Spotkanie w dr n. med. Justyną Jessa w Wojewódzkiej Bibliotece Publicznej



Spotkania / Warsztaty

12.06.2025
17:00

Wstęp wolny

Dr n. med. Justyna Jessa, jest dietetykiem klinicznym, absolwentką Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego. W Instytucie Matki i Dziecka w Warszawie w ramach doktoratu prowadziła badania dotyczące diety w zaburzeniach ze spektrum autyzmu (ASD), szczegółowo zgłębiając temat powiązania różnych aspektów żywienia z ASD. Jest autorką książek: "Autyzm i dieta - co jako rodzic powinieneś wiedzieć", "SIBO-jak przywrócić równowagę pracy jelit" oraz "Wszystkie oblicza cukru". Ma duże

doświadczenie w prowadzeniu diet u kobiet w ciąży, również powikłanej, dzieci, a także pacjentów z chorobami metabolicznymi i autoimmunologicznymi oraz SIBO i innymi zaburzeniami mikrobioty jelitowej. Jest autorką publikacji naukowych oraz popularnonaukowych, m.in. na temat nietolerancji glutenu, probiotyków i suplementów, wpływu mikrobiomu na zdrowie, żywienia dzieci, nutrigenetyki i wielu innych.
Temat: Żywienie dziecka w spektrum ASD - fakty i mity
Podczas spotkania pani dietetyk wygłosi prelekcję nt:
- Diety zasadne i zbędne w żywieniu dziecka w spektrum autyzmu
- Z czego mogą wynikać problemy jelitowe u dziecka z ASD?
- Kluczowe elementy diety dla mózgu - "brain food"
- Suplementacja zasadna i zbędna
- Wybiórczość pokarmowa u dziecka z ASD, przyczyny i strategie pracy z dzieckiem z wybiórczością pokarmową
- Diagnostyka zasadna i zbędna w świetle wiedzy naukowej
Po prelekcji odbędzie się dyskusja z uczestnikami, w czasie której dietetyk odpowie na pytania.
W czasie spotkania będzie można zakupić książkę autorki.
12.06.2025
godz. 17:00
Namiot WBP w Opolu

Tagi
spotkanie