

# PROGRAM KONGRESU

Aula Kryształowa  
ul. Nowoursynowska 166  
02-787 Warszawa

## dzień 1



9.00 - 9.30

Rejestracja i kawa powitalna  
połączona z sesją posterową



9.30 - 10.15

Otwarcie IX Narodowego Kongresu Żywnościowego



10.15 - 11.40

I sesja plenarna

Społeczno-ekonomiczne i medyczne wymiary długowieczności  
w zdrowiu



**dr Bogdan Wojtyniak, prof. NIZP PZH-PIB, Narodowy Instytut Zdrowia  
Publicznego - Państwowy Instytut Badawczy**

*Długość życia, problemy zdrowotne i czynniki zagrażające zdrowiu seniorów w Polsce  
na tle Unii Europejskiej*



**prof. dr hab. Joanna Kałuża, Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego  
w Warszawie**

*Dieta a długowieczność: rekomendacje dla nauki i seniorów*



**prof. dr hab. Tomasz Kostka, Uniwersytet Medyczny w Łodzi**

*Starzenie się społeczeństwa w kontekście zdrowia publicznego*



11.40 - 12.10

Przerwa kawowa połączona z sesją posterową



12.10 - 13.00

Działania branży żywnościowej w trosce o zdrowie seniorów  
Prezentacje przedstawicieli Partnerów



**dr inż. Justyna Szymani, Jeronimo Martins Polska S.A.  
mgr Katarzyna Scheer, Fundacja Biedronki**

*Biedronka & Fundacja Biedronki - kierunek długowieczność*



**mgr Ewelina Poźniak, Nestlé Polska**

*Dbłość o żywienie to troska o jakość życia - kampania edukacyjna Nestlé*



**mgr inż. Krzysztof Karpa, Warszawski Rolno-Spożywczy Rynek Hurtowy S.A.**

*Rosnące zapotrzebowanie na produkty bio, lokalne, sezonowe, o wysokiej wartości  
odżywczej i minimalnym przetworzeniu w kontekście długowieczności w zdrowiu*



**mgr inż. Przemysław Żmuda, Bart sp. z o.o.**

*Wsparcie zdrowia seniorów poprzez nowoczesne rozwiązania nutraceutyczne*



13.00 - 14.00

Przerwa lunchowa połączona z sesją posterową

# PROGRAM KONGRESU

Aula Kryształowa  
ul. Nowoursynowska 166  
02-787 Warszawa

## dzień 1



14.00 - 15.00

### II sesja plenarna

Żywność dla długowieczności w zdrowiu



**prof. Elisabet Rothenberg, Uniwersytet w Kristianstad (Szwecja)**  
*What is good food for ageing?*



**prof. Tommy Cederholm, Uniwersytet w Uppsali (Szwecja)**  
*The role of muscle for ageing well*



**prof. dr hab. Marzena Ciechomska, Narodowy Instytut Geriatrii, Reumatologii i Rehabilitacji**  
*Rola diety w modulacji procesów zapalnych u osób starszych*



**mgr Anna Ciemuchowska, Polskie Towarzystwo Farmacji Klinicznej**  
*Farmakoterapia a talerz seniora: jak unikać pułapek dietetycznych i dbać o bezpieczeństwo leczenia*



