



Ταχύρρυθμη Εκπαίδευση  
Εισαγωγή στην Παιδιατρική Διατροφή

**NUTRITION PRO  
IN CHILDHOOD FEEDING**

**ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ**



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ  
HELLENIC NUTRITIONISTS SOCIETY

## Περιεχόμενα

---

ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	2
ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ & ΣΚΟΠΟΣ .....	3
ΧΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ & ΚΟΣΤΟΣ ΦΟΙΤΗΣΗΣ.....	3
ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΕΓΓΡΑΦΗΣ .....	4
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ.....	5
ΑΝΑΛΥΤΙΚΕΣ ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ.....	6
1. Βασικές αρχές παιδικής διατροφής.....	6
2. Παιδική διατροφή: Από το σπίτι στο σχολείο.....	6
3. Ο ρόλος του σχολείου στην προαγωγή της υγείας του παιδιού.....	7
4. Διατροφικές συνήθειες που σχετίζονται με την παιδική παχυσαρκία.....	7
5. Παιδική διατροφή, παχυσαρκία και ψυχοπαθολογία.....	8
6. Αντιμετώπιση της παιδικής παχυσαρκίας .....	8
7. Διαταραχές λήψης τροφής στα παιδιά.....	9
8. Ειδικά θέματα διατροφής και υγείας στην παιδική ηλικία.....	9
9. Διατροφική υποστήριξη σε παιδιά με παθήσεις του γαστρεντερικού .....	10
10. Διατροφή για παιδιά αθλητές.....	10
11. Ανάλυση περιστατικών (Εποπτεία).....	11
Ειδικά πλεονεκτήματα .....	12
ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ E-LEARNING .....	12
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ & ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ.....	13
ΤΕΛΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΟΥ .....	14
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ PLUS .....	15
ΛΟΙΠΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΟΥ.....	15
Συμμετοχή στον Δειγματοληπτικό Έλεγχο Εγγράφων.....	15
Συμμετοχή στην Αξιολόγηση του Προγράμματος .....	16
ΧΟΡΗΓΗΣΗ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΩΝ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ .....	16
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ.....	17
ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΣ ΦΟΡΕΑΣ .....	19



## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

---

Η Ελληνική Διατροφολογική Εταιρεία – ΕΛ.Δ.Ε. (Hellenic Nutritionists Society) είναι σωματείο Μη Κερδοσκοπικού Χαρακτήρα, το οποίο ιδρύθηκε το 2010. Σκοπός της είναι η προαγωγή της Διατροφικής – Διαιτολογικής Επιστήμης στην Ελλάδα. Μέσω πολλαπλών δράσεων διαμορφώνει ενεργά το διατροφικό τοπίο στην Ελλάδα και παρεμβαίνει δυναμικά στο διατροφικό γίγνεσθαι. Αποστολή της είναι η δημιουργία των προϋποθέσεων για τη συνένωση των επιστημονικών δυνάμεων όλων των επαγγελματιών υγείας που ασχολούνται με το αντικείμενο της διατροφής.

Η Ελληνική Διατροφολογική Εταιρεία μέσω του εκπαιδευτικού της κλάδου “ΕΛ.Δ.Ε. STUDIES” σήμερα προσφέρει τη δυνατότητα επιμόρφωσης **NUTRITION PROFESSIONAL: Τίτλος κατοχυρωμένος με αριθμό N266096** σε επίπεδο «e-learning» εκπαίδευσης. Με μία ποικιλία εκπαιδευτικών προγραμμάτων μη τυπικής εκπαίδευσης, κατάρτισης και επιμόρφωσης επιστημόνων υγείας, στοχεύει στην απόκτηση εξειδικευμένων γνώσεων σε διάφορα γνωστικά αντικείμενα που σχετίζονται με την επιστήμη της διατροφής και διαιτολογίας. Προς την κατεύθυνση αυτή παρέχεται η δυνατότητα ταχύρρυθμης επιμόρφωσης στην παιδιατρική διατροφή (Pediatric Nutrition). Στη συνέχεια, παρουσιάζονται αναλυτικά ο σκοπός και το περιεχόμενο της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης στην Παιδιατρική Διατροφή «Nutrition Pro in Childhood Feeding», οι προϋποθέσεις συμμετοχής σε αυτή, καθώς

και όλες οι απαραίτητες πληροφορίες για μια ολοκληρωμένη εικόνα της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης.

## ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ & ΣΚΟΠΟΣ

---

Στη Ταχύρρυθμη Εκπαίδευση στην Παιδιατρική Διατροφή: “Nutrition Pro in Childhood Feeding” παρουσιάζονται με επιστημονικά δεδομένα οι βασικές αρχές που διέπουν την επιστήμη της παιδοδιατροφολογίας, δίνοντας ιδιαίτερη έμφαση στην κατανόηση των βασικών αρχών που διέπουν την παιδική διατροφή: τις ενεργειακές και θρεπτικές απαιτήσεις (βιταμίνες, μέταλλα, ιχνοστοιχεία), τη διερεύνηση της αιτιολογίας και των συνεπειών που επιφέρει η παιδική παχυσαρκία και της μεθοδολογίας αντιμετώπισης. Ταυτόχρονα, πραγματοποιείται η ανάλυση της διατροφής στο σχολείο και ο ρόλος του τελευταίου στην προαγωγή της υγείας των παιδιών, αναλύονται διάφορες διαταραχές λήψης τροφής στα παιδιά και η ψυχοπαθολογία τους. Επιπλέον, παρουσιάζονται ειδικά θέματα διατροφής και υγείας στην παιδική ηλικία και παθήσεις γαστρεντερικού ενώ αναλύεται και η διατροφή για παιδιά αθλητές.

Σκοπός του προγράμματος είναι η παροχή γνώσεων αναφορικά με τη σημασία της διατροφής στα παιδιά. Ως απώτερος στόχος τίθεται η αποτελεσματική διατροφική υποστήριξη των παιδιών και η προαγωγή της δημόσιας υγείας.

## ΧΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ & ΚΟΣΤΟΣ ΦΟΙΤΗΣΗΣ

---

Ο απαιτούμενος χρόνος για την ολοκλήρωση της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης Εισαγωγή στην Παιδιατρική Διατροφή: “Nutrition Pro in Childhood Feeding” εκτιμάται στις 200 ώρες (παρακολούθηση διαλέξεων, μελέτη σημειώσεων, ανασκόπηση βιβλιογραφικών πηγών, συζήτηση και ανάλυση περιστατικών (εποπτεία), συμμετοχή σε επιστημονικά σεμινάρια κλπ.), ενώ ο μέγιστος χρόνος παρακολούθησης ανέρχεται στους έξι (6) μήνες. Η εκτίμηση του απαιτούμενου

χρόνου για την ολοκλήρωση της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης προκύπτει από τον συνολικό αριθμό των περιεχόμενων Θεματικών Ενοτήτων επί τις ώρες της καθοδηγούμενης διδασκαλίας (ανάλογα με τον γνωστικό όγκο και τον βαθμό δυσκολίας του), συν τις ώρες ανάλυσης περιστατικών (εποπτεία). Τα παραπάνω βασίζονται σε εκτιμώμενα στοιχεία, ενώ, όπως είναι ευνόητο, η τελική εκτίμηση του χρόνου ενασχόλησης του εκπαιδευομένου υπόκειται σε υποκειμενικά στοιχεία, όπως το γνωστικό του επίπεδο και η προσωπική ικανότητα αφομοίωσης γνώσεων.

