

**Kursas „Mityba ir sveikata“**
**PASKAITŲ IR PRATYBŲ TVARKARAŠTIS**

<b>Data</b>	<b>Laikas</b>	<b>Tema</b>	<b>Seminaro vieta</b>
09 22	10-14 val.	<b>Mitybos fiziologija:</b> maisto medžiagos, virškinimas, vitaminai ir mineralinės medžiagos. <i>Doc. dr. Sandrija Čapkauskienė,</i>	Viešbutis Kaunas, Laisvės al. 79
09 29	10-14 val.	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. Nutukimo poveikis fizinei ir psichinei sveikatai. <b>Nutukimas ir fizinis aktyvumas: mokslo įrodymai.</b> <i>Doc. dr. Miglė Bacevičienė</i>	Viešbutis Kaunas, Laisvės al. 79
10 06	10-14 val.	<b>Nutukimo biocheminis ir fiziologinis mechanizmas.</b> Diabetas. <i>Doc. dr. Sandrija Čapkauskienė</i>	Viešbutis Kaunas, Laisvės al. 79
10 13	10-14 val.	<b>Mėsos vartojimo/nevartojimo dilema.</b> Mėsos maistinė vertė ir funkcionalumo didinimo galimybės. <i>Prof. dr. Gintarė Zaborskienė</i>	Viešbutis Kaunas, Laisvės al. 79
10 20	10-14 val.	Mitybos vertinimas. Maisto pasirinkimas ir jį lemiantys veiksniai. Paros energijos poreikio apskaičiavimas. <b>PSO sveikos mitybos rekomendacijos.</b> Maisto produktų ženklavimas. <i>Doc. dr. Vilma Kriaučionienė</i>	Viešbutis Kaunas, Laisvės al. 79
10 27	10-16 val.	Mityba ir lėtinės neinfekcinės ligos Mitybos rekomendacijos lėtinių ligų profilaktikai. Nepakankama mityba. <b>Maisto netoleravimas.</b> Valgymo sutrikimai. <b>Svorio mažinimo rekomendacijos ir būdai.</b> <i>Doc. dr. Vilma Kriaučionienė.</i>	Viešbutis Kaunas, Laisvės al. 79

Dėl papildomos informacijos prašome kreiptis el. paštu: [info@sportoakademija.lt](mailto:info@sportoakademija.lt) arba telefonu 8 613 29199.

[www.sportoakademija.lt](http://www.sportoakademija.lt)