15.00 - 16.15

### Opieka senioralna – ujęcie interdyscyplinarne

Prowadzenie: **prof. dr hab. Krystyna Gutkowska**

Debata z udziałem ekspertów i praktyków



**prof. dr hab. Wojciech Roszkowski, SGGW**



**dr Elżbieta Ostrowska, Związek Emerytów i Rencistów**



**mgr Jarosław Gnioska, Dyrektor Centrum Alzheimerera**



**mgr Joanna Kowalska – NIZP PZH-PIB**



**mgr inż. Marta Komańska, Fundacja Pod Dębem TV Puls**



16.15

### Garden Party

Ogrody za Pałacem Rektorskim

**Równolegle podczas całego dnia będzie czynna Strefa popularyzacyjna:**  
Teren zielony przed Aulą Kryształową



**„Zapytaj Eksperta” - konsultacje dla Seniorów**



**Pomiary składu ciała i siły mięśni**



**Jak czytać etykiety i znaki jakości?**

# SESJA POSTEROWA

Aula Kryształowa  
ul. Nowoursynowska 166  
02-787 Warszawa

## dzień 1



### 1

#### Żywnienie seniorów

1. **Nidanur Alagaş:** *Typowe problemy zdrowotne u pacjentów w podeszłym wieku i strategię leczenia żywieniowego*
2. **Agata Dudczak:** *Rola suplementacji kolagenem w optymalizacji zdrowia mózgu i funkcji poznawczych – przegląd aktualnych dowodów naukowych*
3. **Elżbieta Olczak:** *Zależności fizjologicznych uwarunkowań i postępowania żywieniowego u osób starszych*
4. **Maria Sokół:** *Wpływ wzorców żywieniowych na ryzyko chorób dietozależnych i długość życia u seniorów- przegląd literatury*

### 2

#### Zdrowie seniorów

1. **Julia Bronkowska:** *Mikroskładniki długowieczności: wiedza osób starszych o roli witaminy D, K2 i wapnia w profilaktyce zdrowotnej*
2. **Joanna Cieślik-Hajduk:** *Znaczenie czynników dietetycznych w redukcji ryzyka raka żołądka w kontekście długowieczności*
3. **Katarzyna Domosławska-Żylińska:** *Postrzeganie zdrowej diety wobec ryzyka chorób układu krążenia wśród polskich mężczyzn w oparciu o model EPPM*
4. **Anna Gawron-Skarbek:** *Domowe zabiegi związane z higieną jamy ustnej stosowane przez osoby starsze, a potencjał antyoksydacyjny śliny*
5. **Anna Kubiak:** *Ocena poziomu wiedzy dorosłych Polaków na temat wpływu diety oraz innych zachowań zdrowotnych na proces starzenia się organizmu*
6. **Magdalena Małek:** *Biomarkery sarkopenii u osób z otyłością olbrzymią po zabiegu bariatrycznym*
7. **Małgorzata Stachoń:** *Znaczenie niedoboru witaminy D dla zdrowia seniorów*
8. **Małgorzata Znyk:** *Spożycie owoców i warzyw wśród młodych osób w zależności od statusu palacza. Badanie kliniczno-kontrolne*

### 3

#### Spółeczno-ekonomiczna rola seniorów

1. **Justyna Karwowska:** *Spółeczno-ekonomiczne uwarunkowania wydatków na zdrowie osób starszych*
2. **Małgorzata Kosicka-Gębska:** *Konsumpcja mięsa między tradycją a zmianą – determinanty zachowań konsumentów*
3. **Marlena Piekut:** *Wzorce wydatków konsumpcyjnych w gospodarstwach domowych osób 60+*
4. **Katarzyna Tarnowska:** *Czy pokolenie Z czyta etykiety produktów spożywczych? Studium przypadku polskich studentów*
5. **Anna Wielicka-Regulska:** *Od pasywnych konsumentów do współtwórców żywności: zmiana zachowań starszych dorosłych jako rezultat udziału w początkowej fazie procesu rozwoju nowego produktu żywnościowego*
6. **Kaja Żylak:** *Analiza postaw wobec ciała u osób starszych - badanie pilotażowe*



