

Федеральное государственное бюджетное учреждение науки Федеральный исследовательский центр питания, биотехнологии и безопасности пищи

**ПРОГРАММА**  
**научно-практического симпозиума**

**Спортивное питание для сбережения здоровья нации  
и лидерства в спорте**  
**20 апреля 2021 г**

<https://med.studio/event/sportivnoe-pitanie-dla-sberezenia-zdorova-nacii-i-liderstva-v-sporte>

**10:00-11:30 СИМПОЗИУМ «НАУЧНЫЕ КОНЦЕПЦИИ ПИТАНИЯ  
СПОРТСМЕНОВ И ЛИЦ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ДЛЯ  
ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ»**

**Модератор:**

**Никитюк Дмитрий Борисович**, член-корреспондент РАН, доктор медицинских наук, профессор, директор ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»

10:00-10:30 Спортивное питание: путь к здоровью и высоким спортивным результатам  
**Тутельян Виктор Александрович**, академик РАН, доктор медицинских наук, профессор, научный руководитель ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»

**Никитюк Дмитрий Борисович**, член-корреспондент РАН, доктор медицинских наук, профессор, директор ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»

10:30-10:50 Макронутриенты (белки, жиры, углеводы) как основа спортивного питания  
**Бессонов Владимир Владимирович**, доктор биологических наук, заведующий лабораторией химии пищевых продуктов

10:50-11:05 Источники белка для сбалансированного питания. Протеиновые батончики: задачи нутрициологической коммуникации\*

**Ольга Бузылева**, директор по развитию бизнеса KIND в Восточной Европе  
**Анастасия Егорова**, менеджер по научным коммуникациям и нормативному регулированию ООО «Марс»

*\*При поддержке компании Марс, не подлежит аккредитации баллами НМО*

11:05-11:15 Обсуждение. Вопросы, ответы.

11:15-11:30 Перерыв

**11:30-16:10 СИМПОЗИУМ «ПЕРСОНИФИКАЦИЯ РАЦИОНА КАК ВАЖНАЯ  
СОСТАВЛЯЮЩАЯ ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОВ»**

**Модератор:**

**Погожева Алла Владимировна**, доктор медицинских наук, профессор, ведущий научный сотрудник лаборатории демографии и эпидемиологии питания ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»

11:30-11:50 Роль витаминов и минералов в питании человека, в повышении адаптационного потенциала и спортивной успешности

**Коденцова Вера Митрофановна**, доктор биологических наук, профессор, ведущий научный сотрудник лаборатории витаминов и минеральных веществ ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»

11:50-12:10 Энергетический обмен в условиях покоя и интенсивной физической активности

**Кобелькова Ирина Витальевна**, кандидат медицинских наук, ведущий научный сотрудник лаборатории спортивной антропологии и нутрициологии ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»

12:10-12:25 Угроза - рост потребления сахара. Как сохранить здоровье? Специальная продукция \*

**Игорь Иванов** - специалист по качеству в области производства спортивного питания  
*\*При поддержке компании Здоровит, не подлежит аккредитации баллами НМО*

12:25-12:45 Опорно-двигательный аппарат как направление «главного удара» для достижения спортивных рекордов

**Погожева Алла Владимировна**, доктор медицинских наук, профессор, ведущий научный сотрудник лаборатории демографии и эпидемиологии питания ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»

12:45-13:15 Мастер-класс по инновационным методам оценки спортивной успешности: калиперометрии и биоимпедансометрии

**Бурляева Екатерина Александровна**, кандидат медицинских наук, зав. консультативно-диагностическим центром «Здоровое и спортивное питание» ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»

13:15-13:30 Обсуждение. Вопросы, ответы.

13:30-13:50 Специализированные продукты спортивного питания: как достичь максимальной эффективности

**Кобелькова Ирина Витальевна**, кандидат медицинских наук, ведущий научный сотрудник лаборатории спортивной антропологии и нутрициологии ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»

13:50-14:35 Специализированная продукция для детей-спортсменов как нутритивная поддержка для полноценной адаптации к физическим нагрузкам в детско-юношеском спорте \*

**Никитина Евгения Валерьевна** - медицинских советник Олимпик.

*\*При поддержке компании Олимпик, не подлежит аккредитации баллами НМО*

14:35-14:55 Избыточная масса тела и дефицит массы тела: пути коррекции

**Залетова Татьяна Сергеевна**, научный сотрудник персонализированной терапии, врач-терапевт, кардиолог, диетолог

14:55-15:15 Рекомендации по поддержанию водно-солевого обмена при повышенной физической нагрузке. Напитки в спортивном питании

**Раджабкадиев Раджабкади Магомедович**, младший научный сотрудник лаборатории спортивной антропологии и нутрициологии ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»

15:15-15:35 Анализ специализированных пищевых продуктов для питания спортсменов, прошедших экспертизу в ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» за последние 5 лет

**Трушина Элеонора Николаевна**, кандидат медицинских наук, заведующий лабораторией иммунологии ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»;

**Мустафина Оксана Константиновна**, кандидат медицинских наук, старший научный сотрудник ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»

15:35-15:55 Адаптогены – новые компоненты спортивного питания

**Солнцева Татьяна Николаевна**, кандидат медицинских наук, научный сотрудник  
лаборатории иммунологии ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»

15:55-16:10 Обсуждение. Вопросы, ответы.