

Jak efektywnie zredukować masę ciała i zdrowo się odżywiać?

14 kwietnia 2023

kategoria:

Aktualności



Czeladzkie Spotkania Medyczne

W czwartek, 13 kwietnia, w Kopalni Kultury odbyła się kolejna odsłona Czeladzkich Spotkań Medycznych. Tym razem rozmawiano o tym, jak efektywnie zredukować masę ciała i jak zdrowo się odżywiać w dobie inflacji.

– Naszym gościem była specjalistka dietetyki klinicznej, która zajmuje się sposobem żywienia osób przechodzących poważną chorobę. Posiada wiedzę na temat tego, jak żywić chorego na różnych etapach choroby, w taki sposób, by nie dopuścić do jej dalszego rozwoju, oraz wspomagać proces zdrowienia. Dietetyk kliniczny nie tylko pomaga rozprawić się z otyłością czy fatalnymi nawykami żywieniowymi, ale także pomaga w walce o lepsze samopoczucie. Dlatego warto zgłosić się do niego w przypadku zmagania się z takimi chorobami, jak: cukrzyca czy insulinooporność – mówi **Monika Pawlik**, inicjatorka Czeladzkich Spotkań Medycznych.

Na pytania mieszkańców odpowiadała Małgorzata Słoma-Krześlak - dietetyk kliniczny, doktor nauk o zdrowiu, asystent badawczo-naukowy w Katedrze Dietetyki Śląskiego Uniwersytetu Medycznego oraz wykładowca na Wydziale Zdrowia Uniwersytetu WSB Merito w Gdańsku. Prelegentka krajowych oraz międzynarodowych konferencji naukowych. Współautorka ponad 50 publikacji naukowych oraz podręczników z zakresu żywienia, w których skupia się przede wszystkim na tematach poświęconych powikłaniom otyłości i zaburzeniom gospodarki węglowodanowej.

Jej książka „Żywienie, leczenie i suplementacja w insulinooporności” stała się bestsellerem wydawnictwa lekarskiego już w przedsprzedaży. Autorka szkoleń dla specjalistów poświęconych tematyce insulinooporności i chorób towarzyszących oraz dietoterapii w chorobach tarczycy. Członkini wielu towarzystw naukowych, m.in. Polskiego Towarzystwa Medycyny Stylu Życia, Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego. Na co dzień łączy pracę naukową z kliniczną w Poradni Zaburzeń Metabolicznych i Leczenia Otyłości w

Sosnowcu, gdzie specjalizuje się w leczeniu otyłości, insulinooporności oraz endokrynopatii.

Czeladzkie Spotkania Medyczne

Czeladzkie Spotkania Medyczne to projekt skierowany do wszystkich mieszkańców Czeladzi niezależnie od wieku, ukierunkowany na wzmocnienie świadomości społecznej w zakresie profilaktyki. Tematyka spotkań jest zróżnicowana i dotyczy zarówno chorób cywilizacyjnych, jak i innych najczęściej spotykanych poprzez pryzmat wczesnego wykrywania, metod leczenia i możliwej profilaktyki. W trakcie prelekcji prowadzący starają się przybliżyć mieszkańcom aktualny stan badań naukowych, dotyczących tematyki zdrowotnej, a także wskazać atuty zdrowego stylu życia. Spotkania, na których zaproszeni lekarze specjaliści dzielą się własną wiedzą i doświadczeniem, odbywają się cyklicznie, raz w miesiącu.

Honorowy patronat nad wydarzeniem objął Marszałek Województwa Śląskiego Jakub Chelstowski oraz Burmistrz Miasta Czeladź Zbigniew Szaleniec.

Czeladzkie Spotkania Medyczne (13.04.2023)

14 kwietnia 2023 18 zdjęć



[Czeladzkie Spotkania Medyczne \(13.04.2023\)](#)



[Czeladzkie Spotkania Medyczne \(13.04.2023\)](#)



[Czeladzkie Spotkania Medyczne \(13.04.2023\)](#)



[Czeladzkie Spotkania Medyczne \(13.04.2023\)](#)



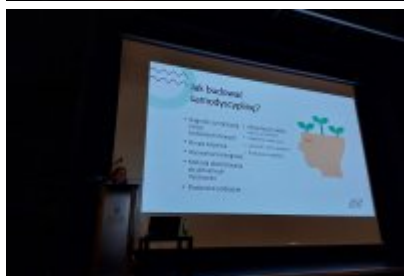
Czeladzkie Spotkania Medyczne (13.04.2023)



Czeladzkie Spotkania Medyczne (13.04.2023)



Czeladzkie Spotkania Medyczne (13.04.2023)



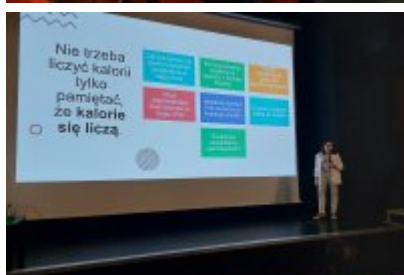
Czeladzkie Spotkania Medyczne (13.04.2023)



Czeladzkie Spotkania Medyczne (13.04.2023)



Czeladzkie Spotkania Medyczne (13.04.2023)



Czeladzkie Spotkania Medyczne (13.04.2023)



Czeladzkie Spotkania Medyczne (13.04.2023)



Czeladzkie Spotkania Medyczne (13.04.2023)



Czeladzkie Spotkania Medyczne (13.04.2023)



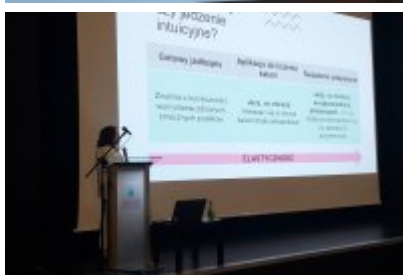
Czeladzkie Spotkania Medyczne (13.04.2023)



Czeladzkie Spotkania Medyczne (13.04.2023)



Czeladzkie Spotkania Medyczne (13.04.2023)



Czeladzkie Spotkania Medyczne (13.04.2023)