

Η διατροφή μας καθορίζεται από πολύ νωρίς στη ζωή μας. Οι παράγοντες που την επηρεάζουν είναι: Βιολογικοί, όπως η πείνα, η όρεξη και η γεύση, Οικονομικοί, όπως το κόστος και η διαθεσιμότητα, Φυσικοί, όπως η πρόσβαση, η εκπαίδευση και οι δεξιότητες (π.χ. το μαγείρεμα), Κοινωνικοί, όπως η κουλτούρα και η οικογένεια, Ψυχολογικοί, όπως η διάθεση, το στρες και η ενοχή και Συμπεριφορές, όπως πεποιθήσεις και γνώσεις γύρω από τα τρόφιμα. Βάσει αυτών των παραγόντων, είναι προφανής η πολυπλοκότητα της επιλογής τροφίμων. Επιπλέον είναι σύνηθες φαινόμενο να έχουν υιοθετηθεί από νωρίς μη ισορροπημένες διατροφικές συνήθειες, που πολλές φορές δύσκολα αλλάζουν.

Τα τελευταία χρόνια γίνεται έντονη συζήτηση για την ανάγκη υιοθέτησης ή όχι ενός πιο «βιολογικού» τρόπου ζωής. Είναι τα βιολογικά (ή οργανικά) τρόφιμα πιο θρεπτικά και πιο ασφαλή από τα συμβατικά; Οι απαντήσεις που δίνουν οι επιστήμονες δεν είναι πάντοτε σαφείς. Ακούμε αρκετούς να υποστηρίζουν πως τα βιολογικά τρόφιμα υπερέχουν ξεκάθαρα σε σχέση με τα συμβατικά. Και σίγουρα, ως ένα βαθμό, δεν έχουν άδικο. Τα βιολογικά προϊόντα είναι πιο εύγευστα, έχουν εντονότερο άρωμα και θυμίζουν περισσότερο τα φρούτα και τα λαχανικά από το μπαξέ της γιαγιάς, για όσους τουλάχιστον είχαν την τύχη να τα γευτούν κάποτε. Τι γίνεται όμως όσον αφορά τη θρεπτική τους αξία και την ασφάλεια; *Ο Ιπποκράτης έλεγε «η τροφή να είναι το φάρμακό σου και το φάρμακό σου η τροφή σου».*

Τα παιδιά είναι μια πολύ σημαντική αφορμή για να πραγματοποιηθεί μια ουσιαστική συζήτηση για το θέμα.

Σκοπός της ημερίδας είναι να γίνει για πρώτη φορά στην Ελλάδα μια Ολιστική-Πολυεπιστημονική προσέγγιση αυτού του θέματος, που είναι τόσο επίκαιρο.

Για τον λόγο αυτό, η ημερίδα πλαισιώνεται από διακεκριμένους επιστήμονες διαφορετικής εξειδίκευσης που θα μπορέσουν με την γνώση τους και την εμπειρία τους να βοηθήσουν να «ξεκαθαρίσει» το τοπίο σε σχέση με το «θόρυβο» που γίνεται τα τελευταία χρόνια γύρω από τα βιολογικά προϊόντα.

Στόχος μας είναι, μέσω της ημερίδας, να έρθουμε σε επαφή με όσο το δυνατόν πιο τεκμηριωμένα πληροφόρηση για το θέμα της βιολογικής διατροφής και φροντίδας με κεντρικό γνώμονα πάντα το παιδί.

Γεώργιος Π. Χρούσος

*Καθηγητής Παιδιατρικής και Ενδοκρινολογίας,
Διευθυντής Α' Παιδιατρικής Κλινικής Ιατρικής Σχολής Εθνικού και Καποδιστριακού
Πανεπιστημίου Αθηνών,
Επικεφαλής Έδρας UNESCO Εφηβικής Υγείας και Ιατρικής,
Νοσοκομείο Παίδων «Η ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ»*

ΕΠΙΤΡΟΠΕΣ



Οργανωτική Επιτροπή

Πρόεδρος: Χρούσος Γ.
Αντιπρόεδρος: Μπακοπούλου Φ.

