



Obezitás a várandósság előtt, után és közben – mit tehet a védőnő?

Jelenlegi ajánlások és az úrkorszak lehetőségei

 Helyszín: Egyszülős Központ, Budapest XII., Magyar Jakobinusok tere 1.

 Dátum: 2025. május 8. (csütörtök)

 Időpont: 12:00–17:00 (érkezés 11:45-től)

 Online élő közvetítés (Zoom):

<https://us02web.zoom.us/j/81979119783?jst=2>

(Az esemény hang- és diasor-felvétellel rögzítésre kerül.)

 Regisztráció: <https://forms.gle/xw6qsKxc4pEeDmg76>

Pár hely még elérhető személyes részvételre is, de leginkább online lehet bekapcsolódni.

Szeretettel várjuk Önt!

A Szervezők nevében:

Várfalvi Marianna, elnök (Magyar Védőnők Szakmai Szövetsége)

info@mvszsz.hu

Dr. Kulin Sándor, ügyvezető (E-Med4All Europe Kft) -
figyelunk_rad@pregnascan.eu

Obezitás a várandósság előtt, után és közben – mit tehet a védőnő?


Jelenlegi ajánlások és az úrkorszak lehetőségei


PROGRAM

12:05–12:15 – Köszöntő


 Várfalvi Marianna, elnök – Magyar Védőnők Szakmai Szövetsége

**12:15–12:45 – A cukorháztartás változásai várandósan –
Miért fontos normál tartományban tartani a vércukorszintet?**

 Dr. Gutmann Orsolya, szülész-nőgyógyász szakorvos, perinatális szaktanácsadó, a BPK egyik szakmai alapítója

 (Az előadás összeállításában közreműködött: Dr. Erdély Evelin, szülész-nőgyógyász szakorvos)

12:45–13:15 – Az anyai-magzati kötődés erősítése, mint motivációs faktor a mértékletességre

 Szelényi Nóra, pszichológus, perinatális szaktanácsadó, anya-magzat kapcsolatanalitikus, a BPK egyik szakmai alapítója

13:15–13:45 – Szünet – Szendvicsebéd

**13:45–14:15 – Súlyos kérdések – könnyebb válaszok:
dietetikai irányelvek a várandósság előtt, közben és után**


 Antal Emese, dietetikus, szociológus, a TÉT Platform szakmai vezetője, doktorandusz – Semmelweis Egyetem Egészségtudományi Doktori Iskola

**14:15–14:50 – Mozgás és sport várandósság előtt, alatt, után –
A biztonság jegyében, irányelvek és evidenciák alapján**


 Iván Edina

14:50–15:00 – Rövid szünet


15:00–15:30 – Funkcionális szemlélet a metabolikus egészségért a várandósság körül

 Kokavec Katalin, funkcionális medicina életmódprogramok oktatója

**15:30–16:00 – Hasznos jótanácsok az egészséges anyagcsere-egyensúlyhoz
várandósság előtt, alatt és után – 25 év orvosi tapasztalata alapján**

 Dr. Kulin Sándor, szülész-nőgyógyász szakorvos (drkulin.com), integratív szemléletű orvos, a HeartReader rendszer fejlesztésének ügyvezetője

**16:00–16:30 – A PregnaScan/HeartReader program bemutatása –
Együtműködés a magyar védőnőkkel 2019 óta**

 Dr. Kulin Dániel, kutató, társalapító – E-Med4All Europe Kft. (PregnaScan / HeartReader), doktorandusz – Semmelweis Egyetem, Transzlációs Medicina Intézet

16:30–17:00 – Zárszó, kötetlen beszélgetés, kérdések–válaszok