



محمود الحسيني

أخصائي تغذية لبناني

لبناني - لبنان

اقرأ المزيد

من هو محمود الحسيني

محمود الحسيني هو أخصائي تغذية لبناني معتمد، يحمل ترخيص مزاولة المهنة من وزارة الصحة اللبنانية في مجال التغذية العلاجية. يعمل الحسيني على تقديم الاستشارات الغذائية الفردية والجماعية، كما يضع برامج غذائية متكاملة تراعي الاحتياجات الصحية المختلفة، مثل إدارة الوزن وتعزيز النظام الغذائي الصحي. يعتمد في منهجه على قواعد علمية رصينة، ويدمج في عمله التمارين الرياضية المناسبة ونمط الحياة السليم لضمان تحقيق النتائج المرجوة في تحسين الصحة العامة والحفاظ على اللياقة البدنية. ويُعرف عنه الاهتمام بتوعية الأفراد حول أهمية تناول الغذاء المتوازن وتعزيز الثقافة الغذائية السليمة في المجتمع. يبرز الحسيني أيضًا كمنشئ محتوى إعلامي في مواضيع الصحة والتغذية، حيث يقدم معلومات مبسطة وواضحة تعتمد على الأدلة العلمية، مع السعي إلى تصحيح المفاهيم الخاطئة الشائعة حول الحميات الغذائية والأنظمة الغذائية المتبعة. وقد ظهر في برامج وبودكاست عربية تتناول قضايا الصورة الجسدية والتغذية وأسلوب الحياة الصحي، موضحًا أهدافه في كشف الحقائق وتمييز العلم عن الشائعات. ويركز في تفسيراته على ما هو مثبت علميًا من معارف التغذية، ويدعو متابعيه إلى اتخاذ خيارات غذائية واعية بعيدًا عن الممارسات العشوائية، بما يسهم في تعزيز صحة الجسم والعقل معًا. حظي الحسيني باحترام المجتمع الصحي لالتزامه بالمعايير المهنية ولخبرته التخصصية في مجال التغذية. وله مشاركات في مبادرات توعية غذائية محلية، حيث يتعاون مع نخبة من المختصين والمؤسسات ذات الصلة لنشر معلومات صحية موثوقة. ويسعى من خلال جهوده إلى تمكين الأفراد من الوصول إلى نمط حياة صحي ومستدام، من خلال نشر الوعي الغذائي القائم على العلم والحقائق الثابتة، مما يعزز دور التغذية العلاجية في دعم الصحة العامة والوقاية من الأمراض في المجتمع الذي ينشط فيه.