

Kepada Yth,

1. Direktur/Kepala/Pimpinan Rumah Sakit
2. Kepala/Pimpinan Departemen Gizi Rumah Sakit
3. Para Ahli Gizi (Nutrisionis dan Dietisien) Rumah Sakit

Undangan Webinar Ahli Gizi Rumah Sakit bersama Tropicana Slim

Dengan hormat,

Menangani diabetes, mungkin Bapak/Ibu tidak lagi asing dengan istilah indeks glikemik. Indeks glikemik sering kali dijadikan salah satu acuan dalam pola makan untuk mengendalikan kadar gula darah (glukosa) yang tinggi. Memahami indeks glikemik suatu makanan akan mempermudah Bapak/Ibu dalam mengendalikan diabetes pada pasien diabetes. Secara umum, mengendalikan gula darah pada diabetes akan mengutamakan makanan dengan dengan indeks glikemik rendah atau sedang. Tujuannya agar gula darah tidak melonjak secara tiba-tiba. Meski begitu, bukan berarti harus serta-merta meninggalkan makanan yang indeks glikemiknya tinggi begitu saja.

Pola makan diabetes tetap harus tetap memenuhi nutrisi lengkap dan seimbang. Seperti yang dipaparkan Diabetes UK, jika terlalu berfokus pada IG, pola makan jadi lebih tinggi lemak dan kalori sehingga memperbesar risiko kenaikan berat badan. Jadi, penting untuk mempertimbangkan beban glikemik dari makanan tersebut, terutama bagi penderita diabetes yang perlu mengontrol kadar gulanya. Beban glikemik membantu Anda mengetahui kuantitas dan kualitas karbohidrat yang dimakan pada satu waktu. Hanya mengetahui indeks glikemik suatu makanan saja tidak cukup untuk mengetahui seberapa besar peningkatan kadar gula darah setelah makan.

Ahli Gizi memiliki peran yang penting untuk membantu pasien rumah sakit atau sebagai konsultan kepada pasien dalam menjaga gaya hidup sehat serta pencegahan penyakit, salah satunya dengan membatasi asupan GGL harian dalam sajian makanan selama perawatan di rumah sakit atau penerapannya setelah pasien di rumah.

Tropicana Slim mengundang Bapak/Ibu Ahli Gizi Rumah Sakit untuk mengikuti Diskusi Webinar dengan judul **“Ukur Lebih Akurat dengan Beban Glikemik”** pada :

Hari/Tanggal : Sabtu, 21 Agustus 2021
Waktu : Pukul 08.00 – 12.00 WIB
Pendaftaran : Silakan menghubungi PIC kami **CLARITA IYONE : 085105658999**

Pembukaan dan Sambutan:

Susana, S.T.P., M.Sc., PD.Eng. – Head of Marketing Division Tropicana Slim

Narasumber Ahli:

1. **Dr. dr. Aris Wibudi, Sp.PD-KEMD**
2. **Nazhif Gifari, S.Gz., M. Si**
3. **Lora Sri Nofi, PGNutr, MNutrDiet, RD**

Webinar ini bersifat undangan tertutup khusus Ahli Gizi dari Rumah Sakit. Dengan mengikuti Webinar bersama Tropicana Slim, peserta akan mendapatkan e-sertifikat, SKP, voucher Nutrimart dan *doorprize*. Sehubungan dengan hal tersebut, mohon partisipasi Bapak/Ibu untuk mengirimkan perwakilan maksimal 5 Ahli Gizi dari Rumah Sakit untuk mengikuti acara ini melalui aplikasi Zoom. Jika peserta yang mendaftar lebih dari 5 Ahli Gizi per Rumah Sakit, maka panitia akan memberikan undangan sesuai dengan urutan daftar. Teknis detail pelaksanaan akan disampaikan terpisah dari undangan ini.

Demikian, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Hormat Kami,



Noviana Halim, S.T., M.M.

Noviana Halim, S.T., M.M.
Tropicana Slim Brand Manager

**TROPICANA
SLIM**

Webinar Ahli Gizi Rumah Sakit Ukur Lebih Akurat dengan Beban Glikemik

Narasumber Ahli:



Dr. dr. Aris Wibudi, Sp.PD-KEMD



Nazhif Gifari, S.Gz., M.Si



Lora Sri Nofi, PGNutr, MNutrDiet, RD



**Sabtu, 21 Agustus 2021
07.00 - 15.15 WIB**

Webinar eksklusif untuk
Ahli Gizi Rumah Sakit dan gratis.
Dapatkan **e-sertifikat, SKP,**
voucher Nutrimart dan doorprize