ВЫСШАЯ ШКОЛА НАТУРОТЕРАПИИ

НАУЧНОЕ ОБЩЕСТВО

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ АССОЦИАЦИИ НАТУРОТЕРАПЕВТОВ

**Мастер-класс проф. Т.Л.** **Киселевой**

**ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА ПИЩЕВЫХ РАСТЕНИЙ: РЕГУЛЯЦИЯ ОБМЕНА УГЛЕВОДОВ И АНТИСТРЕССОВОЕ ПИТАНИЕ**

Москва, 16-17 марта 2019 г, 10-18 ч.

|  |  |
| --- | --- |
| **Время** | **Тема лекции** |
|  **День 1:**10.00-18.00Обед13.00-14.00 | **Часть 1.** Фитотерапия пищевыми растениями в традиционной и современной медицинской практике |
| **Часть 2.** Пищевое поведение при стрессе: «за» и «против» сладкой жизни с позиции традиционной медицины и современных научных представлений |
| **Часть 3.** Углеводы и углеводный обмен. Современные представления о различных классах углеводов в адекватном питании и детоксикации организма, в том числе с позиций антистрессовой терапии |
| **День 2:**10.00-18.00Обед13.00-14.00 | **Часть 4.** Регуляция обмена углеводов с помощью пищевых и лекарственных растений |
| **Часть 5.** Пищевые и лекарственные растения, обладающие сахароснижающим (инсулиноподобным) и регулирующим действием на обмен углеводов. Мировой опыт применения пищевых и лекарственных растений при сахарном диабете и современные представления о механизме их действия |
| **Часть 6.** Диетические, профилактические и лечебные свойства зерновых и круп из них. Особенности применения у детей и беременных женщин. Показания и противопоказания.Пищевое поведение для восстановления, сохранения и регулирования энергетического потенциала организма и нормальной (конституционально обусловленной) массы тела |
| **Часть 7.** 10 признаков антистрессового десерта и как превратить вкусный десерт в эффективное лекарство, в том числе для детей |