

# Program

## Mikrobiota jest Kobieta – edycja 3.

Data: **8 marca 2025 r.** (sobota),  
godz. **09.00**

Miejsce: **Courtyard by Marriott & Moxy,**  
**1. piętro, Posejdon, Szczecin**

Prowadzące: **prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Karolina Skonieczna-Żydecka oraz dziennikarka Karolina Kalatzi**

**09:00**

**Rejestracja, kawa**

**09:30 - 11:00**

**AKKERMANSIA MUCINIPHILA. BAKTERIA PRZYSZŁOŚCI**

**09:30**

**Piękno kryje się w jelitach. Wprowadzenie do osi jelito-mikrobiota-skóra**

dr n. med. Marzena Perzanowska-Stefańska

**10:00**

**Pasteryzowana *Akkermansia muciniphila*. Nowe narzędzie w medycynie estetycznej**

lek. stom. Edyta Adamczyk-Kutera

**10:30**

**Czy tylko dieta? Jak zadbać o swój organizm przez suplementację**

Jakub Mauricz

**11:00 - 11:30**

**Przerwa kawowa**

**11:30 - 13:30**

**PSYCHOBIOTYKI I DLA CIAŁA, I DLA DUCHA**

**11:30**

**Czy można mieć psychikę ze stali? Trening siłowy dla mózgu**

dr Agata Misera

**12:00**

**Jak zaprogramować zdrowe dziecko?**

prof. dr hab. n. med. Beata Łoniewska

**12:30**

**Cierpi psyche, cierpi soma – oś jelito-mózg a ADHD dorosłych – perspektywa dietetyka**

mgr Małgorzata Pielichowska

**13:00**

**Trudne związki – otyłość i zaburzenia psychiczne**

mgr Magdalena Hajkiewicz-Mielniczuk

**13:30 - 14:15**

**Lunch**

**14:15 - 15:45**

**NIEDOKRWISTOŚĆ. LEKI, DIETA, A MOŻE PROBIOTYKI?**

**14:15**

**O żelazie – męska opowieść dla kobiet**

Prof. dr hab. n. med. Kazimierz Ciechanowski

**14:45**

**Nowy standard w gastroenterologii: doustne żelazo + probiotyk**

Prof. dr hab. n. med. Wojciech Marlicz

**15:15**

**Iron Woman. Jak uzupełnić żelazo za pomocą diety i probiotyków?**

Prof. dr hab. n. med. Ewa Stachowska

**15:45 - 16:30**

**Probiotyki, psychobiotyki, postbiotyki. Skąd wiedzieć, co wybrać?**

**Panel dyskusyjny**

moderator dr n. med. Igor Łoniewski