

El Poder de las Emociones en la Alimentación

¿Cuál es la relación entre la alimentación saludable y las emociones?

Abierto el plazo de inscripción

Tlf.: 952 66 10 84 / 627 28 16 59

email: bcobo@cop.es



*"Somos lo que comemos"
(Hipócrates)*

Lugar:
Clínica Mardent
(Centro de Especialidades Médicas)
C/. Miguel Barranquero, 2-2ºB
29640 - Urb. "Los Pacos" - Fuengirola (Málaga)

Taller de Educación para la salud
dirigido a prevenir y mejorar
malestares relacionados con hábitos alimentarios:
sobrepeso, obesidad,
trastornos de alimentación,
estrés, ansiedad, depresión, etc.

*¿Son los alimentos los que influyen en el estado de ánimo?
¿O son las emociones las que afectan a la forma
en que nos alimentamos?*

*¿Existen sustancias nocivas y adictivas en algunos alimentos
que se consumen a diario?*

¿En qué consiste un estilo de vida saludable?

*Descubre cómo nos relacionamos con la comida a través de
las emociones en el contexto en el que vivimos.*

Más info: www.beatrizcobopsicologamalaga.com