



- 6 abril, 2020 -

## La Universitat Jaume I reprén el servei d'assessorament nutricional per via telemàtica

La nutrició és un aspecte fonamental de la salut de les persones i fins i tot del seu rendiment, tant intel·lectual com físic

### Castellón Información

La **Universitat Jaume I de Castelló** ha posat a disposició de la comunitat universitària castellonenca la possibilitat de continuar amb la consulta d'assessorament nutricional que es realitzava des del mes de setembre al Centre Sanitari del campus per la nutricionista **Pilar Esquer**, dins de les actuacions d'**UJI-Hàbitat Saludable**.

La nutrició és un aspecte fonamental de la salut de les persones i fins i tot del seu rendiment, tant intel·lectual com físic. La represa d'aquest servei, de forma remota en línia, permet rebre recomanacions personalitzades adaptades a les mateixes necessitats i objectius; pla d'alimentació completa; llista de la compra i receptes per a tots els plats durant una consulta de trenta minuts.

**Pilar Esquer**, graduada en Nutrició, diplomada en Direcció d'Empreses, experta en cuina terapèutica i membre del **Col·legi Oficial de Nutricionistes (CODINUCOVA)** assegura que «aquesta situació de confinament és una gran oportunitat per a millorar la salut i els hàbits de vida» perquè «ara disposem de més temps per a cuinar i planificar un menú més saludable adaptat a les nostres necessitats».

Per demanar a cita només cal enviar un correu a [nutricion@pilaresquer.com](mailto:nutricion@pilaresquer.com) o trucar al telèfon **690 620 434**.