Το συνολικό κόστος φοίτησης για την e-Learning εκπαίδευση ανακοινώνεται πριν την έναρξη του κάθε εκπαιδευτικού κύκλου. Ειδικές εκπτώσεις παρέχονται για εγγραφές εντός προκαθορισμένης ημερομηνίας (Early bird), για ανέργους (-10%), για πολύτεκνους (-10%) και προσθετικές εκπτώσεις για φοιτητές (-5%) και εφάπαξ καταβολής των διδάκτρων (-10%). Αναλυτικές πληροφορίες για την Εκπαιδευτική Πολιτική θα βρείτε [ΕΔΩ!](#)

Τα δίδακτρα καταβάλλονται σε τραπεζικό λογαριασμό και εκδίδεται απόδειξη είσπραξης στα στοιχεία του συμμετέχοντα. Για τον ακριβή τρόπο καταβολής των διδάκτρων ο εκπαιδευόμενος ενημερώνεται μέσω επίσημης ηλεκτρονικής επιστολής (email) από την Γραμματεία του Προγράμματος. Σε περίπτωση διακοπής της παρακολούθησης δεν πραγματοποιούνται επιστροφές διδάκτρων.

## ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΕΓΓΡΑΦΗΣ

---

Αίτηση συμμετοχής στη Ταχύρρυθμη Εκπαίδευση στην Παιδιατρική Διατροφή: “Nutrition Pro in Childhood Feeding” μπορούν να υποβάλουν φοιτητές Πανεπιστημιακών, Τεχνολογικών Ιδρυμάτων και Κολλεγίων, της ημεδαπής και της αλλοδαπής, απόφοιτοι μεταδευτεροβάθμιας εκπαίδευσης (Ινστιτούτων Επαγγελματικής Κατάρτισης και Κολλεγίων) και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης (Λυκείου, Επαγγελματικού Λυκείου ή Επαγγελματικής Σχολής). Κατά προτεραιότητα γίνονται δεκτοί πτυχιούχοι διατροφολόγοι και ιατροί (παιδίατροι, ενδοκρινολόγοι κλπ.) και δευτερευόντως άλλοι σχετικοί επαγγελματίες υγείας, οι οποίοι

ενδιαφέρονται να διδαχθούν από εξειδικευμένους επιστήμονες τις αρχές που διέπουν την επιστήμη της παιδιατρικής διατροφής και τους τρόπους ορθής εφαρμογής της στην παρέμβαση σε υπέρβαρα και παχύσαρκα παιδιά, οικογένειες και ομάδες πληθυσμού. Για τη συμμετοχή στο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα απαιτείται οι υποψήφιοι να έχουν δυνατότητα πρόσβασης στο διαδίκτυο, προσωπικό ηλεκτρονικό ταχυδρομείο (email) και βασικές γνώσεις χειρισμού Η/Υ. Σε περίπτωση που ο αριθμός των υποψηφίων στο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα υπερβαίνει τον μέγιστο αριθμό θέσεων, όπως αυτός ορίζεται στην Πρόσκληση Εκδήλωσης Ενδιαφέροντος για τον κάθε κύκλο σπουδών, επιπρόσθετα κριτήρια για την επιλογή των υποψηφίων αποτελούν τα εξής:

- βαθμός Πτυχίου ΑΕΙ ή ΤΕΙ ή Διπλώματος Επαγγελματικής Ειδικότητας ή Πτυχίου Επαγγελματικής Ειδικότητας (ή Απολυτηρίου Λυκείου ή Επαγγελματικού Λυκείου), με συντελεστή βαρύτητας 60% και με σειρά προτεραιότητας όπως αναγράφονται),
- κατοχή Μεταπτυχιακού Τίτλου Σπουδών (με συντελεστή βαρύτητας 10%),
- επίπεδο γνώσης της αγγλικής γλώσσας με βάση το Κοινό Ευρωπαϊκό Πλαίσιο Αναφοράς για Γλώσσες (με συντελεστή βαρύτητας 10%),
- εργασιακή προϋπηρεσία ή εμπειρία (με συντελεστή βαρύτητας 20%).

