
Nutrición saludable

El Espaitec, parque científico y tecnológico de la UJI, inició un ciclo de actividades relacionadas con la salud y la calidad de vida, que lleva el título de *Cuida't Espaitec*. La farmacéutica y nutricionista **Lina Granell** fue la encargada de impartir el primer taller *on line*, basado en la nutrición adecuada en la oficina o teletrabajo. Los participantes aprendieron a confeccionar un menú equilibrado para toda la semana, descubriendo la relación directa que guarda la alimentación con el funcionamiento del cuerpo.