



BIOCULTURA EN CLAVE FEMENINA

Hemos buscado entre las más de 250 actividades de BioCultura BCN 2025 y se da cuenta de que un porcentaje muy alto de ellas están protagonizadas por mujeres. También entre el público de la feria abundan las féminas por encima de los hombres. Salud, longevidad, gastronomía, clima, danza... para una feria muy femenina. Entre todas esas actividades, citamos algunas de las más destacadas...

1.- COSMÉTICA ECONATURAL 360 GRADOS

El jueves 29 de mayo, a lo largo de toda la jornada, dentro de la programación de BioCultura BCN 2025, tendrán lugar las Jornadas Profesionales de Cosmética Econatural. El título es: "Cosmética Econatural 360º. Empresa, legalidad y estrategia digital". Todo lo que necesitas saber para dirigir de la mejor forma posible tu firma de ecocosmética. Tanto si ya has ecoemprendido como si lo vas a hacer. Con las y los mejores profesionales del sector.... La cita es en el Showroom de EcoEstética. Organizan Vida Sana, BioCultura, BioVidaSana y Plataforma EcoEstética. La mayoría de los ponentes son mujeres que conocen muy bien el sector de la ecocosmética certificada.

2.- COMPARTOCLIMA

Desde hace más de 30 años, las ferias de BioCultura ofrecen lugares de encuentro y conexión entre personas y empresas con una larga trayectoria en el camino de la sostenibilidad. Fue en estos espacios que nació el proyecto "CompartoClima", impulsado por la Asociación Vida Sana y financiado por la Fundación Biodiversidad, con el objetivo de contribuir a los propósitos del Plan Nacional de Adaptación al Cambio Climático 2021-2030 (PNACC). Con una duración de 20 meses, el proyecto ha tenido como objetivo definir estilos de vida resilientes al cambio climático en España, identificando prácticas concretas con la ciudadanía, empresas y organizaciones participantes en BioCultura, para promoverlas a través de un manual de buenas prácticas. La charla presentación del manual fruto de este proyecto será en la Sala 6, el jueves 29 de mayo. Con Montse Escutia y Katia Scherer, responsables del trabajo.

3.- LA COCINA DE LA MEMORIA

Anna Paré es dietista-nutricionista y farmacéutica, especializada en salud digestiva y cerebral. Ha escrito el libro "La cocina de la memoria, alimentos y recetas para cuidar tu cerebro", con el propósito de dar a conocer cómo favorecer la atención y la memoria a través de la alimentación, y retrasar el deterioro cognitivo relacionado con la edad. Estará en BioCultura BCN. En dos actividades organizadas por Cal Valls, Paré hablará sobre alimentación y gastronomía para cuidar el cerebro y la memoria y prevención del Alzheimer y otras demencias. "Cómo la alimentación ayuda a tu memoria". Viernes, 30 mayo, 11'30h. Auditorio. "La cocina de la memoria. 3 recetas para cuidar tu cerebro". Viernes, 30 mayo, 15'30h. Showcooking.

4.- DIETA ANTIINFLAMATORIA EN MENOPAUSIA

Laura Martínez Sitjes es dietista, naturópata y terapeuta holística, con gran experiencia en bienestar y procesos de cambio que ayudan a las personas a sentirse en plenitud y armonía. Estará en BioCultura BCN con una ponencia dedicada a la alimentación antiinflamatoria para mujeres en etapa de peri y menopausia. La cita es el jueves 29 a las 13h en el showcooking de la feria. Será una demostración muy práctica de qué alimentos son recomendables en esas épocas y la manera de cocinarlos.

5.- MICROBIOTA Y CÁNCER DE MAMA

Marta Capelán es una oncóloga especialista en cáncer de mama y experta en oncología integrativa con más de 20 años de experiencia trabajando como oncóloga en hospitales de renombre internacional en España y en el extranjero. Marta acompaña y ayuda a las personas con cáncer a mejorar sus síntomas, efectos secundarios, su calidad de vida durante y después de los tratamientos... empleando su método ADN-RESET. Marta estará en BioCultura BCN con su charla "Microbiota y cáncer de mama". La cita es el jueves 29 de mayo a las 16h en la sala 6.

6.- LUCES ROJAS

María del Mar Molina es pionera en España en llevar la nutrición a otro nivel, con la creación del Movimiento Ancestro-Moderno en el año 2017, donde nace la Pirámide Original del Ser Humano y el Programa Ancestro-Moderno, por el que más de 6.000 personas de todo el mundo han transformado su vida. Es experta en nutrición y dietética desde hace más de diez años. "Durante demasiado tiempo hemos confiado nuestra salud a una industria que no vela por nuestro bienestar, sino por intereses económicos y sociales. Nos han vendido soluciones que no resuelven el problema de raíz; es momento de desmitificar todo lo que nos aleja de nuestra verdadera salud", señala. "La salud no se compra, se cultiva cada día con nuestro estilo de vida y la luz artificial y el azúcar son los grandes detonantes de la salud de la Humanidad", añade. María del Mar Molina es autora del libro "Dieta Solar", CEO y fundadora de Mithohacks, marca de lentes blueblockers y luz roja que estará este año en BioCultura BCN. Participa en la Jornada de Salud Integrativa con "El Impacto oculto de la Luz Artificial. ¡Apaga la Luz. Enciende tu Salud". Sábado 31 mayo, 13.30h. Sala 10.