Η αίτηση συμμετοχής στο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα υποβάλλεται ηλεκτρονικά μέσω της Ελληνικής Διατροφολογικής Εταιρείας. Ο υποψήφιος καλείται να συμπληρώσει τα απαιτούμενα στοιχεία στην ηλεκτρονική αίτηση συμμετοχής (προσωπικά στοιχεία, στοιχεία επικοινωνίας, τίτλοι σπουδών, εργασιακή εμπειρία, κλπ.) και φέρει την ευθύνη της ορθότητας και της αλήθειας αυτών.

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ

---

Η Ταχύρρυθμη Εκπαίδευση στην Παιδιατρική Διατροφή: “Nutrition Pro in Childhood Feeding” περιλαμβάνει τους ακόλουθους τομείς: Θεωρητική κατάρτιση,

και Ανάλυση περιστατικών (Εποπτεία). Συνοπτικά, το επιστημονικό περιεχόμενό του εστιάζεται στις παρακάτω γενικές ενότητες:

- Βασικές αρχές παιδικής διατροφής
- Παιδική διατροφή: Από το σπίτι στο σχολείο
- Ο ρόλος του σχολείου στην προαγωγή της υγείας του παιδιού
- Διατροφικές συνήθειες που σχετίζονται με την παιδική παχυσαρκία
- Διατροφή για παιδιά αθλητές
- Παιδική διατροφή, παχυσαρκία και ψυχοπαθολογία
- Αντιμετώπιση της παιδικής παχυσαρκίας
- Ειδικά θέματα διατροφής και υγείας στην παιδική ηλικία
- Διατροφική υποστήριξη σε παιδιά με παθήσεις του γαστρεντερικού
- Διαταραχές λήψης τροφής
- Ανάλυση περιστατικών (Εποπτεία)

## ΑΝΑΛΥΤΙΚΕΣ ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ

---

### 1. Βασικές αρχές παιδικής διατροφής

Στόχος της ενότητας είναι η εισαγωγή στην έννοια της παιδικής διατροφής και η καταγραφή των βασικών αρχών από τις οποίες διέπεται. Αρχικά, αναλύεται ο ρόλος των θρεπτικών συστατικών και προσδιορίζονται οι θρεπτικές απαιτήσεις κατά την παιδική ηλικία. Στο κυρίως μέρος παρουσιάζονται οι ομάδες τροφίμων, τα τρόφιμα υψηλής διατροφικής αξίας και η εποχικότητά τους. Τέλος, περιγράφεται η ενδεδειγμένη διατροφή που μπορεί να βελτιώνει τη σχολική επίδοση, η σημασία της ενυδάτωσης και των συμπληρωμάτων διατροφής.

### 2. Παιδική διατροφή: Από το σπίτι στο σχολείο

Στόχος της ενότητας είναι η παρουσίαση των διατροφικών κατευθύνσεων που προτείνονται κατά τη διαχρονική εξέλιξη της παιδικής ηλικίας, δηλαδή από τη βρεφική έως την έναρξη της εφηβικής ηλικίας. Αρχικά, αναλύεται ο ρόλος της

διατροφής στα διάφορα στάδια της παιδικής ηλικίας, όπως επίσης και η διατροφή του παιδιού – μαθητή. Στο κύριο μέρος παρουσιάζεται η σημασία της διατροφικής εκπαίδευσης των γονέων, η σπουδαιότητα της διατροφής στο σχολικό περιβάλλον και τα γεύματα που μπορούν να καταναλώνονται στο σχολείο, στο σχολικό κυλικείο, με βάση την ισχύουσα νομοθεσία. Τέλος, περιγράφονται οι κανόνες ασφάλειας τροφίμων που πρέπει να ακολουθεί το σχολικό κυλικείο, καθώς και η σημασία του ρόλου των εκπαιδευτικών ως πρότυπα υγείας για τους μαθητές.

