



Llámanos +34 915 35 89 27



Julio Basulto viaja desde Barcelona, España

Julio Basulto imparte conferencias y charlas sobre Nutrición y salud: alimentación infantil y durante el embarazo, alimentación y deporte, alimentación y menopausia y mitos dietéticos.

Dietista-nutricionista, Julio Basulto es profesor asociado en la Universidad de Vic (Grado de Nutrición Humana y Dietética) y es colaborador habitual en Radio Nacional de España, El País y otros medios, y es autor de numerosas publicaciones científicas y libros”.

Conferencias

ALIMENTACIÓN INFANTIL SALUDABLE

¿DIETA O ESTILO DE VIDA?

ALIMENTACIÓN DURANTE EL EMBARAZO Y LA LACTANCIA

CLAVES PARA DETECTAR FRAUDES DIETÉTICO-NUTRICIONALES

ALIMENTACIÓN Y DEPORTE NO TIENEN POR QUÉ COMPETIR

LA FRUTA ENGORDA Y OTROS MEMORABLES MITOS DIETÉTICOS

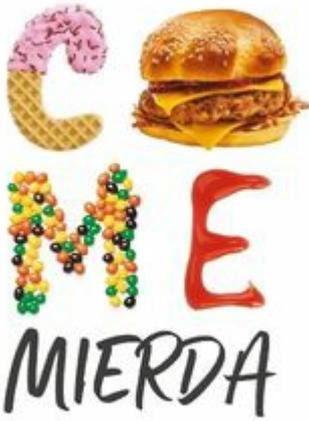
ALIMENTACIÓN Y MENOPAUSIA

Biografía

Julio Basulto Maset es dietista-nutricionista y trabaja como profesor asociado en el Grado de Nutrición Humana y Dietética de la Facultad de Ciencias de la Salud y el Bienestar de la Universidad de Vic. Ha sido profesor asociado en la Unidad de Nutrición Humana de la Universidad Rovira i Virgili, editor de la Revista Española de Nutrición Humana y Dietética, y responsable de investigación del Grupo de Revisión, Estudio y Posicionamiento de la Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas. Actualmente ejerce como docente en diferentes instituciones y es autor de numerosas publicaciones científicas.

Es coautor, junto a M^a José Mateo, de *No más dieta y Secretos de la gente sana*; de *Comer y correr y Más vegetales, menos animales* junto a Juanjo Cáceres; y de *Alimentación vegetariana en la infancia* junto a María Blanquer, María Manera y Pepe Serrano. En solitario ha publicado *Se me hace bola y Mamá, come sano*. Además, es el responsable de la sección «Vida sana» en el programa "No es un día cualquiera" de RNE y es colaborador habitual de la sección "Nutrir con ciencia" en *Materia*, la sección de ciencia de *El País*. *Come mierda* es su último libro.

Julio Basulto



Come mierda

Una denuncia de las arrolladoras consecuencias de los comestibles malsanos en nuestra salud.

«Habrá un antes y un después en tu forma de alimentarte cuando leas este libro». **Patricia Fernández de Lis, El País**

Mientras que la comida contaminada mata en toda la región europea a unas 5.000 personas al año, la chatarra comestible provoca anualmente, solo por enfermedades cardiovasculares, 2,1 millones de fallecimientos. ¿Te imaginas cuántos kilos de ultraprocesados consumimos al año?

Ante una tragedia de tal magnitud, Julio Basulto justifica que si la palabra «mierda» se define como «cosa mal hecha o de mala calidad» (según la Real Academia Española de la Lengua), los comestibles de mala calidad nutricional debemos incluirlos también en dicho concepto.

Come mierda aborda, por tanto, el gran tema alimentario de nuestros días. Explica la diferencia entre alimentos seguros e inocuos, nos empodera, desarma los tentáculos con que la Big Food promueve ambientes alimentarios que generan obesidad y enfermedades crónicas y demuestra que cuidarnos no significa solo comer mejor sino, sobre todo, dejar de comer peor.