7.- AYURVEDA Y SANACIÓN

El viernes 30 de mayo, dentro de la programación de actividades de BioCultura, Agrima Awasthi y Luna Salvo pasarán por la feria con su ponencia "Ayurveda. Principios básicos para la sanación". Agrima Awasthi es médica ayurvédica con amplia trayectoria en India y Europa. Forma parte del equipo médico del Maharishi Ayurvedic Health Center y, además de consultas personalizadas, realiza conferencias en distintos países del mundo. Luna Salvo es co-fundadora de Indiaveda. Ha sido formada en ayurveda y yoga en India, con más de 12 años de experiencia ayudando a las personas y difundiendo el conocimiento ayurvédico en España. A las 11h. Sala 1.

8.- MENSTRUACIÓN, SUELO PÉLVICO, MENOPAUSIA Y PLACER

Dàlia es una empresa emergente catalana que abarca con sus productos desde la menstruación hasta la menopausia, pasando por la educación sexual y la salud del suelo pélvico, sin olvidar el placer y la sensualidad. Silvia Just impartirá el "Taller de Intimidad Consciente: Menstruación, Suelo Pélvico, Menopausia y Placer". Viernes, 30 mayo, 18'00h. Sala 6. La empresa tiene en su catálogo copas menstruales, bañadores ecológicos menstruales, bolas pélvicas, etc. Sílvia Just presentará los productos más innovadores para: (R)evolucionar la menstruación, combatir la atrofia y la sequedad vaginal en la menopausia, vivir una sexualidad consciente: el placer es salud.

9.- SALUD INTEGRATIVA Y FATIGA CRÓNICA

La Dra. Ariana Lara es médica cirujana, certificada en medicina funcional, experta en microbiota, en oncología integrativa y en medicina de la longevidad con máster en nutrición deportiva. Es divulgadora científica de enfermedades modernas, adyuvantes y alimentación consciente. En su consulta lleva a cabo un abordaje personalizado que potencia la salud del paciente desde la raíz. Un exterior saludable comienza en el interior, señala. "MSN podcast (Medical Sport Nutrition) es un espacio donde invita a expertos en medicina integrativa-funcional como medicina convencional alopática, nutrición clínica, nutrición deportiva y deportistas de élite con el fin de aportar valor a nuestra comunidad para que la ciudadanía tenga la capacidad de discernir y decidir cómo, con quién, por qué y para qué mejorar su salud", nos dice. Para ella la mejor medicina es enseñarle a las personas a no necesitar medicina alguna. Estará en BioCultura BCN, el 31 de mayo, como una de las/los ponentes de la Jornada de Salud Integrativa. Concretamente, con una ponencia dedicada a la fatiga crónica. Sala 10. 18h.

10.- PARA VIVIR MÁS Y, SOBRE TODO, MEJOR

El sábado 31 de mayo, en las actividades paralelas de BioCultura 2025 ubicadas en el showcooking, estará Loli Curto. Es naturópata-nutricionista, especializada en dietoterapia macrobiótica equilibrada, es una habitual de BioCultura y sus talleres, conferencias y videos en su canal son visitados por miles de personas. Claves para vivir más y mejor. "La microbiota es nuestro patrimonio más valioso para la salud y la longevidad". Sábado, 31 de mayo. 18'30h. Showcooking.

11.- LA DERVICHE GIRÓVAGA

Virginia Joëlle será la protagonista del concierto "al-Andalus S. XXI" con músicas sufíes, neoandalusíes, medievales, etc. Ella pondrá la guinda del pastel con sus danzas giróvagas. Burruezo & Nur Camerata pondrán la música. Pedro Burruezo, voz, mondol y percusión. Berna Jones, violín. Robert Santamaría, qanún. Una velada muy sugerente con danzas preciosas y músicas inspiradas e inspiradoras que llegan al corazón. "al-Ándalus S. XXI". Sábado 31, de mayo. 19h. Auditorio de La Farga.

12.- MERMELADAS VEGANAS Y COUS COUS DE TRIGO SARRACENO TARTARIO

María Córdoba es gerente y creadora de SaludViva. Junto a su socia, Rosa Martos, están al frente de una empresa que lanza al mercado productos de una gran calidad, ecológica, nutricional, organoléptica, etc. SaludViva estará en BioCultura BCN presentando su catálogo y sus novedades. María cursó estudios en Medicina Tradicional China y Acupuntura. La presentación en BioCultura lleva por título: "Cómo Preparar Mermeladas Veganas y Cous Cous de Trigo Sarraceno Tartario". Domingo, 1 junio 12'30h. Showcooking.