Alimentaria  
[Alimentaria Exhibitions](#)  
Barcelona

### CURSOS Y FORMACIONES:

Catálogo de cursos de la Academia Española de Nutrición y Dietética:  
<https://www.academianutricion.org/>

Novedades en nutrición clínica - Congreso ESPEN 2022:  
[Formación acreditada/](#)

Catálogo de formación de Nestlé Nutrition Institute:  
[Formación acreditada/](#)



## 4. Nos interesa tu opinión

¿De qué te gustaría que habláramos durante el 2024? ¿A quién te gustaría que entrevistáramos? Nestlé4Experts es tan tuya como nuestra, si tienes una sugerencia, ¡escríbenos, te escuchamos!

[Escribe aquí](#)

Con la colaboración de:



Si quieres recibir más newsletters Nestlé4Experts como esta, de forma gratuita, apúntate aquí