Μέλη: Αδαμάκη Χ.
Ανυφαντή Ξ.
Αποστολάκη Δ.
Γιαννούλη Α.
Ευθυμίου Β.
Κανελλάκης Σ.
Κόλια Ε.
Κόρπα Τ.
Κυρίτση Ι.
Λιναρδάτου Α.
Μαυρέα Κ.
Παπαγεωργίου Σ.
Παπάκης Φ.
Πατσιούρα Ε.
Φαφούλα Ο.
Φώσκολου Ε.

ΕΠΙΤΡΟΠΕΣ



Επιστημονική Επιτροπή

Πρόεδρος: Χρούσος Γ.

Αντιπρόεδρος: Μπακοπούλου Φ.

Μέλη: Αποστολάκη Δ.
Γαλλή-Τσινοπούλου Α.
Δεληγεώρογλου Ε.
Δρογκάρη Ε.
Ιακωβίδου Ν.
Καλανταρίδου Σ.
Κανακά-Gantenbein Χ.
Καττάμης Α.
Λάντις Γ.
Νικολοπούλου-Σταμάτη Π.
Πανοτόπουλος Γ.
Παπαευαγγέλου Β.
Περβανίδου Π.
Σιαχανίδου Τ.
Σπηλιοπούλου Χ.
Τσίγκος Κ.
Τσίτσικα Α.
Τσιτσιμπίκου Χ.
Τσολιά Μ.
Φρυσίρα Ε.
Χαρμανδάρη Ε.
Ψαλτοπούλου Θ.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

10:00 – 10:45	Προσέλευση – Εγγραφές
10:45 – 11:30	ΣΤΡΟΓΓΥΛΟ ΤΡΑΠΕΖΙ «ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ» Προεδρείο: Ε. Δρογκάρη, Τ. Κόρπα Η Ασφάλεια Τροφίμων και η Βελτίωση της Διατροφής ως Στόχοι Αειφόρου Ανάπτυξης στην Παγκόσμια Ατζέντα 2030 Φ. Μπακοπούλου Τι είναι η Βιολογική Διατροφή Γ. Λάντις Τοξικές Ουσίες Τροφίμων Χ. Σπηλιοπούλου Γενετικά Τροποποιημένα Τρόφιμα Ε. Φρυσίρα
11:30 – 12:00	ΕΝΑΡΚΤΗΡΙΑ ΟΜΙΛΙΑ Προεδρείο: Γ. Χρούσος, Ι. Κυρίτσιν Κρυμμένοι Κίνδυνοι στην Διατροφή μας: Πρόταση για Βιολογική Διατροφή Π. Νικολοπούλου-Σταμάτη
12:00 – 13:00	ΚΛΙΝΙΚΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ «ΒΙΟΛΟΓΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΤΗ ΝΕΟΓΝΙΚΗ ΚΑΙ ΕΦΗΒΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ» Προεδρείο: Ν. Ιακωβίδου, Θ. Μπούτσικου Βιολογικά Γάλατα στη Νεογνική Ηλικία Τ. Σιαχανίδου Βιολογική Δερματική Φροντίδα στα Παιδιά και τους Εφήβους Α. Αλεξόπουλος Ορθορεξία και ο Ρόλος της στην Υγεία και την Ασθένεια στην Εφηβική ηλικία Α.Τσίτσικα

