

GRISELDA HERRERO

CRISTINA ANDRADES

PSICONUTRICIÓN

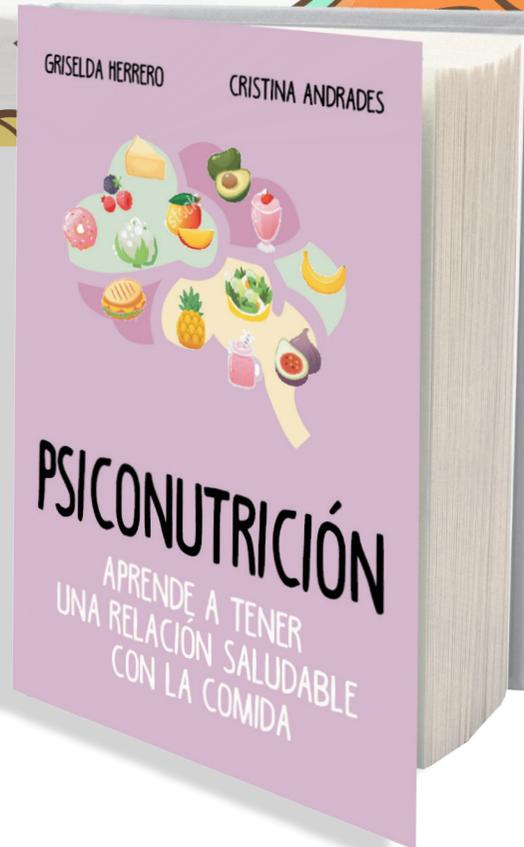
APRENDE A TENER UNA
RELACION SALUDABLE
CON LA COMIDA

La Psiconutrición es una metodología propia e innovadora en el abordaje de la relación con la comida, en la que llevamos trabajando años nutricionistas y psicólogos de forma conjunta, con evidencia científica de sus efectos a largo plazo.

La temática central del libro es abordar aspectos como el comer emocional, la ansiedad por la comida, etc, donde se relaciona la parte emocional con la conducta alimentaria.



Griselda Herrero es Doctora en bioquímica y dietista-nutricionista. Máster en Inmunología Molecular y Celular, Experta universitaria en TCA y Obesidad, Inmunonutrición, Ensayos Clínicos; Especializada en Psiconutrición y Coaching nutricional. Dirige desde 2014 Norte Salud Nutrición, empresa dedicada a la consulta interdisciplinar (nutrición, psicología y actividad física), a la formación (a profesionales a través de nuestra plataforma



propia InGENyO), a la investigación (mediante proyectos propios) y a la educación alimentaria (talleres, cursos, actividades para público general). Además, es profesora asociada en la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla, donde imparte docencia en el grado de nutrición y codirige dos cursos de experto universitario (uno sobre TCA y obesidad y otro sobre nutrición avanzada).

Cristina Andrades Ramírez es psicóloga sanitaria, experta en Psicodrama. Se unió a Norte Salud en 2015 y trabaja conmigo en la consulta y la formación que impartimos de Psiconutrición, desde InGENyO. Está especializada en TCA y Obesidad. También divulga en redes sociales y trabaja en Norte Salud Nutrición y en Centro de Psicología Cristina Andrades.



Editorial Arcopress
Dietética y nutrición

ISBN: 978-84-17057-91-6
FORMATO: 14,5 x 22 cm
Rústica con solapas
IBIC: MBNH3; JMQ
PRECIO: 19 € PÁGINAS: 240

