La Fundación MGS impulsa una jornada formativa sobre nutrición con las creadoras de Futurlife21 System

Nota de Prensa

Octubre de 2023

La **Fundación MGS** organizó el pasado 10 de octubre el primer acto del segundo semestre de su Ciclo de Jornadas Formativas, que en esta sesión estuvo dirigida a empleados, mediadores y clientes de **MGS Seguros.** La conferencia, en formato híbrido, y titulada "**El poder de la Nutrición para mejorar tu vida"**, contó con la participación de las expertas en nutrición **Elena Pérez y María Hernández-Alcalá,** madre e hija, creadoras de **Futurlife 21 System,** un método basado en la bioquímica y la evidencia científica en este ámbito.

Elena Pérez inició su exposición haciendo referencia a **la importancia de ingerir nutrientes indispensables** para el correcto funcionamiento de nuestro organismo, además de explicar en qué consiste el proceso de nutrición y cómo el hecho de mantener una **alimentación antiinflamatoria nos puede ayudar a evitar enfermedades.** Finalizó con esta reflexión: "*Somos responsables de nuestra salud y de transmitir conocimiento para una vida más sana a las generaciones venideras*".

Por su parte, María Hernández-Alcalá afirmó que, para cuidarse, *"no solo se trata de no comer ultraprocesados. Es optimizar la nutrición para siempre".* Explicó **el funcionamiento** de nuestro sistema inmune, así como qué alimentos pueden influir negativa o positivamente en este proceso. También hizo referencia a qué tipo de alimentos debemos priorizar y/o comprar para cuidar nuestra microbiota cuando comemos fuera del hogar.

El acto, con más de **1200 inscritos,** lo presidió **Araceli Ruiz**, vicepresidente de la Fundación MGS, y finalizó con un ameno coloquio en el que los asistentes en *streaming* y en presencial pudieron plantear sus dudas sobre los interesantes temas que se abordaron.

Para más información:
MGS, Seguros y Reaseguros S.A.
Departamento de Comunicación e Imagen Corporativa
93 322 12 12
MarketingyComunicacion@mgs.es