### 4

#### Żywność dla seniorów - jakość i innowacje

1. **Weronika Bińkowska:** Funkcjonalny makaron wzbogacony w mikro kapsułkowane polifenole jako element diety wspierającej długowieczność
2. **Marta Brodowska-Trębacz:** Wpływ betainy na stabilność oksydacyjną mięsa drobiowego w kontekście żywienia osób starszych
3. **Weronika Chmielewska:** Analiza zawartości polifenoli w owocach różnych odmian borówki wysokiej z produkcji ekologicznej
4. **Wioleta Cisowska:** Prace badawczo-rozwojowe nad innowacyjnymi produktami mięsno-roślinnymi oraz autorską technologią ich wytwarzania, umożliwiające rynkowe wdrożenie nowej klasy wygodnych przekąsek
5. **Mariola Kozłowska:** Ocena składu rynkowych produktów wegańskich na podstawie deklaracji producenta
6. **Jolanta Małajowicz:** Characterization of Fatty Acid Profiles in Smoked Rennet Cheeses
7. **Katarzyna Marciniak-Łukasiak:** Ocena możliwości wykorzystania kwiatów jadalnych hibiskusa w celu otrzymania pieczywa bezglutenowego
8. **Monika Marcinkowska-Lesiak:** Serwatki z udziałem ekstraktu Ziziphus jujuba jako potencjalny produkt dla osób starszych
9. **Natalia Palugova:** Słodkie wyroby piekarnicze – strategie ograniczania zawartości cukru i wzbogacania w błonnik dostosowane do potrzeb osób starszych
10. **Wiesław Przybylski:** Aktualne strategie dostosowania mięsa i produktów mięsnych przeznaczonych dla osób starszych
11. **Justyna Stefańska:** Opracowanie innowacji w postaci przekąski na bazie musu owocowego i/lub owocowo-warzywnego oraz jogurtu
12. **Adrian Stelmasiak:** Wpływ metody wędzenia na zawartość wielopierścieniowych węglowodorów aromatycznych (WWA) w mięsie gęsim
13. **Arkadiusz Szpicer:** Żywność funkcjonalna jako element wspierania długowieczności w zdrowiu – przykład jogurtu wzbogaconego w składniki bioaktywne
14. **Dominika Średnicka-Tober:** Identyfikacja innowacji na rynku ekologicznych produktów mleczarskich oraz roślinnych alternatyw nabiału w wybranych krajach europejskich
15. **Iwona Wojtasik-Kalinowska:** Laktoferyna jako bioaktywny składnik w projektowaniu żywności dla osób starszych
16. **Magdalena Zalewska:** Trendy i innowacje w żywności dla seniorów w kontekście starzenia się społeczeństwa
17. **Klara Żbik:** Zastosowanie ultraszybkiej chromatografii gazowej w ocenie jakości żywności wspierającej utrzymanie dobrego zdrowia
18. **Anna Żbikowska:** Wpływ wytlóków owocowych – źródła błonnika – na jakość ciastek o podwyższonej wartości odżywczej

# SESJA POSTEROWA

— dzień 1 —

Aula Kryształowa  
ul. Nowoursynowska 166  
02-787 Warszawa



5

## Specjalne potrzeby żywieniowe seniorów

1. **Dominika Bednarz:** *Anabolic resistance w starzeniu – znaczenie aktywacji syntezy białek mięśniowych w prewencji sarkopenii*
2. **Aleksandra Goławska:** *Wpływ rodzaju interwencji żywieniowej oraz wskaźnika BMI na długość hospitalizacji pacjentów*
3. **Katarzyna Lachowicz:** *Wpływ czynników żywieniowych na ryzyko demencji*
4. **Julia Ławrynowicz:** *Ocena związku między suplementacją a stężeniem 25-hydroksycholekalcyferolu we krwi osób w wieku 75+*
5. **Diana Łopatka:** *Akkermansia muciniphila w etiologii choroby Parkinsona – rola diety i osi jelito-mózg*

6

## Aktywny senior

1. **Anna Kęska:** *Indeks Zapalny Diety a budowa ciała u mężczyzn o różnej aktywności fizycznej*
2. **Magdalena Łopatek:** *Bariery w przestrzeganiu zdrowej diety i zalecanej aktywności fizycznej w ocenie Polaków*
3. **Wiktoria Pietrzak:** *Zwyczaje żywieniowe a gęstość mineralna kości przedramienia u dorastających chłopców*
4. **Aleksandra Stachowicz:** *Wskaźniki insulinooporności i dystrybucji tkanki tłuszczowej u pływaków jako markery zdrowego profilu metabolicznego*

