

Zucker - die unterschätzte Gefahr

BEAUTY / WELLNESS



© Sherry Young-Posolia.com

Zucker wird von vielen Menschen für unproblematischer gehalten als Fette oder Proteine. Doch das Gegenteil ist oft der Fall. Zucker, das ist nicht nur der weiße Haushaltszucker und das sind nicht nur die Süßigkeiten. Dieses Wort umfasst weit mehr, denn alle Kohlenhydrate sind Zucker und damit haben wir derzeit eine Überversorgung, auch durch stärke- und getreidehaltige Nahrung.

Die Folgeerkrankungen durch zu hohen Konsum von Kohlenhydraten zu Ungunsten von Fetten und Proteinen in der Nahrung sind zahlreich und in ihrer Häufigkeit steigend, wie neue Statistiken belegen.

Hormonelle Dysbalance, Insulinresistenz, Antriebslosigkeit, Hauterkrankungen, Intoleranzen und sogar Bluthochdruck können die Folge sein.

In diesem Tages-Seminar werden die Ursachen und Folgen von gesellschaftlich legitimiertem hohem Kohlenhydrat-Konsum besprochen sowie Wege aus der Zuckerfalle aufgezeigt. Diese Fortbildung wendet sich an Ernährungsberater/innen, Wellnesstrainer/innen, Heilpraktiker/innen und andere interessierte Berufsgruppen.

Dozent/in Gina Gurgul: Durch ihre Tätigkeit und Erfahrung als Fachberaterin für Ernährungsmedizin in hausärztlicher Praxis leitet Frau Gurgul ihre Seminare an der Paracelsus-Schule sehr praxisbezogen. Kenntnisse u.a. der Biochemie und Anatomie, die sie durch ihr Studium der Humanmedizin an der Charité Berlin erwerben konnten, runden die Inhalte der Seminare ab. Insbesondere der ernährungsmedizinische, ganzheitliche Ansatz ist aus ihrer Sicht besonders wichtig, um eine erfolgreiche Beratungspraxis zu führen, die sich mit den Fragestellungen unserer derzeitigen Ernährung beschäftigt. An der Paracelsus-Schule leitet Frau Gurgul u.a. die `Ausbildung zur/zum Ganzheitlichen Ernährungsberater/in` in Berlin und gibt Webinare, wie z.B. `Ernährungsbedingte Erkrankungen` oder `Ernährungsberatung für Kinder und Jugendliche`.

Termine:
Sa. 17.05.2025
09:00-17:00 Uhr

Preis:
155,- Euro *



Paracelsus
Gesundheitsakademie
Onlineunterricht
Tel. 0261-95252-0

Seminarnummer:
SSB111170525

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