### 3. Ο ρόλος του σχολείου στην προαγωγή της υγείας του παιδιού

Στόχος της ενότητας είναι η παρουσίαση του σημαντικού ρόλου που διαδραματίζει ο ρόλος του σχολείου στην προαγωγή της υγείας του παιδιού. Αρχικά, αναλύονται οι έννοιες της προαγωγής και αγωγής της υγείας. Στη συνέχεια, παρουσιάζεται ο ρόλος του σχολείου στην ανάπτυξη και την εφαρμογή προγραμμάτων προαγωγής υγείας, όπως και στη διασφάλιση της υγιούς ανάπτυξης των παιδιών. Τέλος, επισημαίνεται ο ρόλος του εκπαιδευτικού στην προαγωγή της υγείας και παρατίθενται παραδείγματα ευρωπαϊκών και ελληνικών προγραμμάτων προαγωγής υγείας.

### 4. Διατροφικές συνήθειες που σχετίζονται με την παιδική παχυσαρκία

Στόχος της ενότητας είναι να παρουσιάσει τις διατροφικές συνήθειες που σχετίζονται με την παιδική παχυσαρκία. Αρχικά, επιχειρείται η καταγραφή των διατροφικών συνηθειών που προστατεύουν, αλλά και που προάγουν την εμφάνιση της παιδικής παχυσαρκίας. Στη συνέχεια, αναλύεται ο ρόλος της φυσικής δραστηριότητας στον περιορισμό των διαστάσεων του φαινομένου. Τέλος, παρουσιάζονται οι διατροφικές συνήθειες που περιορίζουν ή επάγουν τη συγκέντρωση επικίνδυνου κοιλιακού λίπους στα παιδιά (κεντρική παιδική παχυσαρκία).



## 5. Παιδική διατροφή, παχυσαρκία και ψυχοπαθολογία

Στόχος της ενότητας είναι να αναλύσει το συσχετισμό της παιδικής ψυχοπαθολογίας με την παιδική διατροφή και την παχυσαρκία. Είναι ευρέως γνωστό ότι τα παιδιά με παχυσαρκία βιώνουν ποικίλα ψυχοκοινωνικά προβλήματα τα οποία επηρεάζουν την ψυχο-συναισθηματική τους κατάσταση και γενικότερα την ποιότητα της ζωής τους. Αυτά τα ψυχοκοινωνικά προβλήματα έχουν συνδεθεί με παράγοντες πρόκλησης διαταραχών διατροφής στα παιδιά και κατ' επέκταση με αδυναμία ρύθμισης του σωματικού τους βάρους. Επομένως, οι ειδικοί επιστήμονες καλό είναι να διευρύνουν την προσέγγισή τους λαμβάνοντας υπόψη και την ψυχο-συναισθηματική κατάσταση των παιδιών με παχυσαρκία, προκειμένου να εξατομικεύουν την παρέμβασή τους ανάλογα με τις ιδιαίτερες ανάγκες του κάθε παιδιού. Έτσι, σε αυτή την ενότητα θα παρουσιαστεί η σχέση της κατάθλιψης (έμμεση σύνδεση), του άγχους, και άλλων μορφών παιδικής ψυχοπαθολογίας με τη διατροφή. Επίσης, θα αναφερθούν οι ψυχοκοινωνικοί παράγοντες (χαμηλή αυτοεκτίμηση, μειωμένες κοινωνικές δεξιότητες, χαμηλή απόδοση στο σχολείο, περιθωριοποίηση – Bullying λεκτικό και σωματικό) που συνδέονται με την παιδική παχυσαρκία.

## 6. Αντιμετώπιση της παιδικής παχυσαρκίας

Στόχος της ενότητας είναι να παρουσιάσει τις λεπτομέρειες της περιεκτικής αντιμετώπισης της παιδικής παχυσαρκίας. Αρχικά επιχειρείται η ανάλυση του ρόλου του ειδικού διατροφολόγου στην παιδιατρική διατροφή, στην αντιμετώπιση ενός ζητήματος που απαιτεί ειδικευμένες λύσεις. Στο κυρίως μέρος, τονίζεται η σημασία της διαμόρφωσης ποιοτικών διατροφικών συνηθειών στα παιδιά και η διατροφική παρέμβαση με τη βοήθεια της ελληνικής παραδοσιακής δίαιτας και άλλων μοντέλων υγιεινής διατροφής. Τέλος, παρουσιάζονται οι συστάσεις φυσικής δραστηριότητας για την αντιμετώπιση της παιδικής παχυσαρκίας.