# PROGRAM KONGRESU

## dzień 2



Budynek 32, Kampus SGGW  
ul. Nowoursynowska 159c  
02-776 Warszawa



9.30 - 10.00

Rejestracja i kawa powitalna



10.00 - 11.30

Sesje równoległe wystąpień ustnych dla uczestników

1

### Żywienie seniorów AULA I

Moderatorzy: prof. dr hab. Jadwiga Hamułka, SGGW  
mgr Baszar El Helou, NIZP PZH-PIB

Keynote:  
10.00-10.20

**dr Magdalena Jodkiewicz:** *Białko w diecie seniora jako kluczowy element profilaktyki i dietoterapii niedożywienia*

10.20-10.35

**inż. Aleksandra Jaklińska:** *Świadomość żywieniowa i bariery w realizacji zaleceń dietetycznych u osób starszych*

10.35-10.50

**dr Agnieszka Kolmaga:** *Mleko i produkty mleczne a ich „roślinne zamienniki” – w aspekcie zdrowego starzenia*

10.50-11.05

**mgr Anna Mojak:** *Restrykcje dietetyczne w CKD - konieczność terapeutyczna czy czynnik ryzyka niedożywienia?*

11.05-11.20

**dr inż. Agnieszka Woźniak:** *Stosowanie suplementów diety u osób starszych*

2

### Zdrowie seniorów AULA III

Moderatorzy: prof. dr hab. Katarzyna Wieczorowska-Tobis, PTG  
prof. dr hab. Regina Wierzejska, NIZP-PZH-PIB

Keynote:  
10.00-10.20

**prof. dr hab. Hanna Mojska:** *Wiek biologiczny vs. wiek chronologiczny. Po co nam markery starzenia?*

10.20-10.35

**prof. dr hab. Monika Bronkowska:** *Długowieczność nie zaczyna się w szpitalu: żywienie, profilaktyka i partnerstwo instytucjonalne jako fundament zdrowego starzenia — perspektywa interesariuszy*

10.35-10.50

**mgr Paulina Karolewska:** *Żywienie jako jeden z filarów medycyny stylu życia w okresie menopauzy*

10.50-11.05

**dr inż. Katarzyna Kowalcze:** *Wybrane zachowania zdrowotne mazowieckich seniorów - badania wstępne*

11.05-11.20

**mgr Dominika Kowalska-Cieślak:** *Rezerwa mięśniowa kobiet jako fundament wczesnej prewencji sarkopenii oraz długowieczności w zdrowiu*

3

### Spółeczno-ekonomiczna rola seniorów SALA 1070

Moderatorzy: prof. dr hab. Anna Dąbrowska, SGH  
prof. dr hab. Krystyna Gutkowska, SGGW

Keynote:  
10.00-10.20

**dr hab. Tomasz Zalega, prof. UW:** *Diagnoza segmentu srebrnych konsumentów i perspektywy jego rozwoju*

10.20-10.35

**mgr Dorota Minta:** *Od kryzysu do sprawczości: jedzenie, gotowanie i wspólne posiłki jako zasoby dobrostanu w srebrnym pokoleniu*

10.35-10.50

**Marta Sztuka:** *Droga do długowieczności – ocena stylu życia polskich seniorów w świetle koncepcji Niebieskich Stref*

10.50-11.05

**mgr Monika Strońska:** *Diagnoza choroby neurodegeneracyjnej: koniec czy początek? Podejście skoncentrowane na osobie jako alternatywa dla modelu biomedycznego we wspieraniu osób starszych z zaburzeniami poznawczymi*



