

Сайты и блоги ведущих специалистов по нутрициологии

Откуда брать проверенную информацию о питании?

Вот несколько сайтов и каналов, регулярно вещающих о науке здорового питания и не только:

<https://www.redpenreviews.org/> - экспертные **рецензии** научно-популярных книг

<https://peterattiamd.com/podcast/> - сайт с большим количеством информативных **подкастов и крутых интервью** топовых исследователей

<https://drguess.substack.com/> - **блог** одного из ведущих специалистов по лечению и предотвращению диабета, **много разборов** популярных мифов

<https://twitter.com/DrLipid> - твиттер **врача-липидолога**, немного технический язык, но слишком качественный контент на важнейшую тему, чтобы пройти мимо

<https://www.youtube.com/@biolayne1> - канал о питании и фитнесе, **автор - опытный атлет с научными степенями** в этих сферах, точная информация в удобной и непринужденной форме

<https://www.youtube.com/@DrBradStanfield/about> - канал молодого-врача, рассказывающего о науке питания, спорта, сна и здоровья в целом

https://twitter.com/KevinH_PhD - еще один твиттер **действующего ученого-исследователя**, специализируется на науке метаболизма и ожирения

https://twitter.com/deirdre_tobias - твиттер гарвардского **исследователя-эпидемиолога** по вопросам питания

Источник списка: https://www.youtube.com/watch?v=IM065uo2_NM&t=75s

Автор заметки: [sidx#2932](#)

Revision #4

Created 30 May 2023 02:08:36 by Тимур

Updated 18 July 2023 04:04:02 by Тимур