## 7. Διαταραχές λήψης τροφής στα παιδιά

Στόχος της ενότητας είναι να παρουσιάσει τις διάφορες διαταραχές λήψης τροφής που μπορεί να αντιμετωπίσουν τα παιδιά. Αρχικά, αναλύεται η έννοια των διαταραχών λήψης τροφής στην παιδική ηλικία όπως και τα είδη των διαταραχών αυτών : ψυχογενής ανορεξία, ψυχογενής βουλιμία, διαταραχή αδηφαγίας, πίκια (Αλλοτριοφαγία), διαταραχή μηρυκασμού και η αποφευκτική - περιοριστική διαταραχή πρόσληψης τροφής. Στη συνέχεια, παρουσιάζονται τα διαγνωστικά κριτήρια των ανωτέρω διαταραχών, τα κύρια χαρακτηριστικά τους και οι επιπλοκές τους. Ακόμη, κατά τις παραπάνω διαδικασίες παρουσιάζονται και δυσκολίες - εμπόδια στη θεραπεία, τα οποία ο ειδικός επαγγελματίας υγείας θα πρέπει να λαμβάνει υπόψιν κατά τη διάρκεια της παρέμβασής του. Έτσι, στην παρούσα ενότητα αναλύονται τα εκάστοτε προβλήματα που σχετίζονται με τη μη ύπαρξη κινήτρων για τα παιδιά, τη χαμηλή συμμόρφωση, με τη στάση της οικογένειας όταν πιστεύει ότι ένα παχύσαρκο παιδί είναι υγιές, με την εύκολη πρόσβαση στο junk food και με τη διαφήμισή του μέσω των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και της τηλεόρασης, με το μη υποστηρικτικό οικογενειακό / φιλικό περιβάλλον, με παλαιότερες αποτυχημένες προσπάθειες υιοθέτησης ενός υγιεινού τρόπου διατροφής και με τις γενικότερες διατροφικές συνήθειες / τρόπο ζωής της οικογένειας. Στο τέλος της ενότητας θα αναφερθούν τρόποι διαχείρισης παιδιών με διατροφικές διαταραχές με βάση το γνωσιακό – συμπεριφορικό μοντέλο (CBT) και θα εξηγηθεί η σημασία του βιοψυχοκοινωνικού μοντέλου προσέγγισης στη διαχείριση παιδιών με διατροφικές διαταραχές.

## 8. Ειδικά θέματα διατροφής και υγείας στην παιδική ηλικία

Στόχος της ενότητας είναι να παρουσιάσει τα διάφορα νοσήματα της παιδικής ηλικίας που μπορεί να απειλήσουν την υγεία των παιδιών, αλλά και να υποβαθμίσουν σημαντικά την ποιότητα ζωής τους, άμεσα λόγω των διαφόρων συμπτωμάτων και επιπλοκών τους, αλλά και έμμεσα λόγω των απαιτητικών θεραπειών για τη διαχείρισή τους. Ορισμένα από αυτά είναι: ο σακχαρώδης διαβήτης 1, οι τροφικές αλλεργίες, το αλλεργικό άσθμα, ο αυτισμός, η διαταραχή

ελλειμματικής προσοχής και υπερκινητικότητας, η κυστική ίνωση, η επιληψία και η σιδηροπενική αναιμία. Για καθένα από αυτά τα νοσήματα θα αναφερθεί η διάγνωση, η παθογένεια, τα συμπτώματα, οι επιπλοκές, η θεραπεία τους και η διατροφική τους αντιμετώπιση, καθώς και ο ρόλος του σχολείου στη δημιουργία ενός υποστηρικτικού περιβάλλοντος για την καλύτερη διαχείρισή τους.