11.30 - 12.00

Przerwa kawowa



# PROGRAM KONGRESU

## — dzień 2 —

Budynek 32, Kampus SGGW  
ul. Nowoursynowska 159c  
02-776 Warszawa



12.00 - 13.20

Sesje równoległe wystąpień ustnych dla uczestników

4

### Żywność dla seniorów - jakość i innowacje AULA I

**Moderatorzy:** dr inż. Marta Tomaszewska-Pielacha, PFPŻ ZP  
dr hab. Andrzej Półtorak, prof. SGGW

**Keynote:**  
12.00-12.20

**mgr Filip Biernacki:** *Żywienie seniorów: optymalna podaż białka i rola żywności medycznej*

12.20-12.35

**mgr inż. Drażena Čermak:** *Innowacyjne wyroby piekarnicze wzbogacone białkiem w żywieniu osób starszych zagrożonych niedożywieniem*

12.35-12.50

**dr inż. Katarzyna Petka:** *Dieta pudełkowa dla seniora: wygoda, zaufanie czy ryzyko? Ocena świadomości bezpieczeństwa żywności w grupie osób starszych*

12.50-13.05

**dr inż. Alicja Ponder:** *Zawartość związków bioaktywnych w wybranych produktach mleczarskich z produkcji ekologicznej i konwencjonalnej*

13.05-13.20

**dr inż. Joanna Rachtan-Janicka:** *Strategie przetwarzania żywności i modyfikacje diety dla osób starszych z dysfagią*

5

### Specjalne potrzeby żywieniowe seniorów AULA III

**Moderatorzy:** dr hab. Anna Jeznach-Steinhagen, PTD, WUM  
dr hab. Eliza Kostyra, prof. SGGW

**Keynote:**  
12.00-12.20

**prof. dr hab. Dariusz Włodarek:** *Żywienie osób starszych- wyzwania, priorytety, rozwiązania*

12.20-12.35

**dr hab. Paweł Kowalczyk:** *Zróżnicowane potrzeby żywieniowe seniorów w kontekście różnych modeli diet a obecność zróżnicowanej mikrobioty jamy ustnej*

12.35-12.50

**dr Dorota Mickiewicz-Góra:** *Dietetoterapia w warunkach polipragmatyzacji u pacjentów starszych: od ryzyka niedożywienia do interakcji żywność-lek. Doświadczenia własne*

12.50-13.05

**dr inż. Klaudia Kulik:** *Orzechy w żywieniu seniorów – między potencjałem prozdrowotnym a barierami konsumpcji*

13.05-13.20

**dr Marta Wawrzynów:** *Niedobór ferrytyny jako czynnik ryzyka niedokrwistości oraz pogorszenia jakości życia i funkcjonowania fizycznego u osób w wieku podeszłym*

13.20-13.35

**Anna Zawila:** *Potencjał neuroprotektoryjny bakterii Akkermansia muciniphila w chorobie Alzheimera w zależności od jakości diety*

6

### Aktywny senior SALA 1070

**Moderatorzy:** dr Ewa Niedzielska, AWF  
dr hab. Małgorzata Drywień, prof. SGGW

**Keynote:**  
12.00-12.20

**dr Anna Leś:** *Rola sprawności fizycznej jako jednego z kluczowych determinantów zdrowego i długiego życia*

12.20-12.35

**dr hab. Anna Kopiczko, prof. AWF:** *Uwarunkowania zdrowia kości: rola długoterminowej aktywności fizycznej i żywienia u elitarnych zawodniczek kategorii Masters*

12.35-12.50

**dr hab. Anna Murawska:** *Zdrowe starzenie się a struktura spożycia wybranych produktów żywnościowych i aktywność fizyczna polskich seniorów*

12.50-13.05

**dr inż. Katarzyna Rolf:** *Związek między gęstością odżywczą diety a występowaniem zespołu słabości u osób starszych*

13.05-13.20

**mgr inż. Justyna Traore:** *Ogrody społeczne a zdrowe starzenie się: znaczenie aktywności, diety i relacji społecznych*



13.20 - 13.30

Ceremonia wręczenia nagród dla autorów najlepszych wystąpień i posterów



13.30

Lunch