



12 de abril
Jornada 2024
Un viaje a través de nuestro
CEREBRO
CEREBRO

PROGRAMA

09:00 | Palabras de Bienvenida

BLOQUE I | Modificando el cerebro a través del aprendizaje (9:00 a 12:00)

09:15 | ¿Cómo aprende el cerebro? Una mirada hacia los mecanismos en el contexto de la neurodiversidad

Dra. Analía Reinés

Docente y Coordinadora de la Carrera de Farmacia de la Facultad de Bromatología UNER

Instituto de Biología Celular y Neurociencias (IBCN, UBA-CONICET), Cátedra de Farmacología, FFyB-UBA

Durante el aprendizaje se ponen en juego mecanismos biológicos que modifican nuestro cerebro. Durante la charla abordaremos cuáles son estos mecanismos, analizaremos cómo promover estos cambios y discutiremos si existen diferencias en el contexto de los trastornos del espectro autista y del aprendizaje. Reflexionaremos también acerca del impacto que tiene el uso de las nuevas tecnologías.

10:00 | Aprendizaje en primera persona. Guía práctica para el que aprende y el que enseña

Mg. Mariana Majul

Centro de Neuropsicología Cognitiva - CENECON

Para aprender, todos sin excepción, necesitamos estar concentrados y focalizados; una cuota suficiente de motivación que nos ayude a sostener el esfuerzo; devoluciones y comentarios amables sobre nuestro trabajo para poder corregirnos y finalmente, consolidar lo que aprendimos haciendo repetidas prácticas. Durante esta charla te vamos a ayudar a conocer tu funcionamiento en cada uno de estos pilares, y a partir de eso algunas herramientas para optimizarlos.

10:45 | Alimentando el Conocimiento: La Importancia de la nutrición en el desarrollo cerebral y el aprendizaje

Lic. Vanina Scavuzzo

LUDOTECA SALUDABLE, Gualeguaychú

Desde la infancia hasta la edad adulta, la nutrición juega un papel crucial en la capacidad de nuestro cerebro para hacer conexiones y retener información. Existen alimentos que acompañados por una dieta adecuada funcionan como neuromoduladores, mejorando el rendimiento cognitivo y académico. Vamos a aprender acerca de ellos y sus beneficios, y cómo incorporarlos a la alimentación diaria de todos los estudiantes.

11:30 | CIERRE CON PREGUNTAS

Invita:

Secretaría de Extensión Universitaria y Cultura
| Facultad de Bromatología UNER



12 de abril
Jornada 2024
Un viaje a través de nuestro
CEREBRO
CEREBRO

PROGRAMA

BLOQUE II | Neurociencia para niños: desafíos para hacer tu cerebro más fuerte (12:30 a 17:00)

Talleres por postas, participarán 8 grupos de alumnos de 6º grado de escuelas cercanas a la Facultad de Bromatología UNER (cada grado puede pertenecer a instituciones educativas diferentes).

En la primera tanda, a las 12:30, se recibirán 4 grupos que harán rotaciones por cada taller, con una duración de 30 minutos en cada uno, completando una visita de 2 horas.

La siguiente tanda ingresará a las 15:00 para realizar la misma rotación a través de los 4 talleres.

TALLER 1 | Neurociencia en la cancha

Centro de Neuropsicología Cognitiva - CENECO

¿Recordás de quién fue el gol con el que salimos campeones? ¿qué comiste ayer? ¿la última vez que lloraste o te reíste?. ¡Usamos el cerebro para todo lo que hacemos! escuchar música, cantar, leer, hablar, jugar a la pelota, dormir. En este taller, a través de divertidas actividades, vamos a aprender no sólo cómo funciona el cerebro y procesa la información, sino cuales son las cosas que tenemos que hacer para cuidarlo y fortalecerlo todos los días.

TALLER 2 | Descubriendo un Laboratorio de Neurociencias

Laboratorio de Neurobiología Experimental (LNE), ICTAER (UNER-CONICET); Sede Facultad de Bromatología UNER

Los científicos utilizan microscopios de alta tecnología y técnicas de ingeniería genética para observar directamente las células dentro del cerebro, llamadas neuronas, y entender cómo funcionan mientras realizamos actividades como crear, reír y jugar. En este taller se presentarán diferentes métodos y herramientas utilizados para examinar la actividad neuronal en modelos animales comunes en la investigación neurocientífica del comportamiento. Estas investigaciones de la estructura y función cerebral ayudan a comprender cómo interactúan las neuronas, cómo contribuyen a las diferentes funciones del cuerpo humano y qué funciona mal en los trastornos que afectan al cerebro.

TALLER 3 | Alimentando nuestro cerebro

LUDOTECA SALUDABLE, Gualeduaychú

La calidad y cantidad de los alimentos que consumimos, intervienen directamente en nuestra salud cerebral. Una alimentación antiinflamatoria es la mejor opción para que nuestro cerebro pueda desarrollar todas las actividades de la vida diaria sin inconvenientes. A través de este taller lúdico, identificaremos los alimentos que ayudan a nuestros cerebros a estar sanos y despiertos, y los diferenciaremos de aquellos que por sus características pueden "enlentecer" su trabajo.

