

Speisekarte für das Gehirn: wie die Ernährung unsere Hirnfunktionen beeinflusst.

Lass die Nahrung deine Medizin sein und Medizin deine Nahrung! (Hippokrates von Kós, 400 v.Chr.)

In jedem Organ sind die Interaktionen zwischen den Zellen von großer Bedeutung! Jedoch sind diese Interaktionen nirgendwo so lebenswichtig wie im Nervensystem. Damit diese Interaktionen optimal verlaufen können, benötigen wir chemische Substanzen (Neurotransmitter und Neuromodulatoren). Die Herstellung dieser Substanzen hängt unmittelbar mit der Einnahme, Resorption und Verarbeitung verschiedener Nahrungsmittel zusammen. Sowohl die Menge, als auch die Qualität unserer Ernährung spielt dabei eine wichtige Rolle! Wenn unser Darm jedoch diese Nahrungsmittel nicht richtig verarbeitet, wirkt sich dies letztendlich negativ auf die Interaktionen unserer Nervenzellen aus.

Wissenschaftliche Forschungen zeigen, dass mittlerweile, insbesondere aufgrund der „Genmanipulation von Nahrungsmittel“, jeder von uns eine Überempfindlichkeit an bestimmten Substanzen vorweist (Laktose, Gluten, Kasein etc.). Diese können zu entzündlichen Reaktionen im Körper führen, welche sich schlussendlich auf das Nervensystem auswirken. Die Entstehung von verschiedenen Erkrankungen wie Depressionen, Parkinson, Demenz, MS, ADHS etc. können daher direkt mit unserem Ernährungsverhalten in Zusammenhang stehen.

- Altern und krank werden: Wahrheit oder Mythos
- Zusammenhang von Ernährung auf Erkrankungen wie Diabetes, Arthrosen, Herz-Kreislauf- Erkrankungen, Schilddrüsenunterfunktion, Krebserkrankungen, Depressionen, Parkinson, Demenz, MS, ADHS etc.
- Über die Darmbakterien bis zu den Neurotransmittern und Hirnfunktionen
- Auswirkungen von genmanipulierten Nahrungsmitteln und die Entstehung „chronischer subklinischer Entzündungen, Veränderung der Blut-Hirn-Schranke und degenerative Hirnprozesse“
- Haben unsere Nahrungsmittel noch ausreichend Nährstoffe für uns?
- Zusammenhang von Nährstoffe und Herstellung von
 - Neurotransmittern und Neuromodulatoren
 - Neurotrophen Faktoren (Lebensmoleküle für die Nervenzellen)
- Leptin & Esssucht
- Worauf hat unser Gehirn Appetit?
 - der bittere Nachgeschmack des Zuckers
 - Mythos Kohlehydrate / Cholesterin
 - Fette: gut oder schlecht für unser Gehirn?
- Freie Radikale
 - Was wir unter Antioxidantien versus oxidativer Stress verstehen sollten
- Epigenetik: wie sich die Ernährung auf unsere Gene auswirkt
- **Ist unser Gehirn Opfer der Genmanipulation unser Nahrungsmittel?**
- Intestinale Mikrobiota (Darmflora), Herstellung von Hormonen und Hirnfunktionen
- Gesund altern – und wie können wir unser Gehirn gesund ernähren?
Wenn du keine Zeit findest, dich um deine Gesundheit zu kümmern, wirst du Zeit finden müssen, dich um deine Krankheit zu kümmern! (Dr. med. Lair Ribeiro)
„Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben.“
(Cicely Saunders)

Zielgruppe: Ärzte/innen, Psychologen/innen, Pädagogen/innen, Sportwissenschaftler, Heilpraktiker/innen, Physiotherapeuten/innen, Ergotherapeuten/innen, Logopäden/innen, alle Fachleute aus den medizinisch-therapeutischen, psycho-sozialen und pädagogischen Berufsfeldern, sowie alle „Neu(ro)gierigen“

Referent: Prof. Dr. (BRA) Nelson Annunciato, Sao Paulo (Brasilien)

Studium der Medizin an der Universität Sao Paulo (Brasilien), Forschungen im Bereich der Neuroanatomie als wissenschaftlicher Assistent an der Universität Sao Paulo (Spezialfach Biomedizin in der Abteilung für funktionelle Neuroanatomie). Während der Promotion Tätigkeiten in der Hirnforschung am Institut für Anatomie an der Medizinischen Universität zu Lübeck und am Institut für biochemische Wissenschaften der Universität Sao Paulo.

Forschungen an der Deutschen Akademie für Entwicklungsrehabilitation in München, Habilitation an der Universität Sao Paulo. Ab 1999 Privatdozent an der Universität Mackenzie in Sao Paulo (Forschungsschwerpunkt: Entwicklungsstörungen des kindlichen Gehirns)

Ab 2001 Lehrstuhl als Professor und Leiter der Abteilung für Entwicklungsstörungen an derselben Universität, Internationale Vortrags- und Seminartätigkeit, Gastprofessuren, Wissenschaftliche Beratungstätigkeit.

Fachpublikationen und Übersetzung von Fachbüchern.

Termin: Samstag,	15.06.2019	10.00 - 16.30 Uhr
Sonntag,	16.06.2019	09.00 - 15.30 Uhr

Fortbildungspunkte: 14

Teilnahmegebühr: 295,00 Euro

In den Pausen wird ein Imbiss gereicht.