

MAIJA GERTSONE

Specialitāte:

Uztura speciālists. Ārstniecības personas identifikatora Nr. 32650069621.

Izglītība:

2021. gadā iegūts bakalaura grāds medicīnas zinātnē: Uzturs un Dietoloģija (ASV, Ouachita Baptist Universitāte). 2022. gadā apgūta Profesionālās pilnveides programma C kategorijas trenera sertifikāta ieguvei fitnesā un basketbolā. Pēc bakalaura studijām turpinātas mācības maģistrantūrā (Rīgas Stradiņa Universitāte) - Akadēmiskais veselības zinātņu maģistra grāds uzturzinātnē, 2024. gada Maijs.



Darba pieredze:

No 2019.-2021. gadam dietologa asistenta pienākumi slimnīcā ASV - ārstniecības iestādēs "Baptist Health Medical Center-Arkadelphia". No 2020.gada OptaviaTM uztura speciālista pārstāvis. (Uztura rekomendāciju izstrāde pēc asins analīžu rezultātiem, klientu izglītošana uztura jomā, ēdienkaršu sastādīšana).

Pētniecības projekti:

"Studentu uzskati par tauku lietošanu uzturā", 2020. gada projekts.

"Auzu pārslu cepumu pagatavošana izmantojot SteviaTM saldinātāju, lai novērotu izmaiņas cukura daudzumā un tekstūrā priekš diabētiķu pacientiem", 2021. gada projekts.

"Ogu mazgāšanas ietekme uz bakteriālo piesārņojumu", 2023.-2024. gada projekts.

Specializācija:

Sniedz rekomendācijas un izstrādā uztura plānus pacientiem ar: gremošanas trakta, sirds un asinsvadu un citām hroniskajām slimībām, lieko vai nepietiekamo svaru, augstu fizisko slodzi un cilvēkiem, kas vēlas uzlabot savus uztura paradumus un dzīves kvalitāti. Strādā ar ķermeņa kompozīcijas analīzes un pamatvielmaiņas datiem, pēc kuriem tiek sastādīts individuāls uztura plāns un rekomendācijas.

Valodas:

Latviešu, Angļu