

Το Κέντρο Φυσικής και Ιατρικής Αποκατάστασης (ΚΕΦΙΑΠ) του Νομού Ξάνθης στα πλαίσια των δραστηριοτήτων του, διοργανώνει την ημερίδα **''Υγιεινή Διατροφή: Μύθοι και Αλήθειες''** με σκοπό την ενημέρωση και τον προβληματισμό πάνω σε θέματα διατροφής.

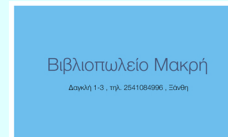
Απευθυνόμαστε σε όλους όσους θεωρούν ότι το φαγητό δεν είναι μόνο βιολογική ανάγκη, ούτε μόνο απόλαυση, αλλά είναι άμεσα συνυφασμένο με την υγεία και με αυτή την ιδιότητα, διαδραματίζει ένα ακόμα σημαντικό ρόλο στην ζωή μας.

Στην εποχή μας, η έννοια της διατροφής έχει λάβει διαστάσεις διαστροφής και ο όρος υγιεινή διατροφή δεν είναι πλέον αυτονόητος. Παρ'όλο που ο περισσότερος κόσμος έχει μια θετική άποψη για την υγιεινή διατροφή, οι διατροφικές του συνήθειες δεν συμβαδίζουν με αυτή την άποψη. Που οφείλεται ;

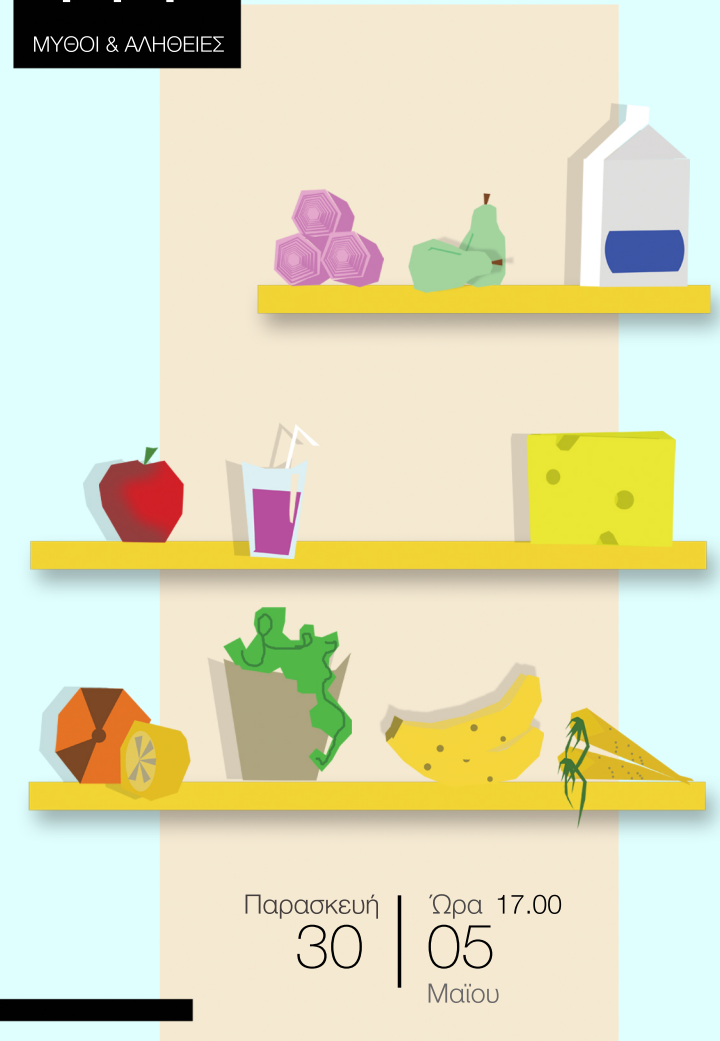
Μέσα από την πλούσια θεματολογία της ημερίδας σκοπεύουμε να απαντήσουμε σε αυτό, αλλά και σε άλλα επί μέρους ερωτήματα. Με την βεβαιότητα ότι η παρουσία σας στην ημερίδα αποτελεί ένδειξη πραγματικού ενδιαφέροντος, φιλοδοξώ ότι θα εμπλουτίσετε με επίκαιρες γνώσεις και πρακτικές την αντίληψη σας περί υγιεινής διατροφής.

