



ONLINE Symposium

Fit & Gezond?

11 februari 2021

Opname te bekijken van 1 juli t/m 15 september 2022

Doelgroep: Diëtisten, kinesitherapeuten, artsen en andere gezondheidswerkers.

Accreditatie is goedgekeurd door - Pro-Q-Kine: 6 navormingseenheden

- ADAP: 3 punten

Gezond eten en meer bewegen. Het lijkt wel een waarheid als een koe om een gezonder lichaam te krijgen. Maar wat is meer? En hoe doen we dat het best? Welke inspanningen hebben invloed op onze metabole gezondheid? En hoe moeten we trainen om onze lichaamssamenstelling te kunnen veranderen? Blijkbaar is ook dit allemaal heel individueel. Ook het interpreteren van de meetresultaten van een bio-elektrische impedantiemeting wordt tijdens dit symposium verduidelijkt.

Programma

9:00u Wat is fitheid?

Spreker: prof. dr. Dominique Hansen, hoogleraar in revalidatie/inspanningsfysiologie bij interne ziekten, UHasselt

Wat is fitheid?

Welk effect heeft fitheid op onze gezondheid en hoe komt dit?

9:50u Invloed van beweging op lichaamssamenstelling?

Spreker: prof. dr. Dominique Hansen, hoogleraar in revalidatie/inspanningsfysiologie bij interne ziekten, UHasselt

Welke soort inspanning bij welke aandoening?

Hoeveel spiermassa kan men bereiken door inspanning?

Welke inspanningen verbranden visceraal vet?

Een lijst van kcalverbruik bij inspanning?

Is plaatselijk vet verliezen mogelijk?

Hoe moeten wearables geïnterpreteerd worden: als ik 500 kcal verbrand bij het sporten mag ik die ook extra opeten om mijn gewicht stabiel te houden? Korte uitleg over de Expert-tool.

11:05 pauze

11:15u Resultaten van bio-elektrische impedantiemetingen?

Spreker: Wesley Visser, diëtist, Erasmus MC Rotterdam

Hoe werken BIA-toestellen om lichaamssamenstelling te meten en wat zijn de voor- en nadelen hiervan? Hoe moeten de resultaten geïnterpreteerd worden?

12:10u Einde

Bio's van de sprekers

Dominique Hansen is hoogleraar in de Revalidatie- en Inspanningsfysiologie bij Cardiometabole Ziekten en vice-decaan van de Faculteit Revalidatiewetenschappen van de Universiteit Hasselt. Hij is tevens onderzoeker bij Hartcentrum Hasselt, Jessa ziekenhuis Hasselt, Fellow van de European Society of Cardiology, en voorzitter van de Secondary Prevention and Rehabilitation sectie van de European Association of Preventive Cardiology (EAPC). Hij is (co-) auteur van >130 wetenschappelijke artikelen, waaronder de laatste Europese richtlijnen voor secundaire cardiovasculaire preventie en revalidatie, en sportcardiologie.

Wesley Visser is diëtist in het Erasmus MC in Rotterdam met als aandachtsgebieden nierziekten en nutritional assessment. Hij is tevens onderzoeker en werkt in een promotietraject aan voedingsinterventies bij patiënten met nierziekten waarbij veel lichaamssamenstelling worden bepaald. Daarnaast is hij lid van het Nutritional Assessment Platform waarin landelijke standaarden ontwikkeld worden voor het uitvoeren van Nutritional Assessment.

Kosten

€ ~~69~~ €59

(inclusief BTW, digitale hand-outs, opleidingsattest)

Algemene voorwaarden

- Inschrijven verplicht tot betalen.
- Er is geen terugbetaling mogelijk.
- Uw inschrijving is persoonlijk.
- U krijgt de link toegestuurd ten vroegste op 30 juni.

Studiepunten

Voor deze navorming krijgt u 3 studiepunten of 6 navormingseenheden.

Leden van PJK moeten een toets afleggen. Deze moet ten laatste ingediend zijn op 15 september. Uw punten worden bijgeschreven op 16 september 2022.

Het kwaliteitsregister voor Nederlandse Diëtisten wordt aangevuld op 16 september door Kintu.

Attest

Alle deelname-attesten worden verstuurd na 15 september.

Uw contactpersoon:

Chris Kerfs, organisator Kintu

chris.kerfs@kintu.be

