



د. محمد ربيع

أخصائي تغذية مصري

مصري - الكويت

اقرأ المزيد

من هو د. محمد ربيع

الدكتور محمد ربيع مصري الجنسية، متخصص في مجال التغذية، ويقيم حاليًا في دولة الكويت. يعمل أخصائيًا في التغذية السريرية، حيث يقدم استشارات غذائية وتعليمات حول نمط الحياة الصحي للأفراد. يُعرف الدكتور ربيع باهتمامه بتصميم برامج غذائية متوازنة تساعد على مواجهة تحديات الصحة العامة، مثل السمنة والأمراض المزمنة، ويسعى إلى نشر التوعية الغذائية بين مختلف فئات المجتمع. ويتطلع الدكتور ربيع دائمًا إلى ترجمة المعارف العلمية في التغذية إلى نصائح عملية مرتبطة بالحياة اليومية. يُقدّم الدكتور ربيع خدمات متخصصة تشمل تحليل الأنظمة الغذائية ووضع خطط مخصصة لضبط الوزن وتحسين الحالة الصحية. يعتمد في عمله على أحدث ما توصلت إليه البحوث العلمية في مجال التغذية، مما يتيح له تقديم نصائح مبنية على أسس علمية سليمة. كما طور برامج غذائية تركز على تعزيز الصحة العامة والوقاية من الأمراض المزمنة. وتساهم هذه البرامج في توعية الناس بأهمية التغذية المتوازنة كأساس للصحة المتكاملة. يتمتع الدكتور ربيع بحضور نشط على وسائل التواصل الاجتماعي، حيث يتواصل مع جمهوره ويوفّر لهم محتوى توعوي حول التغذية الصحية. يشارك بانتظام مقالات ونصائح غذائية مبسّطة تبرز أهمية تناول الأطعمة الطبيعية وتجنب الإفراط في المأكولات المصنّعة. كما يجب بشكل دوري على استفسارات المتابعين، مشجّعًا إياهم على تبني عادات غذائية سليمة كأساس لنمط حياة متوازن. ويساهم هذا التفاعل في تعزيز الوعي بأهمية الغذاء الصحي كجزء أساسي من الصحة العامة.