



تينا شاغوري

أخصائية تغذية إكلينيكية وخبيرة في صحة الهرمونات والطب الوظيفي

لبناني - الإمارات العربية المتحدة

اقرأ المزيد

من هي تينا شاغوري

تينا شاغوري هي أخصائية تغذية إكلينيكية لبنانية مقيمة في دبي، ومؤسسة عيادتها الخاصة التي تحمل اسمها. تتخصص في صحة المرأة باستخدام نهج الطب الوظيفي، مع تركيز خاص على الاضطرابات الهرمونية مثل متلازمة تكيس المبايض (PCOS)، وبطانة الرحم المهاجرة، ومشاكل الخصوبة وصحة الجهاز الهضمي. بدأت مسيرتها المهنية بعد تخرجها من الجامعة الأمريكية في بيروت، وهي مرخصة كأخصائية تغذية في كل من لبنان وهيئة الصحة بدبي (DHA). تعتمد تينا في ممارستها على تجربتها الشخصية مع المشاكل الهرمونية، مما دفعها إلى التعمق في الطب الوظيفي لفهم الأسباب الجذرية للأمراض بدلاً من معالجة الأعراض فقط. من خلال منصات الرقمية وعيادتها، تقدم استشارات فردية وبرامج جماعية ودورات عبر الإنترنت، أبرزها برنامجها "The Hormone Harmony Method". تهدف من خلال عملها إلى تمكين النساء في العالم العربي من فهم أجسادهن وتحقيق التوازن الهرموني الطبيعي عبر تغيير نمط الحياة والتغذية العلاجية.

إنجازات تينا شاغوري

أسست تينا شاغوري عيادتها الخاصة في دبي عام 2019، والتي تقدم من خلالها استشارات متخصصة في التغذية الوظيفية وصحة المرأة. لتصبح مرجعاً في هذا المجال في المنطقة. طورت برنامجاً شاملاً عبر الإنترنت بعنوان "The Hormone Harmony Method"، وهو مصمم لمساعدة النساء على معالجة الاختلالات الهرمونية بشكل طبيعي. يجمع البرنامج بين التغذية وتغيير نمط الحياة والمكملات الغذائية لتحقيق نتائج مستدامة. حصلت على ترخيص مزدوج لممارسة المهنة كأخصائية تغذية إكلينيكية، الأول من وزارة الصحة العامة في لبنان، والثاني من هيئة الصحة بدبي (DHA)، مما يعكس التزامها بالمعايير المهنية العالية في بلدين مختلفين.