



UITNODIGING

Congres: DieetTrends

15 oktober 2019

Antwerpen

Doelgroep: Diëtisten en andere gezondheidswerkers met interesse voor voeding

Plaats: Auditorium De Stroming, Nationalestraat 111 in Antwerpen

Moderator: Prof. dr. Patrick Mullie, voedingsexpert, VUBrussel

Accreditatie wordt aangevraagd voor Nederlandse diëtisten bij ADAP.

Achter de vele dieettrends die de laatste jaren ontstaan zijn schuilt de vraag: 'Wat zegt de wetenschap hierover?' Soms lijkt het of commerciële aspecten de overhand dreigen te nemen. Zijn korte termijn resultaten te verantwoorden in de huidige diëtetiek? Tijdens dit congres bekijken we niet enkel de voor- en nadelen van de belangrijkste dieettrends, maar ook hoe wetenschappelijke gegevens gebruikt en misbruikt worden. Hoe kunnen dieetgoeroes ontstaan? En hoe is met al deze kennis onze huidige voedingsdriehoek tot stand kunnen komen?

Programma:

9:00u Inloop en registratie

9:30u Trendy diëten en het proteïnedieet

Spreker: Prof. dr. Patrick Mullie, voedingswetenschapper, VUBrussel

Door de commercialisatie van vooral het behandelen van overgewicht en obesitas worden we overspoeld door een massa aan trendy diëten. Onder het mom van wonderlijke resultaten hebben dergelijke diëten maar dikwijls één hoofddoel: de auteur rijker maken. Zijn al deze trendy diëten slecht? En wat zijn de resultaten op korte en lange termijn? Hoe kunnen we deze diëten nuttig inschakelen in een vermageringstherapie?

10:20 Intermittent fasting

Spreker: Prof. dr. Aan Kharagjitsing, internist, UZBrussel

Is deeltijds vasten ook alweer een nieuwe trend? Werkt het ook bij mensen? Wat zijn de metabole effecten en wat is bewezen? Wat is er te winnen of net te verliezen bij welke aandoening of wat is er zelfs potentieel gevaarlijk? En waarom denken we dat het werkt?

11:10 pauze

11:30 Ketogeen dieet

Spreker: Nina Van Den Broecke, lector Voedings- en Dieetkunde, Odisee Gent

Het ketogeen dieet zit duidelijk in de lift. Zowel in de pers als op sociale media wordt het gepromoot als het nieuwe wonderdieet. Nieuw is het nochtans niet. De eerste wetenschappelijke artikelen over het ketogeen dieet dateren van begin vorige eeuw. Aanvankelijk werd het gepromoot als behandelingswijze voor epilepsie maar tegenwoordig lijkt het de oplossing voor onze welvaartsziekten. Maar is dat ook zo? Wat zijn de voordelen en nadelen van het ketogeen dieet? Hoe ziet het er praktisch uit? En bij welke ziektebeelden kan het een meerwaarde betekenen? Op deze en andere vragen wordt in deze lezing een antwoord gegeven.

12:20 lunch

13:15 Het WPBF-dieet

Spreker: Dr. Annelies Moons, huisarts

Een goed uitgebalanceerd plantaardig voedingspatroon (Whole Food Plant Based diet; WFPBD) voorziet in al onze voedingsbehoeften en draagt in belangrijke mate bij tot het voorkomen van ziekten zoals hart- en vaatziekten, kankers en diabetes. Een gevarieerd voedingspatroon op basis groenten, fruit, noten, zaden, peulvruchten, volkoren graanproducten en een beperkte hoeveelheid vetten levert je lichaam alle bouwstoffen om goed te functioneren en te recupereren bij stress, ziekte, trauma's of agressie van buitenaf. De heilzame invloed op onze darmflora speelt hierin een belangrijke rol. Duurzame voeding zorgt niet alleen voor een gezond lichaam maar ook voor een gezondere planeet.

14:05 Het gebruik en misbruik van wetenschappelijke gegevens

Spreker: Prof. dr. Theo Niewold, voedingswetenschapper, KULeuven

Vrijwel dagelijks wordt het publiek geconfronteerd met berichten in de media over wat een nieuwe wetenschappelijke studie nu weer heeft aangetoond op het gebied van voeding. Ook boekenschrijvers, bepaalde onderzoekers en bedrijven zwaaien met allerlei "wetenschappelijke bewijzen". Dit ondermijnt het vertrouwen van de mensen in de wetenschap en de voedingsadviezen die daarop gebaseerd zijn. Wat zijn de redenen en de mechanismen achter het ge/mis-bruik, en wat valt er aan te verbeteren? En: wat is wetenschap eigenlijk?

14:55 Pauze

15:10 Het ontstaan van de huidige voedingsdriehoek

Spreker: Prof. dr. Patrick Mullie, voedingswetenschapper, VUBrussel

De oude voedingsdriehoek had het moeilijk, vooral omdat het een compromis was met de voedingsindustrie. Anderzijds was een aanpassing aan de recente wetenschappelijke kennis noodzakelijk. De omgekeerde voedingsdriehoek lokt gemengde reactie uit. Waarom? Waarom het gebrek aan enthousiasme bij sommigen?

16:00 Einde

Inschrijven: Is noodzakelijk en kan via het inschrijvingsformulier op www.kintu.be
Inschrijven kan tot 7 oktober .

Kosten: € 125,- exclusief btw

Inclusief btw: € 151.25,-

Btw-bedrag: € 26.25,-

(inbegrepen: syllabus, koffie en thee bij ontvangst en pauzes, fruit, broodjeslunch)

Laatste jaarstudenten: **€79** (Laatste jaarstudenten zijn studenten zonder andere diploma's en tot 26 jaar.
Studentenkaart 2019-2020 bij inschrijving mailen naar chris.kerfs@kintu.be).

Over te schrijven op rekening van Kintu:

IBAN: BE51 0017 7351 5462

BIC: GEBABEBB

Met vermelding van: Naam en Voornaam + Dieettrends.

Factuur voor voldaan en attest voor deelname ontvangt u na het congres.

Indien een factuur op voorhand vereist is gelieve dit aan te geven op het inschrijvingsformulier.

Algemene voorwaarden

- **Inschrijven verplicht tot betalen.** De betaling wordt verwacht onmiddellijk na aanmelding.

Het bedrag dient in ieder geval betaald te zijn vóór de start van het congres. Wordt dit later betaald dan rekenen wij een boete aan van €10 extra.

- Tot 24 september kunt u afmelden en krijgt u het bedrag teruggestort mits €29,- inhouding voor administratiekosten. Na 24 september is er geen terugbetaling meer mogelijk, maar u krijgt dan wel de syllabus toegestuurd. U kunt zich altijd laten vervangen door een andere collega.

Locatie

Auditorium van De Stroming, Nationalestraat 111, Antwerpen

Uw contactpersoon:

Chris Kerfs, organisator Kintu

chris.kerfs@kintu.be