



أحمد الصالح

أخصائي تغذية كويتي

كويتي - الكويت

اقرأ المزيد

من هو أحمد الصالح

الدكتور أحمد الصالح أخصائي تغذية علاجية ورياضية كويتي الجنسية، يعمل على تقديم استشارات غذائية تهدف إلى تحسين الصحة العامة والوقاية من الأمراض المزمنة. وقد امتدت خبرته في هذا المجال لسنوات عديدة، تجمع بين الجوانب البحثية والتطبيقية. يحظى الصالح باحترام زملائه في القطاع الطبي لالتزامه بنشر المعرفة العلمية المتعلقة بالتغذية الصحية ومدى تأثيرها الإيجابي على نمط الحياة. كما يشارك بانتظام في الحملات والأنشطة التوعوية المتعلقة بالصحة والتغذية، مسلطاً الضوء في ذلك على أحدث المستجدات حول أسس الغذاء الصحي وممارساته اليومية. ساهم الصالح في تنظيم وتنفيذ عدة مبادرات صحية مشتركة مع جهات حكومية، من بينها برامج توعوية غذائية خلال شهر رمضان. وعلى سبيل المثال، قدم أثناء هذه الفترة برنامجاً تلفزيونياً توعوياً يومياً بالتعاون مع جهات صحية وتعليمية حكومية، حيث تناول مواضيع متعلقة بالتغذية الصحية والوقاية من الأمراض المزمنة. كما ألقى محاضرات وورش عمل تثقيفية للعاملين في المؤسسات الإعلامية والصحية المحلية، موضحاً العلاقة بين التغذية المتوازنة ومكافحة السمنة والأمراض المرتبطة بها. كما يعمل الصالح على توظيف المنصات الرقمية في نشر التوعية الغذائية، حيث يدير مدونة شخصية ويتفاعل عبر حساباته على مواقع التواصل الاجتماعي بنشر محتوى تثقيفي مبسط حول التغذية. ويتضمن هذا المحتوى نصائح يومية تتعلق بتوزيع المجموعات الغذائية وأهمية تناول الخضراوات والفاكهة وممارسة الرياضة بانتظام. ومن خلال أسلوبه التعليمي المبسط يهدف الصالح إلى تعزيز فهم الأفراد للعادات الغذائية الصحية وتشجيعهم على اتباع نمط حياة غذائي متوازن يدعم الصحة العامة.