

Encuentros con la Ciencia

Ciclo de charlas de divulgación científica ————— 24ª edición

Ámbito Cultural El Corte Inglés

Paseo de la Independencia 11, Zaragoza

Octubre 2025 - Junio 2026 / 19 horas

<https://www.youtube.com/channel/UCJLRNxQvr3IzolbyBPDCnA>

Organizan:

Ana Isabel Elduque (Universidad de Zaragoza)

Juan José Ortega (Colegio Oficial de Químicos de Aragón y Navarra)

Raquel García (Colegio Oficial de Farmacéuticos de Zaragoza)

Fernando Bartolomé (Real Sociedad Española de Física de Aragón)

Alberto Virto (Ayuntamiento de Zaragoza)

José Manuel Vicente

Luis Alfonso Arcarazo

Patrocinan:

Colegio Oficial de Químicos de Aragón y Navarra

Cátedra IQE

Colegio Oficial de Farmacéuticos de Zaragoza

Ámbito Cultural de El Corte Inglés

Colaboran:

Facultad de Ciencias de la Universidad de Zaragoza

Real Sociedad Española de Física en Aragón

Las fechas de las charlas pueden estar sujetas a modificaciones.

JUEVES 14 de MAYO

A LAS 19:00 H

CRONONUTRICIÓN: CADA BOCADO TIENE SU MEJOR MOMENTO

por LORENA FUENTES

Presenta: RAQUEL GARCÍA

Encuentros con la Ciencia es un ciclo de charlas de divulgación científica y cultural para la sociedad en general, en colaboración con la Facultad de Ciencias de la Universidad de Zaragoza, el Colegio Oficial de Químicos de Aragón y Navarra, el Colegio de Farmacéuticos de Zaragoza, la Cátedra IQE (Industrias Química del Ebro) y la Real Sociedad Española de Física en Aragón.

En su presentación, **Lorena Fuentes** ofrecerá una perspectiva práctica sobre la Crononutrición, disciplina científica que demuestra la importancia no solo de la cantidad y composición de los alimentos que consumimos, sino también del momento en que los ingerimos. Cada alimento posee un momento óptimo de consumo, en armonía con la luz a la que nos exponemos y la actividad física que realizamos. Se darán las principales claves para aprender a sincronizar la luz, la actividad física y la alimentación, elementos fundamentales que regulan nuestros ritmos biológicos, esenciales para nuestro bienestar integral.

Lorena Fuentes es profesora Titular de Fisiología en la Universidad de Zaragoza e investigadora en los ámbitos de la nutrición, los ritmos biológicos y la salud. La charla será presentada por **Raquel García**, presidenta del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Zaragoza.

