Cukrzyca jest chorobą cywilizacyjną, której rozwój najczęściej determinuje zachodni styl życia, wysokokaloryczne posiłki, zmniejszenie aktywności fizycznej i stres. **Na świecie prawie 400 mln osób cierpi z tego powodu.** Wysoki poziom cukru we krwi jest bardzo obciążający dla organizmu i jeśli problem nie jest skutecznie leczony prowadzi do inwalidztwa i przedwczesnej śmierci. Szacuje się, że na świecie co 5 sekund ktoś umiera z tego powodu i są to często osoby w najbardziej produktywnym wieku 40–60 lat. Co gorsza wiele osób choruje i o tym nie wie, bo nie odczuwa objawów.

Skuteczna profilaktyka tego schorzenia to eliminacja czynników ryzyka oraz regularne badania kontrolne.

CUKRZYCA - cichy zabójca
JAK GO POKONAĆ?

- Czy dieta może uchronić przed cukrzycą?
- Czy osoby cierpiące na cukrzycę mogą złagodzić objawy choroby przez odpowiednie odżywianie?

Na te pytania odpowie **lek. med. Grażyna Kuczek** – prelegentka i konsultantka w zakresie medycyny zapobiegawczej, autorka publikacji, redaktor naczelna czasopisma „Zdrowie z wyboru”, koordynator Programu Rewitalizacji i Edukacji Zdrowotnej Newstart® w Polsce. **Odbyła szereg szkoleń z zakresu zdrowego stylu życia i terapii żywieniem w Stanach Zjednoczonych, obecnie zawodowo związana z Fundacją Źródła Życia.**

13.05.14 godz.18.00 Szkoła Główna Handlowa, al. Niepodległości 162, budynek C, Aula 1

Wykład odbywa się w ramamch Ogólnopolskiego Tygodnia Wegetarianizmu i jest współorganizowany przez Projekt Ekostudent. Zapraszamy na tydzienwege.pl.

Ekostudent ZSP SGH

vege

Viva! Akcja dla zwierząt Organizacja Pożytku Publicznego

FUNDACJA ŹRÓDŁA ŻYCIA