



## برگزاری کارگاه آموزشی ویژگی های غذای ایمن به مناسبت روز جهانی غذا

کارگاه مذکور توسط جناب آقای دکتر مقدس کیا هیئت علمی دانشکده اجرا شده و بحث های موجود در حوزه صنعت غذا و اصول الگوی تغذیه مناسب بررسی شد.

مدرس محترم در ابتدا ضمن اشاره به مفهوم غذای سالم، پایش میکروبی شیمیایی و فیزیکی و توکسیکولوژی مواد غذایی را یک ضرورت مهم دانست و گفت: غذای سالم باعث پیشگیری از بیماری های رایج غیر واگیر نظیر بیماری های قلبی عروقی، دیابت سرطان می شود.

دکتر مقدس کیا ادامه داد: امروزه مهم ترین عامل گسترش بیماری های غیر واگیر عدم توجه به تغذیه مناسب بوده و مقدار مصرف نمک، شکر و نوع و میزان چربی مصرفی تاثیر به سزایی در بروز این بیماری ها دارد و در حوزه سلامت غذا بر دارو مقدم است.

وی به اهمیت روش های پخت، نگهداری و فراورش مواد غذایی نظیر سرخ کردن، کبابی کردن در زندگی روزمره اشاره کرد و افزود: در صورت عدم رعایت اصول صحیح پخت ممکن است ترکیبات سمی مانند آکریلامیدها در انواع غذاهای سرخ کرده بوجود آید.

در ادامه بحث، آموزش های لازم در خصوص صنعت غذا و روش های انتخاب غذای سالم داده شده و به اهمیت برچسب اصالت و نشانگر تغذیه ای در محصولات غذایی اشاره شد. در انتهای جلسه، به سوالات مطرحه حاضرین در حوزه صنعت آرد، لبنیات و محصولات پروبیوتیک و سیمبیوتیک پاسخ داده شد.