

ALIMENTACIÓN SALUDABLE, BIENESTAR Y MATERNIDAD, PROTAGONISTAS EN LAS CHARLAS QUE ACOGERÁ NATURA MÁLAGA EN EL ESPACIO 'NATURAULA'

Natura Málaga, Feria de Vida Saludable y Sostenible, dará cabida a una amplia programación de actividades entre las que destacan la veintena de ponencias que tendrán lugar en el espacio 'Naturaula'. Dichas charlas versarán en torno a temas diversos como la nutrición saludable, muy representada y complementada con demostraciones de cocina, movilidad en bicicleta, técnicas como la apiterapia y la quiropráctica o el abordaje integral de la maternidad desde un punto de vista físico y emocional, entre otros

La 'Naturaula' es un espacio ya consolidado en la Feria de Vida Saludable y Sostenible, Natura Málaga, que se celebrará del 6 al 8 de abril en el Palacio de Ferias y Congresos de Málaga (Fycma) y que aglutinará en su décima edición una variada programación de ponencias y presentaciones de productos. Así, tendrán especial protagonismo la alimentación y nutrición saludable, con demostraciones de cocina en directo y especial atención al consumo de productos ecológicos. De esta forma, tendrán presencia especialistas como el nutricionista Víctor Rubio, que hablará sobre la nutrición saludable y la obesidad; el doctor Cayo Martín Valencia, que versará sobre la alimentación individual como base para cuidar la salud; representantes de la empresa especializada Ecovidasolar, quienes acercarán al público las opciones nutricionales de zumos y batidos de vegetales, o la experta en nutrición Pilar Galacho, quien tratará un tema tan de actualidad como es la celiaquía y la alternativa de alimentos ecológicos sin gluten. Se expondrán también claves y pautas para procurar una alimentación infantil saludable. Por otra parte, la empresa Vitafood, especializada en alimentación ecológica vegana, enseñará a realizar aperitivos saludables a través de dos recetas utilizando zanahoria, anacardos, naranja y cacao.

Además, y en colaboración con los profesionales del centro especializado Mi Matrona, se tratará la maternidad desde una perspectiva integral, incluyendo aspectos relacionados con la salud femenina, la crianza y la educación. En concreto, se tratarán temas como fertilidad natural, nacimiento o posparto, así como la lactancia o disciplina positiva en niños.

El uso de las plantas medicinales y cultivos bio, las posibilidades de la apiterapia -usos y beneficios de la materia proveniente de las abejas- o el cuidado de la columna vertebral a través de técnicas como la quiropráctica, también serán protagonistas en este espacio. Junto a ello, Ecologistas en Acción informarán sobre sus actuaciones y objetivos, y la Asociación Ruedas Redondas debatirá sobre la educación vial en bicicleta.

Los asistentes a Natura Málaga podrán participar en diferentes sorteos que se llevarán a cabo durante su última jornada, caso de un lote de productos ecológicos del Granero Integral, una bicicleta cortesía de Navarro Hermanos y una silla de bebés por Toys'R'Us.

Así, durante sus tres días de celebración, el evento ofrecerá más de 120 actividades -todas ellas serán de acceso libre con la entrada al evento-, junto a la presencia de 150 expositores.

Natura Málaga está organizado por el Palacio de Ferias y Congresos de Málaga –dependiente del Ayuntamiento de la ciudad-. Cuenta con la colaboración de la marca promocional de productos agroalimentarios de la provincia, impulsada por la Diputación de Málaga, 'Sabor a Málaga; del programa municipal de concienciación ¿¡Málaga cómo te quiero!?!; la Organización Colegial Naturopática 'VIX Natura Regeneratrix' Fenaco; el Instituto de Estudios del Yoga; Centro Mi Matrona; la Unión de Consumidores de Málaga y Toys'R'Us.



Toda la información sobre la feria está disponible en www.naturamalaga.com, en la página de [Facebook](#) y en el perfil de Twitter [@NaturaMLG](#)