



محمد بوج

أخصائي تغذية سعودي

سعودي - المملكة العربية السعودية

اقرأ المزيد

من هو محمد بوج

محمد بوج هو أخصائي تغذية سعودي الجنسية، يقيم في المملكة العربية السعودية. تتركز خبرته على التطبيقات المتنوعة لعلوم التغذية الصحية، حيث يعمل على مساعدة الأفراد في تبني أنماط غذائية متوازنة. يتمتع بوج بشغف لنشر الوعي بأهمية الغذاء الصحي، وقد سعى لاكتساب معارفه في مجال التغذية من خلال التدريب المستمر ومتابعة أحدث المستجدات العلمية في هذا المجال. يمتلك محمد بوج حضوراً رقمياً نشطاً عبر منصات التواصل الاجتماعي، حيث يستخدم هذه القنوات لنشر نصائح غذائية ووصفات صحية مفيدة. يشارك من خلال هذه الحسابات محتوى متنوعاً يهدف إلى تعميم المعرفة الغذائية، ويتفاعل مع متابعيه عبر الإجابة على استفساراتهم المتعلقة بالأنظمة الغذائية الصحية. كما يسعى في محتواه إلى تبسيط المفاهيم الغذائية العلمية وتقديمها بأسلوب عملي وسلس. في مجمل نشاطه، يحرص بوج على تقديم معلومات غذائية مبنية على أسس علمية معتمدة، ويشجع متابعيه على اتباع العادات الغذائية الصحيحة للحفاظ على الصحة والوقاية من الأمراض المزمنة مثل السمنة والسكري. يُعرف بوج بالتزامه بالقيم المهنية والأخلاقية في عمله، ويسعى إلى المساهمة الفاعلة في نشر ثقافة التغذية الصحية داخل المجتمع السعودي. ويواصل بوج تطوير خبراته باستمرار للحفاظ على جودته في تقديم المشورة الغذائية، وهو حريص على الاطلاع على أحدث الدراسات العلمية في مجال التغذية.