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

13:00 – 13:45	ΣΤΡΟΓΓΥΛΟ ΤΡΑΠΕΖΙ «OMICS ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ» Προεδρείο: Ε. Χαρμανδάρη, Π. Περβανίδου Διατροφική Γενομική Ν. Δρακούλης Διατροφική Μεταβολομική Μ. Κλάπα Τοξικότητα Συμπληρωμάτων Διατροφής Χ. Τσιτσιμπίκου
13:45-15:00	<i>Μεσημβρινή διακοπή</i>
15:00-15:30	ΚΛΙΝΙΚΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ «ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΙΑ» Προεδρείο: Σ. Καλανταρίδου, Φ. Μπακοπούλου Υπάρχει Ειδική Διατροφή για το Παιδί με Σακχαρώδη Διαβήτη; Χ. Κανακά Θυρεοειδοπάθειες και Βιολογική Διατροφή Α. Γαλλή-Τσινοπούλου
15:30-16:00	ΣΤΡΟΓΓΥΛΟ ΤΡΑΠΕΖΙ «ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΚΑΡΚΙΝΟΣ» Προεδρείο: Α. Καττάμης, Θ. Ψαλτοπούλου Παχυσαρκία και Διατροφικές Συστάσεις σε Παιδιά και Εφήβους Επιβιώσαντες από Καρκίνο Δ. Αποστολάκη Proteomics στον Καρκίνο Σ. Γαρμής
16:00-16:30	ΣΤΡΟΓΓΥΛΟ ΤΡΑΠΕΖΙ «ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΚΑΡΔΙΟΜΕΤΑΒΟΛΙΚΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ» Προεδρείο: Ε. Δεληγεώρογλου, Γ. Πανοτόπουλος Γενετική, Διατροφή και Παχυσαρκία Γ. Δεδούσης Διατροφή, Φλεγμονή και Καρδιαγγειακός Κίνδυνος Κ. Τσίγκος
16:30-17:00	ΚΑΤΑΛΗΚΤΙΚΗ ΟΜΙΛΙΑ Προεδρείο: Μ. Τσολιά, Β. Παπαευαγγέλου Stress και Διατροφή Γ. Χρούσος
17:00	Λήξη Ημερίδας – Συμπεράσματα



Αλεξόπουλος Αλέξης

Ακαδημαϊκός Υπότροφος Παιδιατρικής Δερματολογίας Α΄ Παιδιατρικής Κλινικής ΕΚΠΑ

Αποστολάκη Δέσποινα

*Παιδιάτρος, Ακαδημαϊκή Υπότροφος Εφηβικής Ιατρικής,
Ειδικού Κέντρου Εφηβικής Ιατρικής (Ε.Κ.Κ.Ι),
Έδρα UNESCO Εφηβικής Υγείας και Ιατρικής Σχολής Ε.Κ.Π.Α.,
Νοσοκομείο Παίδων «Η Αγία Σοφία»*

Γαλλή-Τσινοπούλου Ασημίνα

*Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Παιδιατρικής-Παιδιατρικής Ενδοκρινολογίας,
Δ΄ Παιδιατρική Κλινική Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, Νοσοκομείο Παπαγεωργίου*

Γαρμπής Σπύρος

*Dr, BSc, PhD, Associate Professor in Clinical Mass Spectrometry and Systems Pharmacology,
Faculty of Medicine, Head of Proteomics Unit for Cancer Sciences, University of Southampton*

Δεδούσης Γεώργιος

*Καθηγητής Βιολογίας του Ανθρώπου, Διευθυντής του εργαστηρίου Βιολογίας,
Τμήμα Επιστήμης Διαιτολογίας, Διατροφής, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο*

Δεληγεώργλου Ευθύμιος

*MD, PhD, Καθηγητής Μαιευτικής-Γυναικολογίας/Παιδικής & Εφηβικής Γυναικολογίας Ιατρικής
Σχολής ΕΚΠΑ, Ειδικός Παιδογυναικολόγος,
Διευθυντής Β΄ Μαιευτικής & Γυναικολογικής Κλινικής Ιατρικής Σχολής Ε.Κ.Π.Α.,
Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Αθηνών «ΑΡΕΤΑΙΕΙΟΝ»*

Δρακούλης Νικόλαος

*Ιατρός, Ειδικός Κλινικός Φαρμακολόγος,
Επίκουρος Καθηγητής Κλινικής Φαρμακολογίας της Σχολής Επιστημών Υγείας Ε.Κ.Π.Α.*

Δρογκάρη Ευριδίκη

MD, PhD, MSc(Biochem), Msc(Nutr), DCH, MRCP, FRCMP

Επίκουρη Καθηγήτρια Παιδιατρικής - Ειδική στα Νοσήματα Μεταβολισμού,

Τμήμα Μεταβολικών Νόσων - Χωρέμιο Ερευνητικό Εργαστήριο,

Α' Παιδιατρική Κλινική Ε.Κ.Π.Α., Νοσοκομείο Παίδων «Η ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ»

Ιακωβίδου Νικολέτα

MD, PhD, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Παιδιατρικής - Νεογνολογίας Ε.Κ.Π.Α.,