## 9. Διατροφική υποστήριξη σε παιδιά με παθήσεις του γαστρεντερικού

Στόχος της ενότητας είναι να παρουσιάσει τις βασικές αρχές διατροφικής υποστήριξης σε παιδιά με παθήσεις του γαστρεντερικού συστήματος. Οι διάφορες διαταραχές του γαστρεντερικού είναι συχνές κατά την παιδική ηλικία και μπορούν να υποβαθμίσουν σημαντικά την ποιότητα ζωής των παιδιών. Στην κατηγορία αυτή μεταξύ άλλων περιλαμβάνονται: οξεία και χρόνια διάρροια (κλινική εικόνα, απώλεια θρεπτικών ουσιών, δυσαπορρόφηση και υποθρεψία), αναγωγές – έμετοί, η γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση, η οισοφαγίτιδα, επανυδάτωση – επανασίτιση, οι ΙΦΝΕ (Ιδιοπαθείς Φλεγμονώδεις Νόσοι του Εντέρου), η κοιλιοκάκη και η δυσκοιλιότητα. Για όλα τα παραπάνω, η κατανόηση της διατροφικής τους διαχείρισης είναι υψηλής σημασίας στο γνωστικό πεδίο της παιδιατρικής διατροφής.

## 10. Διατροφή για παιδιά αθλητές

Στόχος της ενότητας είναι να παρουσιάσει τις βασικές αρχές που διέπουν τις διατροφικές κατευθύνσεις για παιδιά αθλητές. Αρχικά, θα παρουσιαστούν οι μηχανισμοί παραγωγής ενέργειας, οι πηγές παραγωγής μυϊκής ενέργειας, τα τρία κυρίαρχα συστήματα παραγωγής ενέργειας και τα βασικά χαρακτηριστικά συστημάτων παραγωγής ενέργειας. Στη συνέχεια, θα καταγραφούν οι διεθνείς συστάσεις για την κατανάλωση υδατανθράκων, λιπών και πρωτεϊνών, αλλά και οι διεθνείς συστάσεις για την κατανάλωση υγρών, πριν, κατά τη διάρκεια, και μετά το τέλος της άσκησης. Τέλος, θα αναλυθούν οι ειδικές διατροφικές απαιτήσεις για ένα παιδί - αθλητή υψηλού επιπέδου.

## 11. Ανάλυση περιστατικών (Εποπτεία)

Η ανάλυση περιστατικών (εποπτεία) αποτελεί το τελικά στάδιο της εκπαιδευτικής διαδικασίας κατά τη διάρκεια της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης στην Παιδιατρική Διατροφή “Nutrition Pro in Childhood Feeding”. Οι ειδικευόμενοι φέρνουν για εποπτεία υλικό από τον επαγγελματικό τους χώρο. Είναι υπεύθυνοι για την τήρηση των κανόνων δεοντολογίας της Διαιτολογικής Μονάδας κατά την παρουσίαση του υλικού αυτού. Η ανάλυση των περιστατικών πραγματοποιείται σε συνεργασία με τον επιστημονικό υπεύθυνο πρακτικής άσκησης και μπορεί να γίνει και διαδικτυακά. Στη ζωντανή εποπτεία, υπάρχουν σχόλια ανατροφοδότησης από τον εκπαιδευτή αλλά και από το σύνολο της εκπαιδευτικής τους ομάδας. Επίσης, παρέχεται η δυνατότητα ατομικής εποπτείας σε μη εξειδικευμένους κλινικούς που έχουν κληθεί να ανταποκριθούν στις ανάγκες ενός παιδικού περιστατικού διαταραχών διατροφής. Η ατομική εποπτεία τέλος, απευθύνεται και σε έμπειρους κλινικούς επαγγελματίες υγείας που θέλουν να αναπτύξουν περαιτέρω συγκεκριμένες κλινικές δεξιότητες ή να έχουν την ευκαιρία συζήτησης των δύσκολων περιστατικών τους με έναν εξειδικευμένο και έμπειρο κλινικό.

