

Pordi Gizi UNISA Bahas Antioksidan dalam Dunia Kesehatan

Kamis, 18-10-2018

MUHAMMADIYAH.OR.ID, YOGYAKARTA — Program Studi (Prodi) Gizi Universitas 'Aisyiyah (Unisa) Yogyakarta selenggarakan Kuliah Umum dengan tema Antioksidan dalam Dunia Kesehatan di Gedung Baroroh Barried pada Senin (15/10).Kuliah Umum diikuti peserta bukan hanya dari Prodi Gizi, melainkan juga diikuti oleh mahasiswa di luar Prodi Gizi.

Ali Imron, Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan (FIKes) Unisa menyampaikan bahwa kuliah umum yang diadakan bertujuan untuk menambah wawasan mengenai peran dan pengaplikasian antioksidan bagi mahasiswanya.

Megulas mengenai peran Antioksidan bagi tubuh, Kuliah Umum Prodi Gizi meghadirkan dr. Budi Setiawan sebagai pemateri. Budi menjelaskan bahwa pengkonsumsian antioksidan akan berdampak baik bagi tubuh apabila dikonsumsi sesuai takaran. Akan tetapi akan menjadi 'simalakama' apabila dikonsumsi berlebihan.

Antioksidan diperlukan manusia dalam kesehariannya untuk melawan oksidasi.

"Reaksi kimia dari oksidasi memiliki sifat radikal bebas. Maka perlu antioksidan," ucap Budi.

Dengan demikian dalam mengkonsumsi antioksidan diperlukan manusia untuk menunjang aktifitas sehari-hari, asal tidak berlebihan.

"Jika antioksidan dikonsumsi dalam konsentrasi tinggi dapat menjadi pro-oksidan," pungkasnya.
(A'n/ila)