

Série de webinaires

La nutrition est le fondement de notre cerveau et de notre santé

Rejoignez-nous!



12 mars
12h00-13h30 MST

Dr. Bonnie J. Kaplan

À propos du webinaire

Les sujets abordés comprendront les sources de micronutriments (minéraux et vitamines), leur contribution au fonctionnement du cerveau et les données probantes prouvant leur importance pour la santé mentale. Des recommandations seront fournies sur la manière d'intégrer ces informations dans la pratique clinique. D'autres sujets connexes seront abordés, tels que les preuves selon lesquelles les nutriments peuvent prévenir la démence et le rôle d'un microbiote intestinal sain. Enfin, des preuves très récentes seront présentées montrant qu'une supplémentation prénatale accrue réduit l'humeur et l'anxiété périnatales ainsi que les naissances prématurées.

En vedette

Actuellement professeure émérite à la Cumming School of Medicine de l'Université de Calgary, en Alberta, au Canada. Originnaire de l'Ohio, la Dre Bonnie J. Kaplan a effectué toute sa formation aux États-Unis. Elle a publié de nombreux articles sur les bases biologiques des troubles du développement et de la santé mentale, en particulier sur la contribution de la nutrition au développement et au fonctionnement du cerveau.

Ses efforts pour intégrer les connaissances en nutrition dans les soins aux personnes souffrant de problèmes de santé mentale lui ont valu de nombreux prix, dont le prix Dr Rogers (<https://www.drrogersprize.org>) en septembre 2019; sa sélection en 2017 comme l'une des 150 personnalités canadiennes qui font la différence en santé mentale, en l'honneur du 150^e anniversaire du Canada; et plus récemment sa nomination comme l'une des 7 personnes les plus influentes de plus de 70 ans à Calgary. Son livre *The Better Brain*, écrit avec son ancienne étudiante, la professeure Julia Rucklidge (Université de Canterbury, Christchurch, Nouvelle-Zélande), a été publié par Harper Collins.