



ناتالي بسمة

أخصائية تغذية سريرية لبنانية

لبناني - المملكة العربية السعودية

اقرأ المزيد

من هي ناتالي بسمة

ناتالي بسمة هي أخصائية تغذية سريرية لبنانية الجنسية تقيم في المملكة العربية السعودية. تعمل بسمة على نشر الوعي بأهمية التغذية الصحية وأسلوب الحياة النشط من خلال مشاركتها المستمرة في وسائل الإعلام ومنصات التواصل الاجتماعي. وترتكز رؤيتها المهنية على تشجيع الأنظمة الغذائية المتوازنة التي تدعم العافية والوقاية من الأمراض دون اللجوء إلى الحميات الغذائية القاسية. وتشارك كذلك في حلقات نقاش ولقاءات إعلامية متخصصة في مجالات التغذية والصحة العامة. حصلت ناتالي بسمة على درجة البكالوريوس في العلوم البيولوجية من جامعة فلوريدا الدولية في الولايات المتحدة، ثم نالت درجتي الماجستير في التغذية الإكلينيكية والصحة العامة (السياسات الصحية وإدارة المستشفيات) من الجامعة نفسها. وأكملت تدريباً مهنيًا تناول موضوع السمنة وداء السكري، حيث ركزت رسالة الماجستير الخاصة بها على متلازمة الأيض لدى مرضى السمنة المفرطة. سبق أن عانت من السمنة المفرطة، وتمكنت من خسارة ما يقرب من مئة كيلوغرام من وزنها باتباع أسلوب حياة متوازن وصحي، مما زاد من خبرتها العملية في مجال إدارة الوزن. وتنتمي بسمة إلى جمعيات مهنية متخصصة في التغذية والصحة، وتعزز خبراتها بشهادات مهنية متعددة. أسست ناتالي بسمة شركة Natbasma التي تقدم برامج استشارية وخطط غذائية متخصصة للأفراد. كما تنشط في تنظيم ورش عمل ومحاضرات توعوية تهدف إلى ترسيخ مفهوم التغذية السليمة وتعزيز التغيير الإيجابي في أنماط الحياة. وتحمل بسمة أيضاً شهادة مدربة حياة معتمدة، مما يعزز قدراتها على تقديم الإرشاد النفسي والتوجيه الإيجابي ضمن برامجها المتخصصة. وتعكس هذه المبادرات التزامها بنقل المعرفة العلمية والتجربة الشخصية لمساعدة الآخرين على تبني أسلوب حياة أكثر صحة وتوازناً.