Διευθύντρια Νεογνολογικής Κλινικής, Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Αθηνών «ΑΡΕΤΑΙΕΙΟΝ»

Καλανταρίδου Σοφία

Καθηγήτρια Μαιευτικής-Γυναικολογίας Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ,

Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Αθηνών «ΑΡΕΤΑΙΕΙΟΝ»

Κανακά - Gantenbein Χριστίνα

Καθηγήτρια Παιδιατρικής, Ενδοκρινολογίας, Α' Παιδιατρική Κλινική Ιατρική Σχολή Ε.Κ.Π.Α.,

Νοσοκομείο Παίδων «Η ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ»

Καττάμης Αντώνης

Αναπληρωτής Καθηγητής Παιδιατρικής, Αιματολογίας - Ογκολογίας Ιατρική Σχολή Ε.Κ.Π.Α.,

Υπεύθυνος Μονάδας Αιματολογίας - Ογκολογίας, Α' Παιδιατρική Κλινική Ιατρική Σχολή Ε.Κ.Π.Α.,

Νοσοκομείο Παίδων «Η ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ»

Κλάπα Μαρία

Ερευνήτρια Β' Βαθμίδας,

Επικεφαλής του Εργαστηρίου Μεταβολικής Μηχανικής & Συστημικής Βιολογίας,

Ινστιτούτο Επιστημών Χημικής Μηχανικής,

Ίδρυμα Τεχνολογίας & Έρευνας (ΙΤΕ/ΙΕΧΜΗ) & Συνεργαζόμενη (Adjunct) Καθηγήτρια,

Τμήματα Χημικής & Βιομοριακής Μηχανικής και Εμβιομηχανικής, Παν/μιο Maryland College Park, ΗΠΑ.

Κόρπα Τερψιχόρνη

Παιδοψυχίατρος, Διευθύντρια Ε.Σ.Υ., Υπεύθυνη Μονάδας Διαταραχών Προσοχής - Μάθησης,

Παιδοψυχιατρικό Τμήμα, Νοσοκομείο Παίδων «Π. & Α. ΚΥΡΙΑΚΟΥ»,

Πρόεδρος Ελληνικής Εταιρείας Μελέτης ΔΕΠΥ

Κυρίτση Ιωάννα

Βιολόγος M.Med. sc Κοινωνικής Ψυχιατρικής / Παιδοψυχιατρικής, Ψυχοθεραπεύτρια

Λάντις Γεώργιος

RD, MSc, Κλινικός Διαιτολόγος - Διατροφολόγος, Επιστημονικός Συνεργάτης Ειδικού Κέντρου Εφηβικής Ιατρικής Έδρας UNESCO Εφηβικής Υγείας & Ιατρικής, Α' Παιδιατρικής Κλινικής Ε.Κ.Π.Α., Νοσοκομείο Παίδων «Η ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ»

Μπακοπούλου Φλώρα

Επίκουρη Καθηγήτρια Παιδιατρικής-Εφηβικής Ιατρικής, Επιστημονική Υπεύθυνη Ειδικού Κέντρου Εφηβικής Ιατρικής (Ε.Κ.Ε.Ι.), Έδρα UNESCO Εφηβικής Υγείας και Ιατρικής, Α' Παιδιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ, Νοσοκομείο Παίδων «Η ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ»

Μπούτσικου Θεοδώρα

Επίκουρη Καθηγήτρια Παιδιατρικής - Νεογνολογίας Ιατρική Σχολή Ε.Κ.Π.Α., Νεογνολογική Κλινική, Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Αθηνών «ΑΡΕΤΑΙΕΙΟΝ»

Νικολοπούλου-Σταμάτη Πολυξένη

Καθηγήτρια Περιβαλλοντικής Παθολογικής Ανατομικής Ε.Κ.Π.Α.

