



ناجي الحمادي

أخصائي تغذية كويتي

كويتي - الكويت

اقرأ المزيد

من هو ناجي الحمادي

يُعدّ ناجي الحمادي أخصائي تغذية كويتي، يقيم فيها ويعمل على تطوير الوعي الغذائي والصحي. يركز الحمادي في عمله على التوازن الغذائي والتغذية الرياضية كعوامل أساسية لتحسين الصحة العامة واللياقة البدنية. يعمل على تصميم برامج غذائية متكاملة مخصصة للأفراد، ويعتمد منهجيات علمية لضمان تحقيق نتائج فعّالة ومستدامة. ويولي اهتمامًا خاصًا لتلبية الاحتياجات الفردية وتكييف البرامج الغذائية بناءً على أنماط التغذية المختلفة. ومع هذه الجهود، يسهم الحمادي بفاعلية في الارتقاء بالوعي الصحي في المجتمع. ينشط الحمادي عبر منصات التواصل الاجتماعي المختلفة، حيث يقدم محتوى تثقيفيًا غنيًا حول التغذية الصحية ونمط الحياة النشط. ويتضمن ذلك نشر مقاطع فيديو وكتابة نصائح عملية توضيحية حول أساسيات النظام الغذائي المتوازن. كما أسهم الحمادي في صياغة مقالات توعوية حول التغذية واللياقة البدنية، تُنشر عبر منصات إلكترونية متخصصة في الصحة، ما يساهم في توسيع دائرة انتشار المعلومة الموثوقة بين الجمهور. ويحرص الحمادي على عقد جلسات تدريبية إلكترونية للتفاعل مع متابعيه والتوعية بالعادات الغذائية السليمة، مستهدفًا بذلك تعزيز المستوى الصحي بين فئات المجتمع، مما يساهم في رفع مستوى الوعي الغذائي في أوساط المجتمع. على مدار مسيرته المهنية، حرص الحمادي على مواكبة أحدث الأبحاث العلمية في مجالي التغذية والرياضة، فهو يؤكد دائمًا ضرورة الاستناد إلى الأسس العلمية في توصياته الغذائية. وقد ساعده هذا التوجه في تعزيز مكانته كخبير متخصص في مجال التغذية. ويواصل الحمادي تطوير نفسه مهنيًا من خلال المشاركة في البرامج التدريبية والمؤتمرات المتخصصة، بهدف خدمة المجتمع وتعزيز ثقافة التغذية الصحية في وطنه. وبذلك، يُعدّ الحمادي مساهمًا فاعلًا في تحسين معايير الصحة والتغذية في بلاده.