

GUARDIANES DE LA SALUD

Este taller es un espacio para investigar y experimentar cómo funcionamos como seres humanos desde tres ángulos interconectados: la biología, la mente y el entorno.

De la mano de la fisioterapia y la neurociencia, responderemos a preguntas como: ¿Por qué cuando te das un golpe y te frotas te duele menos? ¿Cómo se crea realmente el dolor? ¿Por qué nos mareamos en el coche? ¿Cómo puedo influir en mi cerebro y mi cuerpo en el día a día? ¿Me tengo que sentir "bien" siempre?

El objetivo del taller es que comprendas la ciencia que hay detrás de tu organismo. Hablaremos de mitos y pseudociencias en salud. Profundizaremos en los efectos de los hábitos sobre el cuerpo y la mente, dándote las herramientas necesarias para convertirte en un guardián de la salud para ti mismo, tu familia y tus amigos.