وبینار کاربرد مدل های روزه داری در مدیریت وزن و اختلالات متابولیک

### پژوهشكده علوم غدد درون ريز و متابوليسم

دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

### 25 بهمن 1403

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ساعت | بـرنـــامــــه | سخنـــران |
| **9:00-08:50** | **تلاوت قرآن مجید**  | **-** |
| **9:30-9:00** | **اثرات ناشتایی بر متابولیسم** | **دکتر زهرا بهادران****(دکتری تخصصی پژوهشی علوم تغذیه، دانشیار)** |
| **10:00-9:30** | **مدل های رایج روزه داری** | **دکتر زهرا بهادران** |
| **10:30-10:00** | **اثرات روزه داری متناوب بر کاهش وزن، کنترل گلیسمیک و پروفایل لیپیدی** | **دکتر زهرا بهادران** |
| **11:00-10:30** | **مروری بر عوارض احتمالی روزه داری متناوب** | **دکتر زهرا بهادران****(دکتری تخصصی پژوهشی علوم تغذیه، دانشیار)** |
| **11:30-11:00** | **روزه داری اسلامی**  | **دکتر فیروزه حسینی اصفهانی** **(دکتری تخصصی پژوهشی علوم تغذیه، محقق عالی)** |
| **12:00-11:30** | **اثرات روزه داری اسلامی بر کاهش وزن، کنترل گلیسمیک و پروفایل لیپیدی** | **خانم زهرا گائینی (کارشناسی ارشد علوم تغذیه، محقق عالی)** |

 **دبیر برنامه : دکتر زهرا بهادران**