



Kultura
Zientifikoko
Katedra
Cátedra
Cultura
Científica



BIDEBARRIETA ZIENTIFIKOA

Hitzaldi-solasaldia Iker Gómez ikertzailearekin

Elikadura eta nutrizioaren inguruko eztabaidak eta sinesmenak argitzen

Bilbon, 2026ko martxoaren 18an. Elikagai ekologikoak osasungarriagoak al dira? Egia al da zukuek segundo gutxitan bitaminak galtzen dituztela? Ba al du oinarri zientifikorik haragi gorria eta gantz aseetan aberatsak diren beste animalia proteina batzuk lehenesten duen Estatu Batuetan argitaratu berri den [nutrizio-piramideak](#)? Egunero sortzen dira elikadurari buruzko zalantza berriak, eta, kasu askotan, gehien hedatutako ideiek eta sinesmenek ez dute oinarri zientifikorik.

Galdera horiei erantzuna emateko asmoz, **Iker Gómez** biologoak "Elikadura eta nutrizioaren inguruko eztabaidak eta sinesmenak argitzen" hitzaldi-solasaldia eskainiko du **martxoaren 25ean, asteazkenean, Bilboko Bidebarrietako Liburutegian**. Gómez Nutrigenomika eta Nutrizio Pertsonalizatua doktratu aurreko ikertzailea da Euskal Herriko Unibertsitateko Farmazia Fakultatean.

Hitzaldian, gaur egungo eztabaidetako batzuk jorratu eta elikadurari eta nutrizioari buruzko hainbat mito faltsu desmuntatuko ditu. Hitzaldi-solasaldia euskaraz egingo da eta aldi berean gaztelaniara itzuliko da, nahi dutenentzat.

"Elikadura eta nutrizioaren inguruko eztabaidak eta sinesmenak argitzen" hitzaldi-solasaldia [EHUko Kultura Zientifikoko Katedrak](#) eta Bilboko Udaleko Kultura sailaren mende dagoen [Bidebarrietako Liburutegia](#) antolatzen duten *Bidebarrieta Zientifikoa* hitzaldi-zikloaren parte da. Sarrera doan izango da, eserlekuak bete arte. *Streaming* bidez ere jarraitu ahal izango da, [Bidebarrieta Kulturgunea](#) kanalaren bidez.

Hizlaria

[Iker Gómez García](#) Biologian graduatua da eta Elikadura eta Osasunean Masterra egin du (Euskal Herriko Unibertsitatea). Gaur egun, doktratu aurreko ikertzailea da Nutrigenomika eta Nutrizio Pertsonalizatua, EHUko Farmazia Fakultateko [Nutrizio eta Obesitatea](#) ikerketa-taldearen barruan.



Kultura
Zientifikoko
Katedra
Cátedra
Cultura
Científica



Laborategian, indipikutik eratorritako konposatuek obesitatearen eta haren komorbilitateen prebentzioan izan dezaketen eragin onuragarria aztertzen ari da.

--

Hitzaldi-solasaldia: "Elikadura eta nutrizioaren inguruko eztabaidak eta sinesmenak argitzen"

Hizlaria: Iker Gómez García, Biologian graduatua eta doktoratu aurreko ikertzailea Nutrigenomika eta Nutrizio Pertsonalizatuan EHUko Farmazia Fakultatean.

Data: martxoaren 25an, asteazkenean.

Ordua: 19:00etan.

Lekua: Bidebarrietako Liburutegia (Bidebarrieta kalea 4 – Bilbo).

Hizkuntza: euskara. [Aldi bereko itzulpena gaztelaniara].

Streaming: bai. [Bidebarrieta Kulturgunea](#) (YouTube).



Kultura
Zientifikoko
Katedra
Cátedra
Cultura
Científica



BIDEBARRIETA CIENTÍFICA

Charla-coloquio con el investigador Iker Gómez

Aclarando controversias y creencias en torno a la alimentación y la nutrición

Bilbao, 18 de marzo de 2026. ¿Son los alimentos ecológicos más saludables? ¿Es cierto que los zumos pierden sus vitaminas en pocos segundos? ¿Tiene base científica la [nueva pirámide nutricional](#) publicada en Estados Unidos, que prioriza el consumo de carne roja y otras proteínas animales ricas en grasas saturadas? Cada día surgen nuevas incógnitas sobre la alimentación y, en muchos casos, las ideas y creencias más extendidas carecen de respaldo científico.

Con el objetivo de arrojar luz sobre estas cuestiones, el biólogo **Iker Gómez**, investigador predoctoral en Nutrigenómica y Nutrición Personalizada en la Facultad de Farmacia de la EHU, ofrecerá la charla-coloquio “Elikadura eta nutrizioaren inguruko eztabaidak eta sinesmenak argitzen” (Aclarando controversias y creencias en torno a la alimentación y la nutrición). La cita tendrá lugar el próximo **miércoles, 25 de marzo en la Biblioteca de Bidebarrieta de Bilbao**.

A lo largo de la sesión, Gomez abordará algunos de los debates más actuales y desmontará algunos falsos mitos relacionados con la alimentación y la nutrición. La charla-coloquio será impartida en euskera y contará con traducción simultánea a castellano para quien lo desee.

La actividad forma parte del ciclo de conferencias *Bidebarrieta Científica*, impulsadas por la [Cátedra de Cultura Científica de la EHU](#) y la [Biblioteca de Bidebarrieta](#), entidad dependiente del área de Cultura del Ayuntamiento de Bilbao. El evento se podrá seguir tanto de manera presencial como vía *streaming* a través del canal [Bidebarrieta Kulturgunea](#). La entrada es libre hasta completar aforo.

El conferenciante

[Iker Gómez García](#) es graduado en Biología y máster en Nutrición y Salud (Universidad del País Vasco). En la actualidad es investigador predoctoral en Nutrigenómica y Nutrición Personalizada dentro del grupo de investigación [Nutrición y Obesidad](#) de la Facultad de Farmacia de la EHU. En el laboratorio analiza el efecto beneficioso que pueden tener los compuestos derivados del higo chumbo en la prevención de la obesidad y sus comorbilidades.



Kultura
Zientifikoko
Katedra
Cátedra
Cultura
Científica



--

Charla-coloquio: “Elikadura eta nutrizioaren inguruko eztabaidak eta sinesmenak argitzen”
(Aclarando controversias y creencias en torno a la alimentación y la nutrición)

Conferenciante: Iker Gómez García es graduado en Biología e investigador predoctoral en Nutrigenómica y Nutrición Personalizada en la Facultad de Farmacia de la EHU.

Fecha: miércoles, 25 de marzo.

Hora: 19:00 horas.

Lugar: Biblioteca de Bidebarrieta (Calle Bidebarrieta, 4 – Bilbao).

Idioma: euskera. [Traducción simultánea a castellano].

Streaming: sí. [Bidebarrieta Kulturgunea](#) (YouTube).