Invita:

Secretaría de Extensión Universitaria y Cultura
| Facultad de Bromatología UNER

12 de abril
Jornada 2024

Un viaje a través de nuestro

CEREBRO
CEREBRO



PROGRAMA

TALLER 4 | Tonos energéticos: explorando la sinestesia y los efectos de las bebidas energizantes

Laboratorio de Desarrollo y Mejoramientos de Alimentos de Calidad de Entre Ríos (DyMACRER), ICTAER (UNER-CONICET); Sede Facultad de Bromatología UNER

Este taller está compuesto por dos actividades lúdicas: I) Una travesía multisensorial: juego que propone demostrar el fenómeno de sinestesia como una comunicación inusual entre los sentidos. II) Estado de alerta: este juego propone informar y concientizar acerca de la acción de bebidas estimulantes en nuestro cerebro cuando la ingesta es muy alta y frecuente.

BLOQUE III | Comprendiendo nuestro cerebro: neurociencias en la vida cotidiana (18:00 a 20:00)

En este bloque de talleres abiertos a la comunidad, a través de charlas que abordan temas como el uso de tecnologías para mejorar el aprendizaje, la atención en la era digital, el rol del cerebro en la percepción de nuevos sabores y la incorporación de nuevos alimentos, la importancia de establecer metas y propósitos para el bienestar, la gestión del estrés y la ansiedad en la vida diaria, nos sumergimos en cómo entender y aplicar algunos hallazgos científicos en nuestra vida cotidiana para mejorar nuestra salud cerebral y emocional.

Requiere Inscripción Previa: [INSCRIBITE AQUÍ](#)

18:00 | TALLER 1: El empleo de nuevas tecnologías para favorecer el aprendizaje inclusivo

Dra. Analía Reinés

Docente y Coordinadora de la Carrera de Farmacia de la Facultad de Bromatología UNER

Instituto de Biología Celular y Neurociencias (IBCN, UBA-CONICET), Cátedra de Farmacología, FFyB-UBA

En una tarea de aprendizaje, cada individuo evidencia fortalezas y aspectos menos favorecidos. Estas particularidades se fundamentan en la neurodiversidad. Durante la charla se presentarán herramientas tecnológicas para acompañar el aprendizaje y se discutirán los mecanismos cerebrales involucrados.

18:20 | TALLER 2: Metas, propósitos y logros como ingredientes del bienestar. Como tener a la corteza prefrontal como aliada

Mg. María Florencia Draksler

FLENI- CENECO (Centro de Neuropsicología Cognitiva)

En un mundo cambiante, nuestras funciones ejecutivas nos permiten fijar objetivos, elegir bien lo que queremos procrastinar, anticipar, planificar, ser flexibles, y aprender de la experiencia. Estas habilidades son clave para adaptarnos a nuevos desafíos y prosperar en la incertidumbre, gracias a ellas podemos planificar desde algo mínimo como elegir que ponernos a la mañana, hasta decisiones profundas como dónde queremos vivir. En esta charla, exploraremos cómo fortalecer estas capacidades para mejorar nuestro bienestar en un entorno dinámico.

Invita:

Secretaría de Extensión Universitaria y Cultura
| Facultad de Bromatología UNER

12 de abril

Jornada 2024

Un viaje a través de nuestro CEREBRO



PROGRAMA

18:40 | TALLER 3: La atención en los tiempos de Google

Mg. Mariana Majul | CENECO - Centro de Neuropsicología Cognitiva

El uso frecuente de dispositivos móviles suele activar el circuito de recompensa en nuestro cerebro. Esta activación puede generar una preferencia por la estimulación rápida y constante, lo que afecta nuestra capacidad de concentración en las interacciones cara a cara y puede impactar en nuestra memoria. Exploraremos cómo esta dinámica influye en la calidad de nuestras relaciones personales, en las fases de la memoria que activamos diariamente y la posibilidad de zambullirnos en actividades que requieran un esfuerzo mental sostenido.

19:00 | TALLER 4: Selectividad alimentaria: el desafío cerebral de aprender a incorporar nuevos alimentos

Lic. Vanina Scavuzzo | LUDOTECA SALUDABLE, Gualeguaychú

Desde la infancia hasta la edad adulta, la nutrición juega un papel crucial en la capacidad de nuestro cerebro para establecer conexiones neuronales y procesar información, por ello es fundamental tener una alimentación variada y equilibrada reforzando la incorporación de alimentos ricos en nutrientes. En este taller discutiremos sobre la integración sensorial y el rol del cerebro en la selectividad alimentaria, el rechazo a incorporar alimentos nuevos y cómo estas elecciones pueden tener consecuencias significativas sobre el desarrollo y la salud neuronal.

19:20 | TALLER 5: El complejo desafío de gestionar las preocupaciones. Ansiedad en la vida diaria, ¿de qué lado estás?

Lic. Martín Schulze | CENECO - Centro de Neuropsicología Cognitiva

Lidiar con las preocupaciones y ansiedad en nuestro día a día para algunos no es tarea sencilla. Un punto de partida es aceptar que la incertidumbre es una constante en nuestras vidas por lo que esta charla apunta a poder identificar algunas alarmas y conocer algunas herramientas para afrontarla de manera efectiva

ESPACIO DE PREGUNTAS | 10-15 MINUTOS

19:40 | CIERRE: Meditación Mindfulness. Cultivando el momento presente.

Lic. Sofía Alfaro | CENECO - Centro de Neuropsicología Cognitiva

Estamos inmersos dentro de una sociedad en donde las cosas suceden de manera ligera, recibiendo gran cantidad de estímulos de manera constante. Te invitamos a tomarnos una pausa, conectar con el presente, cultivar una mirada amable hacia nosotros mismos y vivenciar algunas técnicas del Mindfulness que podemos aplicar en nuestra vida diaria.

Invita:

Secretaría de Extensión Universitaria y Cultura
| Facultad de Bromatología UNER