

## **V Национална конференция по хранене. Обучителен модул за общопрактикуващи лекари на тема „Хранене и хронични заболявания“**



Уважаеми колеги и приятели на списание „Наука Диететика“,

На 28–30 май 2010 г. в „Златни пясъци“ се проведе V Национална конференция по хранене, организирана от Българското дружество по хранене и диететика, председателствана от проф. Божидар Попов, на тема „Хранителни аспекти в превенцията и лечението на хроничните неинфекциозни заболявания“. С тази поредна инициатива водещите национални специалисти в областта на нутрициологията представиха съдържателна научна програма в две основни направления – храненето в превенцията и лечението на съвременните болести и съвременните аспекти на здравословното хранене и проблеми от алтернативни хранителни режими. За първи път в рамките на конференцията съвместно с „Академия Кардиология“ се проведе и обучителен модул за общопрактикуващи лекари на тема „Хранене и хронични заболявания“

За съжаление много често чрез медиите се появяват несериозни, объркващи и дори изцяло грешни твърдения по отношение на здравословното хранене. Псевдоспециалисти раздават щедро съвети за диетолечение и приложение на различни диетични режими. Те предписват рестриктивни диети, обещаваат отлични резултати за кратко време, но не се интересуват от последиците за здравето след тяхното прилагане.

Според проучвания 40–50% от жените в Европа са постоянно на някакъв ограничен хранителен режим. У нас нещата не са по-различни – по неофициални данни в България над 80% от жените са или са се подлагали на някаква диета. При мъжете диетоманията е по-умерена и не превишава 50%. Но в повечето случаи диетолечението е самоволно и заимствано от интернет, медии и познати.

Прилагането на диета е много индивидуално за всеки човек. Нейният ефект зависи както от здравословното му състояние, така и от уникалните му метаболитни и генетични особености. Неправилното въвеждане на различни ограничителни хранителни режими носи различни опасности за здравето. При всяка диета се възпроизвежда т. н. метаболитен стрес и се нарушава не само физическото, но и психическото състояние на човека. Прилагането на диети без консултация със специалист или поне със семейния лекар представлява сериозен риск за здравето.

В динамичната съвременна медицинска практика все повече нараства необходимостта от актуална информация за превантивните и лечебните аспекти на храненето. Приложението на медикаментозни подходи и правилното съчетаване на диета, хранителни добавки и фармакотерапия са основни елементи в превенцията и терапията на пациента.

Списание „Наука диететика“ ще предостави на своите читатели по-важната част от научната информация на конференцията, както и редица други статии, с което искрено се надявам да ви бъдем полезни и да допринесем за повишаване на стабилните и получили доказателства съвременни познания по хранене и диететика.

Доц. Даниела Попова  
Главен редактор на сп. „Наука Диететика“