

در همایش زن، تغذیه و سلامت عنوان شد؛

شیوع انواع سرطانات برای زنان؛ مواظب تغذیه دختران باشید

کد خبر: ۹۸۴۶۴

تاریخ: ۱۰ اردیبهشت ۱۳۸۹ - ۱۰:۰۹

آفتاب: یک مشاور خانواده با بیان اینکه 70 درصد دختران ایران دارای فقر آهن هستند، اظهار داشت: شیوع سرطان رحم و سینه در حال افزایش است و همه این موارد به مسائل نوع تغذیه مربوط است.

به گزارش مهر، همایش زن، تغذیه و سلامت با محوریت نقش دین در مدیریت تغذیه و سلامت خانواده با تکیه بر کلام نورانی اهل بیت عصر پنج شنبه در معاونت برنامه ریزی استانداری مازندران برگزار شد.

زبیده خدایی مدرس حوزه علمیه قم در این همایش در سخنانی اظهار داشت: اسلام به عنوان کامل ترین و جامع ترین دین از مدیریت بالایی در زمینه های مختلف برخوردار است.

وی با بیان اینکه اسلام بر مدیریت جسم و جان به صورت مکمل یکدیگر تاکید دارد، افزود: تغذیه روح افلاکی و جسم خاکی باید به صورت همزمان صورت گیرد.

این مبلغ مذهبی در داخل و خارج از کشور تصریح کرد: اسلام نمی پسندد که انسان به تغذیه روح افلاکی توجه کند اما از تغذیه جسم خاکی کوتاهی کند.

خدایی بهترین شیوه برای جلای روح را نماز دانست و خاطرنشان کرد: قلب ها جز با نام و یاد خدا آرام نخواهند شد و انسانی که نشاط دینی می خواهد نیازمند متصل شدن به منبع پر قدرت و نیرومندی است که آن ادا نماز است.

وی با اشاره به نگرانی و اضطراب های موجود میان نسل جدید گفت: هیچ نسلی مانند امروز نگرانی و دلهره ندارد و تکنولوژی اگرچه دستاوردهای فراوانی داشته اما موارد تخریب آن بیشتر بوده است.

این استاد حوزه و دانشگاه بیان اینکه امواج الکترومغناطیس برای انسان بسیار مضر است و افرادی که در معرض آن قرار دارند بی قرار و متلاطم می شوند، تصریح کرد: مسلمانان با وضویی که می گیرند این آلاینده ها را از صورت پاک می کنند.

افرادی که به خواب صبح عادت دارند از دریافت هورمون نشاط آور محرومند

خدایی با اشاره به مضر بودن خواب صبح گفت: کورتیزون از هورمون های نشاط آوری است که در سحرگاهان و در حالت بیداری آزاد می شود و افرادی که به خواب صبح مبتلایند از دریافت این هورمون بی بهره می مانند .

وی با بیان اینکه تغذیه جسم بسیار مهم تر از تغذیه روح است، افزود: غذا می تواند بسترساز هدایت و شقاوت و تاثیرگذار در پذیرش حق و باطل باشد.

این مشاور خانواده با بیان اینکه فقر ویتامین های گروه ب باعث عصبانیت در افراد می شود، گفت: فقر

ویتامین ب همراه با کمبود کلسیم و فسفر از جمله عوامل ایجاد حالت های پرخاشگری است.

وی با اشاره به اینکه غذای ناسالم، مادر بیماری ها است، تصریح کرد: آلرژی در کشور در حال افزایش است، سونامی سرطان و سکتة به زیر 20 سال رسیده و به این دلیل است که سفره های ما بسیار رنگارنگ تر و متفاوت تر از گذشته است.

مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری مازندران نیز گفت: هدف از برگزاری این همایش آشنایی بانوان با تغذیه سالم ، تغذیه درمانی و مدیریت سلامت مادران در خانواده و همچنین آشنایی با غذای متناسب با سنین مختلف برای فرزندان است.

زهره شرف الدین با بیان اینکه همایش به مناسبت ایام فاطمیه و نقش دین در مدیریت تغذیه و سلامت خانواده با تکیه بر کلام نورانی اهل بیت برگزار شد تصریح کرد: بانوان فعال تاثیرگذار از افشار مختلف ، طلاب ، اساتید و مشاوران حوزه های علمیه ، نمایندگان امور بانوان دستگاه های اجرایی استان و شهرستان ساری ، بسیجیان ، تشکل های غیردولتی بانوان ، مربیان طرح رحمت و مبلغان مذهبی در این همایش حضور یافتند.