Γεωργίου Κ. Γεώργιος
Γενικός Χειρουργός
Διευθυντής Ε.Σ.Υ
Επιστημονικά Υπεύθυνος
ΚΕΦΙΑΠ

Χορηγοί της Ημερίδας :



ΥΓΙΕΙΝΗ
ΔΙΑΤΡΟΦΗ
ΜΥΘΟΙ & ΑΛΗΘΕΙΕΣ



Παρασκευή 30 | Ώρα 17.00
05
Μαΐου

Αμφιθέατρο Γεν. Νοσοκομείου Ξάνθης

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

1 Σκοπός της ημερίδας. Προβληματισμοί πάνω στην διατροφή

Γεωργίου Κ. Γεωργίος,
Γεν. Χειρουργός, Διευθυντής Ε.Σ.Υ, Επιστημονικά υπεύθυνος Κέντρου Φυσικής Ιατρικής Αποκατάστασης (ΚΕΦΙΑΠ)

2 Ενημέρωση περί διατροφής στα σχολεία. Στόχοι, απήχηση, ενδιαφέρον, δυσκολίες

Μιτσικάρης Ν. Αλέξανδρος, Νοσηλεύτης ΚΕΦΙΑΠ

3 Αρχές διατροφής και ελληνική πραγματικότητα

Τσολακάκη Ε. Θεοδότα,
Διαιτολόγος-Διατροφολόγος Γεν. Νοσ. Ξάνθης

4 Βιολογικά τρόφιμα, Μεταλλαγμένα τρόφιμα, Συμπληρώματα διατροφής. Ο καταναλωτής ανάμεσα σε συμπληγάδες

Καρπόνη Ι. Ελένη,
Διαιτολόγος-Διατροφολόγος, Καθηγήτρια Επαγγελματικού Λυκείου (ΕΠΑΛ) Ξάνθης

5 Ελεύθερες Ρίζες και αντιοξειδωτικά. Μηχανισμοί δράσης και σημασία στη διατροφή μας

Ηλιάδης Ν. Σταύρος,
Επίκουρος Καθηγητής Βιοχημείας Ιατρικού Τμήματος Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης

6 Το πόσιμο νερό και όσα θα θέλαμε να γνωρίζουμε για την ποιότητα του

Μελίδης Δ. Παράσχος,
Μηχανικός Περιβάλλοντος,
Επίκουρος Καθηγητής Πολυτεχνικής Σχολής Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

7 Πρόσθετα των τροφίμων και Υγεία των καταναλωτών

Κυρανάς Ρ. Ευστράτιος,
Καθηγητής Χημείας & Τεχνολογίας τροφίμων Τμήμα Διατροφής & Διαιτολογίας, Αλεξάνδρειο Τεχνολογικό Ίδρυμα Θεσσαλονίκης ΑΤΕΙ/Θ

8 Βλαπτικές ουσίες στα θερμικά επεξεργασμένα τρόφιμα

Καραστογιαννίδου Ο. Καλλιόπη,
Καθηγήτρια Εφαρμογών, Τμήμα Διατροφής και Διαιτολογίας, Αλεξάνδρειο Τεχνολογικό Ίδρυμα Θεσσαλονίκης ΑΤΕΙ/Θ

9 Ο ρόλος της διατροφής σε σχέση με την ανάπτυξη διαφόρων μορφών καρκίνου

Γεωργίου Κ. Γεωργίος,
Γεν. Χειρουργός, Διευθυντής Ε.Σ.Υ, Επιστημονικά υπεύθυνος ΚΕΦΙΑΠ

10 Ο ρόλος της διατροφής σε σχέση με την εμφάνιση της νόσου Alzheimer

Μιχαηλίδου Κ. Χρύσα,
Διαιτολόγος-Διατροφολόγος, Ελεύθερη επαγγελματίας

11 Ο ρόλος της διατροφής σε σχέση με την ανάπτυξη του μεταβολικού συνδρόμου

Κοσμάς Α. Ιωάννης,
Διαιτολόγος-Διατροφολόγος, Προϊστάμενος Τμήματος διατροφής Γεν.Νοσ. Ξάνθης

12 Οι βιομηχανίες τροφίμων πάνω από το τραπέζι μας. Ο ρόλος της διαφήμισης.

Χασαποπούλου Δ. Λένα,
Κλινική Ψυχολόγος ΚΕΦΙΑΠ