



Paskaitėlėje “Mityba nėštumo ir žindymo metu” susipažinsite su:

- Sveiko gyvenimo pradžiamoksliu:
 - ❖ Kūno pokyčius;
 - ❖ Maisto įtaką nėštumo eigai;
 - ❖ Sveikos mitybos piramide;
 - ❖ Kodėl nėštumo metu ypač geidžiate kai kurių produktų;
 - ❖ Maisto produktus, kuriuos turėtumėte vartoti bei, kurių turėtumėte atsisakyti nėštumo metu.

Užsiėmimą veda poliklinikos gydytoja
vaikų endokrinologė *Lina Orlovskaja*.