Πανοτόπουλος Γεώργιος

Ειδικός Παθολόγος-Διατροφολόγος Διδάκτωρ Ε.Κ.Π.Α., τ. Chef de Clinique des Universités (Hôtel Dieu-Paris VI) SCOPE Obesity International Fellow

Παπαευσσάγγελου Βάνα

Καθηγήτρια Παιδιατρικής και Λοιμωξιολογίας, Διευθύντρια Γ' Παιδιατρικής Κλινικής Ιατρικής Σχολής Ε.Κ.Π.Α., Π.Γ.Ν. «ΑΤΤΙΚΟΝ»

Περβανίδου Νένη

Επίκουρη Καθηγήτρια Αναπτυξιακής & Συμπεριφορικής Παιδιατρικής, Α' Παιδιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής Ε.Κ.Π.Α., Νοσοκομείο Παίδων «Η ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ»

Σιαχανίδου Τάνια

MD, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Παιδιατρικής - Νεογνολογίας Ε.Κ.Π.Α., Α' Παιδιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών, Νοσοκομείο Παίδων «Η ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ»

Σπηλιοπούλου Χαρά

Καθηγήτρια Ιατροδικαστικής και Τοξικολογίας, Ιατρική Σχολή ΕΚΠΑ

Τσίγκος Κώστας

MD, PhD, Καθηγητής Ενδοκρινολογίας, Διατροφής και Μεταβολισμού, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

Τσίτσικα Άρτεμις

Επίκουρη Καθηγήτρια Παιδιατρικής-Εφηβικής Ιατρικής Β' Παιδιατρικής Κλινικής Πανεπιστημίου Αθηνών, Επιστημονική Υπεύθυνος Μονάδας Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.), Νοσοκομείο Παίδων "Π. & Α. ΚΥΡΙΑΚΟΥ"

Τσιτσιμπίκου Χριστίνα

MSc, PhD, ERT, Χημικός-Τοξικολόγος, Γενικό Χημείο του Κράτους, Ευρωπαϊκός Οργανισμός Χημικών - Επιτροπή Αξιολόγησης Κινδύνου, Επίτιμη Γενική Γραμματέας Ελληνικής Εταιρείας Τοξικολογίας

Τσολιά Μαρίζα

Καθηγήτρια Παιδιατρικής - Λοιμωξιολογίας, Διευθύντρια Β' Παιδιατρικής Κλινικής Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ, Νοσοκομείο Παίδων «Π. & Α. Κυριακού», Αθήνα

Φρισύρα Ελένη

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Κλινικής Γενετικής Ε.Κ.Π.Α., Εργαστήριο Ιατρικής Γενετικής, Νοσοκομείο Παίδων «Η ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ»

Χαρμανδάρη Ευαγγελία

MD, MSc, PhD, MRCP(UK), CCST(UK), Καθηγήτρια Παιδιατρικής - Παιδιατρικής Ενδοκρινολογίας, Α' Παιδιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ, Νοσοκομείο Παίδων "Η Αγία Σοφία", Αθήνα

Χρούσος Γεώργιος

Καθηγητής Παιδιατρικής και Ενδοκρινολογίας - Διευθυντής Α' Παιδιατρικής Κλινικής Ιατρικής Σχολής Ε.Κ.Π.Α, Επικεφαλής Έδρας UNESCO Εφηβικής Υγείας και Ιατρικής, Νοσοκομείο Παίδων «Η Αγία Σοφία»

Ψαλτοπούλου Θεοδώρα

Παθολόγος, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Επιδημιολογίας και Προληπτικής Ιατρικής Ε.Κ.Π.Α.

Διοργάνωση:



ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΠΑΙΔΙΑΤΡΩΝ



Οργανισμός των
Ηνωμένων Εθνών για την
Εκπαίδευση, την Επιστήμη
και τον Πολιτισμό



- Έδρα UNESCO Εφηβικής Υγείας και Ιατρικής
- Εθνικό και Καποδιστριακό
- Πανεπιστήμιο Αθηνών
- Ελλάδα



Α΄ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ

Με τη συνεργασία:

Ελληνική Εταιρεία
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗΣ και
ΕΦΗΒΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ



ΕΝΩΣΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΩΝ
ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΩΝ ΕΛΛΑΔΑΣ



ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΒΙΟΛΟΓΙΑΣ
ΚΑΙ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΤΟΥ ΣΤΡΕΣ

Με την ευγενική υποστήριξη:



Οργάνωση - Γραμματεία:

Θεσσαλονίκης 12, 153 44 Γέρακας, Αττική. Τ: 210 6048260, F: 210 6047457
W: www.free-spirit.gr