

Kursas „Mityba ir sveikata“
PASKAITŲ IR PRATYBŲ TVARKARAŠTIS

Data	Laikas	Tema	Seminaro vieta
11-25	10-16 val.	Mitybos fiziologija: maisto medžiagos, virškinimas, vitaminai ir mineralinės medžiagos. Kūno masės vertinimas. Anstvorio ir nutukimo diagnostiniai kriterijai. Vaikų augimo kreivės ir kūno masės vertinimas. Kūno sudėties analizatoriai. Nutukimo epidemiologija. Nutukimas ir metaboliniai sutrikimai. Liguistas (morbid) nutukimas. Nutukimas ir fizinis aktyvumas: mokslo įrodymai. <i>Doc. dr. Sandrija Čapkauskienė, Doc. dr. Miglė Bacevičienė</i>	BLC centras, K. Donelaičio g. 62, iš V.Putvinskio g. 53, Kaunas
12-02	10-16 val.	Mitybos vertinimas. Maisto pasirinkimas ir jį lemiantys veiksniai. Paros energijos poreikio apskaičiavimas. PSO sveikos mitybos rekomendacijos. Maisto produktų ženklavimas. <i>Doc. dr. Vilma Kriaučionienė</i>	viešbutis „Kaunas“ (Laisvės al. 79, Kaunas)
12-09	10-14 val.	Mėsos vartojimo/nevartojimo dilema. Mėsos maistinė vertė ir funkcionalumo didinimo galimybės. <i>Prof. dr. Gintarė Zaborskienė</i>	viešbutis „Kaunas“ (Laisvės al. 79, Kaunas)
12-16	10-14 val.	Nutukimo biocheminis ir fiziologinis mechanizmas. Nutukimo poveikis fizinei ir psichinei sveikatai. <i>Doc. dr. Sandrija Čapkauskienė</i>	viešbutis „Kaunas“ (Laisvės al. 79, Kaunas)
12-22	10-16 val.	Mityba ir lėtinės neinfekcinės ligos Mitybos rekomendacijos lėtinių ligų profilaktikai. Nepakankama mityba. Maisto netoleravimas. Valgymo sutrikimai. Svorio mažinimo rekomendacijos ir būdai. <i>Doc. dr. Vilma Kriaučionienė</i>	viešbutis „Kaunas“ (Laisvės al. 79, Kaunas)

Dėl papildomos informacijos prašome kreiptis el. paštu: info@sportoakademija.lt arba telefonu 8 613 29199.

www.sportoakademija.lt