

SYDSVENSK FÖRENING FÖR NUTRITION PROGRAM VÅREN 2021



Kan man 3D-printa mat?

Evelina Höglund, Forskare produktdesign, RISE

Torsdag 11 februari kl 18.30

Plats: Zoom (länk skickas ut på mail)

Kan man 3D-printa mat? Ja, det kan man. Men varför vill man göra det? 3D-printing är en ny teknik på livsmedelsområdet, och den har två stora fördelar: den kan formge mat på ett sätt som är omöjligt/tidskrävande att göra i fabrik eller för hand, och man kan personanpassa en måltid utan att det kostar extra. Det här skapar helt nya möjligheter för kockar i storkök som bereder mat för de som har svårt att tugga och svälja (dysfagi). Dysfagi är vanligast bland äldre, och en mycket stor andel är eller ligger i riskzonen för undernäring. Evelina Höglund berättar om hur en 3D-printer kan bli ett viktigt verktyg för att minska undernäringen.

ÅRSMÖTE (se info på baksidan)

Vad står det egentligen på livsmedelsförpackningen?



Rebecka Persson, Specialist i nutrition och märkeslagstiftning, Orkla

Tisdag 16 mars kl 18.30

Plats: Zoom eller Blockets föreläsningssal 4

Flera av vår tids största folkhälsoproblem är kostrelaterade. Tydlig kommunikation på eller i anslutning till livsmedel i butiken skulle kunna hjälpa konsumenter till bättre val. Men varför ska det vara så invecklat? Vad får en livsmedelsproducent kommunicera om ett livsmedels innehåll och effekt på hälsan? Och hur skiljer det sig från vad andra, med eller utan expertiskunskaper, får kommunicera om hur en viss kost eller vissa livsmedel påverkar hälsan? Utöver det tittar vi på vilken rätt konsumenter har till information om livsmedel för att kunna fatta ett välavvägt beslut och blickar framåt mot kommande lagförslag inom livsmedelsinformationsområdet.



Dricka vatten för att optimera metabol status

Sofia Enhörning, Läkare, PhD, Lunds Universitet & Skånes Universitetssjukhus

Torsdag 15 april kl 18.30

Plats: Zoom eller Blockets föreläsningssal 4

Hormonet Vasopressin reglerar kroppens salt- och vattenbalans genom sin vattensparande effekt i njuren. Vi har tidigare kunnat visa att förhöjda nivåer av hormonet ökar risken för framtida utveckling av diabetes, övervikt och hjärt-kärlsjukdom. Vasopressin-koncentrationen i blodet kan effektivt sänkas genom att dricka vatten. I en pågående randomiserad klinisk studie testar vi nu om ökat vattenintag hos individer med vanligtvis lågt vattenintag ger positiva effekter på blodsocker och kardiovaskulär risk.

Följande info gäller för samtliga föreläsningar, mer info på <http://sydsvensknutrition.org>

Plats: Skånes Universitetssjukhus i Lund, Blockets föreläsningssal 4 (eller zoom). Tid: kl.18.30.

Kostnad: Gratis för medlem, icke-medlem 100 kr, 50 kr student (ej doktorand).



SYDSVENSK FÖRENING FÖR NUTRITION PROGRAM VÅREN 2021

Välkommen till Sydsvensk Förening för Nutrition!

Sydsvensk Förening för Nutrition är en förening för dig som är intresserad av mat, nutrition och hälsa. Varje termin ordnar vi intressanta föreläsningar på aktuella teman inom livsmedels- och nutritionsområdena. Yrken som finns representerade i föreningen är bl.a. dietister, nutritionister, livsmedels-ingenjörer, hem- och konsumentkunskapslärare och kostekonomier.

Vad får du som medlem?

Som medlem får du möjlighet att delta i våra föreningsaktiviteter med föreläsningar i aktuella ämnen och studiebesök.

Medlemsavgiften är 250 kr (ordinarie) och 150 kr för studenter (ej doktorander) och betalas per kalenderår. Önskar du bli medlem fyller du i ditt namn och e-postadress under fliken [bli medlem](#) på vår hemsida och betalar in avgiften på plusgirokonto 78 79 28-1. Ange ditt namn i meddelandefältet när du betalar.

Besök gärna vår hemsida <http://sydsvensknutrition.org> för mer information. På Facebook heter vi Sydsvensk Förening för Nutrition.

Årsmötet 16e mars 2021

Årsmötet håller hus den 16/3 kl 17.30, antingen på Zoom eller om möjligt på Skånes Universitetssjukhus i Lund, Blockets föreläsningssal 4. Eftersom läget är ovisst återkommer vi med aktuellt information om årsmötet via mail när det närmar sig. Efter årsmötet följer föreläsning av SFN styrelsens egna Rebecka Persson, Orkla.

OBS! Vänligen notera att föreläsningar den 16/3 och 15/4 antingen kan komma att hållas på Zoom eller på plats på Blocket i Lund, beroende på hur Corona-situationen ser ut senare i vår. Detta meddelas våra medlemmar på mail.