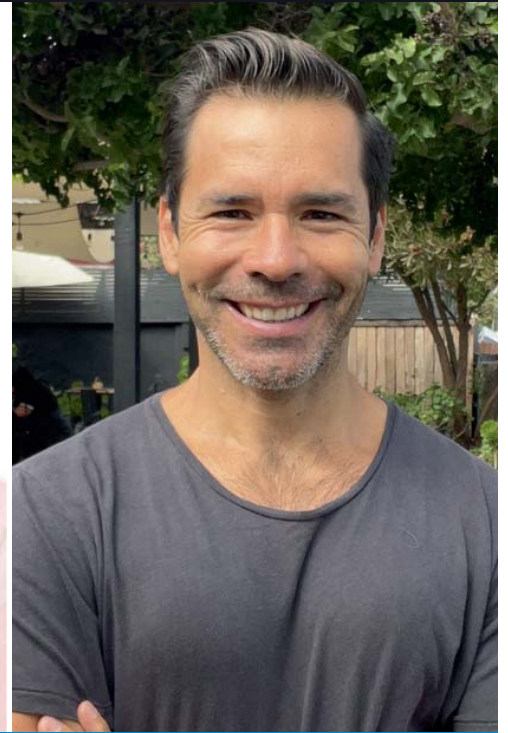


# ENCUENTROS EL MERCURIO



## **Eliana Reyes, Bárbara Descalzi y Ricardo Chávez** **¿HAY RIESGOS EN EL AYUNO INTERMITENTE?**

**MIÉRCOLES 17 DE ABRIL / 18:30 HORAS / ONLINE**

*Se ha probado que restringir la alimentación a un cierto lapso de tiempo cada día otorga ventajas cardiometabólicas al organismo. Pero una investigación preliminar arrojó algunas alarmas en torno a esta práctica. ¿Existen realmente riesgos en el ayuno intermitente? Las nutriólogas Eliana Reyes y Bárbara Descalzi conversan con el profesor Ricardo Chávez.*

**Eliana Reyes:** Médico cirujana de la Universidad de Chile, nutrióloga y magíster en Ciencias Médicas con mención en Nutrición Clínica. Desde hace 10 años es la directora de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de los Andes.

**Bárbara Descalzi:** Médico de la Universidad del Desarrollo. Magíster en Nutrición Clínica de la Pontificia Universidad Católica de Chile. Nutrióloga clínica en Instituto Nacional del Cáncer, Clínica Meds y Clínica Nueva Cordillera.

**Ricardo Chávez:** Profesor de Educación Física de la Universidad de Concepción. Postgrado en Nutrición Deportiva por la Universidad de Barcelona. Preparador físico y asesor nutricional. @pollo\_fit

Valores: Socios Club de Lectores \$5.000\*/Público General \$10.000  
Suscríbese a Encuentros El Mercurio y Acceda a todos los eventos del mes por \$1000 el primer mes y a partir del 2do mes UF 0,24 mensual.  
Venta de entradas y suscripción en +562 27536363, Casa Club Santa María 5542. Compra online y más información en <https://encuentros.elmercurio.com> (El ticket permite ver los Encuentros en vivo o después de la transmisión)

\*Para suscribirse a El Mercurio visite [www.elmercurio.com](http://www.elmercurio.com)