

## Convocatoria de Prensa

# El IIAS presenta la primera “Guía de Hidratación” de España

**Fecha: Martes, 19 junio 2018**

**Hora: 10.00-11.00 h**

**Asociación Prensa Madrid**

**C/. Claudio Coello, 98**

*Madrid, 11 de junio de 2018.*- El próximo martes, 19 de junio, el **Instituto de Investigación Agua y Salud (IIAS)** presentará la primera **Guía de Hidratación**. Se trata de una publicación pionera en España, que nace con el objetivo de **fomentar unos hábitos de hidratación saludables entre los ciudadanos**.

El documento, además de abordar la cantidad de ingesta diaria de agua recomendada a diario, contempla, de una manera integral, **diversos aspectos importantes como la calidad, frecuencia y modo de ingerirla**, en las diferentes etapas de la vida (embarazadas, infancia, mayores o personas con movilidad reducida) o en las diferentes actividades diarias en las que la hidratación juega un papel relevante: durante la práctica de actividad física, el estudio, la conducción o en el trabajo.

La jornada será presentada por **D. Xavi Granda, periodista especializado en Salud y vicepresidente de la Asociación Nacional de Informadores de la Salud (ANIS)**. A continuación se celebrará un coloquio de presentación de la Guía, en el que intervendrán:

- **D. Francisco Maraver**, presidente del Comité Científico del IIAS y profesor titular de la Cátedra de Hidrología Médica de la Universidad Complutense de Madrid.
- **D. Jesús Román**, secretario general del Comité Científico del IIAS y presidente del Comité Científico de la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación (SEDCA).
- **Dña. Silvia Álava**, miembro del Comité Científico del IIAS y psicóloga del Centro de Psicología Álava Reyes.

Al finalizar la jornada, se servirá un café para los asistentes.

Para más información,  
[comunicacion@institutoaguaysalud.es](mailto:comunicacion@institutoaguaysalud.es)  
Tfn. 915 106 381 (Adriana Ruiz)