

Técnica para una Alimentación Consciente

¡Que tú te mereces!

Dra. Jenny Vásquez

Fecha: 19/04/2024.

Hora: 10:00am a 11:00am

Modalidad: Virtual.

ENLACE DE REGISTRO DE ASISTENCIA:

<https://forms.office.com/r/UMWxFaTVmG>

Humano
ARS



Ministerio de Turismo
CEIZTUR
COMITE EJECUTOR DE INFRAESTRUCTURAS DE ZONAS TURISTICAS



11:38

Chat 43 Participar Reaccionar

DH D LR B DP Y IR

CLSID CLÍNICA DE SALUD E IMÁGENES DIAGNÓSTICAS

Primera en Salud promoción y prevención

¿Qué es Alimentación Consciente?

Es una práctica que promueve la atención plena durante las comidas

Fomenta una relación más saludable con la comida y el cuerpo.

Transforma la experiencia alimentaria de manera significativa.

Diana Rojas AGS Primera (Invitado)

35:15

Chat 43 Participar Reaccionar

LH D RJ LR DP Y IR

CLSID CLÍNICA DE SALUD E IMÁGENES DIAGNÓSTICAS

Primera en Salud promoción y prevención

Registro de alimentos y emociones

Esto no solo aumenta la conciencia de lo que se come, sino también de por qué se come. La investigación respalda la efectividad de esta técnica en el manejo del peso y la promoción de hábitos alimentarios saludables

Chat de la reunión

11:05
Si a mi abuelita

11:05
Me acuerdo a mi campo.

11:05
lo hacia para mi padre pero a mi no me gusta

11:07
Necesitas practicar con tus suscripciones.

11:10
Anthony Gorman (Invitado)
Todo claro hasta ahora

11:17
Te cuento mas cuando tenga amistad.

Escribe un mensaje

11:27 a.m.

39:28

Chat 60 Gestionar Participar Reaccionar


DH D RJ LR DP Y Ver todos

CLSID CLÍNICA DE SALUD E IMÁGENES DIAGNÓSTICAS

Primera en Salud promoción y prevención

Conclusión:

La adopción de técnicas para la alimentación consciente puede mejorar significativamente la relación con la comida y promover hábitos alimentarios más saludables





Dra. Jenny Vázquez de Camero

05:54

Chat 28 Compartir Pausar Vista Más

LR D J DH DP JC IR

Liberto R... Daniela L... José Brinda... Deliana H... Diana Rojas... Jenny Vique... Ver todos





Dr. Jenny Vásquez de Campos

1998-2005 Doctora en Medicina. PUCMM Campus Santiago

2014-2016 Lic. Nutrición y Dietética PUCMM Campus Santiago

2023-2022- Curso Avanzado de Nutrición Pediátrica y tratamiento dietético Infanto-Juvenil. Asociación Española de Nutrición



Dr. Jenny Vásquez de Campos

CLSID
 Unidad Clínica de la Dra. Jenny Vásquez, Nutrióloga Pediatra. Las consultas disponibles cada miércoles de 8:00am a 12:00p.

Chat de la reunión

10:51 Buenos días

Alisbeth Acosta (Invitado) y 2 más fueron invitados a la reunión.

10:51 Buenos días

Jenny Vásquez de Campos (Invitado) 10:52 Bienvenidos! Esperamos que sea un momento ameno e interactivo!

Milagros Catalina Alvarez Rosales (Invitado) y 3 más fueron invitados a la reunión.

10:52 Esperamos unos minutos que se integren por favor.

Diana Rojas ABS Primera (Invitado) 10:53 Gracias por acompañarnos! Por favor confirma tu asistencia en este enlace <https://forms.office.com/Y5I2MWSfaVwG>

Escribe un mensaje

Diana Rojas ABS Primera (Invitado)

Participantes



Compartir invitación

▼ En esta reunión (28)

- DM** **Dhariana Men... (Invitado)**
Invitado de la reunión
- AA** **Alisbeth Acosta (Invitado)**
Invitado de la reunión
- AG** **Anthony Guzm... (Invitado)**
Invitado de la reunión
- AN** **Anyolani Nolas... (Invitado)**
Invitado de la reunión
- B** **Bertina (Invitado)**
Invitado de la reunión
- CV** **Claudia Valenz... (Invitado)**
Invitado de la reunión
- DH** **Deldania Hern... (Invitado)**
Invitado de la reunión
- D** **Deysi (Invitado)**
Invitado de la reunión
- D** **Dhariana (Invitado)**
Invitado de la reunión
- DP** **Diana Rojas AR... (Invitado)**
Invitado de la reunión
- D** **drojas**
- G** **GARDENYS (Invitado)**
Invitado de la reunión
- JC** **Jenny Vásquez de Campos**
- JS** **Johanmi de los... (Invitado)**
Invitado de la reunión
- J** **Jose (Invitado)**
Invitado de la reunión
- JG** **Junior J. Gonzá... (Invitado)**
Invitado de la reunión

Charla Alimentación Consciente 19/4/2024.

LISTADO ACTIVIDAD COLABORADORES CEIZTUR

NOMBRE Y APELLIDO	CEDULA	CARGO	DEPARTAMENTO
Isabel Pozo	N/A	N/A	Ingeniería
Gonzalo Nolasco	N/A	N/A	Ingeniería
Jean Carlos Adams	N/A	N/A	RRHH
Ronnie Sillerio	N/A	N/A	RRHH
Lamifer Mendoza	N/A	N/A	Adm
Jesús Eusebio	N/A	N/A	Adm
Johanni de los Santos	N/A	N/A	Compras
Junior Gonzalez	N/A	N/A	Tecnología
Harold Leberoni	N/A	N/A	Adm
Katherine Abbrador	N/A	N/A	Adm
Reylin de los Santos	N/A	N/A	Ingeniería
Ryana Alvarez	N/A	N/A	Ingeniería
Laura Jerez	N/A	N/A	Legal
Lauencio Cantalicio	N/A	N/A	Ingeniería
Lisette Kuras	N/A	N/A	Finanzas
Luis Carlos Cuevas	N/A	N/A	Planificación
Alfredy Fabiani	N/A	N/A	Planificación
Manoel Jerez	N/A	N/A	Planificación
Pamela Sosa	N/A	N/A	Legal

Chanda Alimentación Conscente 19/4/2024

LISTADO ACTIVIDAD COLABORADORES CEIZTUR

NOMBRE Y APELLIDO	CEDULA	CARGO	DEPARTAMENTO
Geibania Ortiz	N/A	N/A	Ingeniería
Dhariana Mendez	N/A	N/A	RRHH
Alisbeth Acosta	N/A	N/A	Ingeniería
Anthony Guzman	N/A	N/A	Ingeniería
Angelani Nolasco	N/A	N/A	Finanzas
Auribla Vargas	N/A	N/A	Planificación
Beatriz Santana	N/A	N/A	Planificación
Briant de la Rosa	N/A	N/A	Tecnología
Claudia Calayuela	N/A	N/A	Ingeniería
Dabeiry Nola	N/A	N/A	Compras
Deisy Sanchez	N/A	N/A	RRHH
Daldonia Hernandez	N/A	N/A	Ingeniería
Emanuel Nuñez	N/A	N/A	Administración
Eric Desances	N/A	N/A	Ingeniería
Yeny Vasquez	N/A	N/A	Ingeniería
Bernardo Caba	N/A	N/A	Administración
Francis Floreya	N/A	N/A	Administración
Gabriel Rosario	N/A	N/A	Administración
Gardenes Rodriguez	N/A	N/A	Administración