

# CIENCIA EN JUEGO

## INTERCAMBIO DE CARTAS

FICHA NRO. 105

**NOMBRE:** Flavio Francini

**CIUDAD/PROVINCIA:** La Plata, Buenos Aires

**LUGAR DE TRABAJO:** Centro de Endocrinología  
Experimental y Aplicada  
CONICET - UNLP- CCT La Plata  
FCM - Centro Asociado CICPBA

**DISCIPLINA CIENTÍFICA:** Endocrinología

**ESPECIALIDAD:** Fisiología Nutrición



## ¿QUIÉN SOY?



¡Hola! Mi nombre es **Flavio Francini**. Vivo en la Ciudad de La Plata y soy investigador del CONICET en el Centro de Endocrinología Experimental y Aplicada.

Soy biólogo y desde muy chico sentí curiosidad por la ciencia, en especial por la naturaleza y las enfermedades. Por eso estudié Biología. Además de aprender y resolver “acertijos” biológicos, me gusta ayudar a las personas, así que trabajo con médicos aportando al conocimiento de las causas de enfermedades como diabetes u obesidad, para así poder curarlas. En este camino me especialicé en el rol de los alimentos y la actividad física en el desarrollo de estas enfermedades, de modo de poder contribuir al diseño de herramientas que permitan a las personas mejorar su salud. Me gusta mucho investigar sobre los compuestos presentes en las plantas que puedan ser útiles para resolver estos problemas. ¡Es difícil aburrirse pues cada pregunta que logramos contestar genera otras tantas nuevas!

## ¿QUÉ INVESTIGO?

Las investigaciones que realizamos en nuestro laboratorio se relacionan con dietas no saludables, ricas en alimentos ultraprocesados o en algunos tipos de grasas y sus efectos sobre la salud, en especial en enfermedades como diabetes y obesidad. ¿Alguna vez se te ocurrió que podrías clasificar los alimentos que consumimos como las luces de un semáforo? ¿o que existe la pirámide de la actividad física? También investigamos distintos compuestos que pueden ayudarnos a mejorar nuestra salud y cuánto podríamos ahorrar en gastos de salud, si seguimos ciertas normas de alimentación saludable y actividad física para prevenir estas enfermedades.

## ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LO QUE INVESTIGO?

Estas enfermedades están presentes en nuestra población en un número importante. Del mismo modo, desde hace unos años se encuentran en constante crecimiento transformándose en un serio problema de salud. Si no se tratan adecuadamente y a tiempo, generan daños muchos más graves, que pueden afectar muy seriamente nuestra calidad de vida, incluyendo el trabajo y gastos en salud. Por eso es importante actuar siempre en la prevención de estas, para lo cual es clave tener hábitos saludables. ¡Correr, saltar, nadar, jugar a la pelota y una rica ensalada de frutas pueden ser nuestros mejores aliados para una vida más sana!

## CONTACTO

[conicet.gov.ar/programas/vocar/acciones-ciencia-juego/](http://conicet.gov.ar/programas/vocar/acciones-ciencia-juego/)  
[vocar@conicet.gov.ar](mailto:vocar@conicet.gov.ar)