Πιο συγκεκριμένα, η διαδικασία της ατομικής εποπτείας έχει τη μορφή ισότιμης αλληλεπίδρασης και συνεργασίας μεταξύ δύο κλινικών διαιτολόγων ή επαγγελματιών υγείας, οι οποίοι καλούνται να βάλουν μαζί τις γνώσεις και την εμπειρία τους ο καθένας, για να αναδείξουν τις αναγκαίες κλινικές πρακτικές προς όφελος του περιστατικού και του λιγότερο έμπειρου κλινικού. Ο εκπαιδευόμενος μπαίνει στην εποπτική σχέση στη διαχείριση ενός συγκεκριμένου περιστατικού και ο επόπτης τον καθοδηγεί σύμφωνα με τις γνώσεις, δεξιότητες, πληροφορίες, εμπειρία από παρόμοια περιστατικά και την πρόθεση να τα μοιραστεί όλα αυτά με σκοπό την προσωπική και επαγγελματική εξέλιξη του πρώτου. Ο επόπτης υποστηρίζει και ενδυναμώνει τον εκπαιδευόμενο να ανακαλύψει και να κατευθύνει τις κλινικές του δεξιότητες προς τις κατευθύνσεις που απαιτούνται για τη διαχείριση των αναγκών του περιστατικού του και την προσωπική και επαγγελματική του εξέλιξη. Τα εργαλεία που χρησιμοποιούνται διαφέρουν κατά περίπτωση και μπορεί να περιλαμβάνουν επί παραδείγματι τη μελέτη περιστατικού, την ανάλυση βίντεο του πελάτη ή συνεδρίας,

τον αναστοχασμό για κλινικές συνεδρίες, τη μελέτη σημαντικών συμβάντων κλπ. Η εποπτεία είναι ατομική και αυτό δίνει την δυνατότητα πλήρους ευελιξίας και εξατομίκευσης ανάλογα με τις ανάγκες και τα αιτήματα του συναδέλφου. Η ενεργός συμμετοχή στην εποπτεία είναι απαραίτητη για την ολοκλήρωση της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης στην Παιδιατρική Διατροφή “Nutrition Pro in Childhood Feeding”, και αξιολογείται από την Εκπαιδευτική Επιτροπή.

## Ειδικά πλεονεκτήματα

- Μοναδική Ταχύρρυθμη εκπαίδευση στην Ελλάδα στο αντικείμενο της Παιδιατρικής Διατροφής
- Live Conference - Σύγχρονη εξ' αποστάσεως συζήτηση ερωτήσεων
- Σύγχρονη εξ' αποστάσεως ανάλυση περιστατικών (εποπτεία).

## ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ E-LEARNING

---

Η διδασκαλία e-Learning στο Πρόγραμμα Επιμόρφωσης στην Παιδιατρική Διατροφή “Nutrition Pro in Childhood Feeding” διεξάγεται κυρίως μέσω του διαδικτύου, προσφέροντας στους Εκπαιδευόμενους τη δυνατότητα αυτόνομης παρακολούθησης χωρίς να είναι απαραίτητη η φυσική τους παρουσία σε κάποιο συγκεκριμένο χώρο και για κάποιο συγκεκριμένο χρόνο. Η εκπαιδευτική διαδικασία πραγματοποιείται μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας Moodle. Για τη χρήση του Moodle ο Εκπαιδευόμενος πρέπει να διαθέτει Η/Υ με δυνατότητα πρόσβασης στο διαδίκτυο και εγκατεστημένο περιηγητή διαδικτύου (web browser) με δυνατότητα διαχείρισης πολυμέσων (multimedia). Οι θεματικές ενότητες της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης στην Παιδιατρική Διατροφή: “Nutrition Pro in Childhood Feeding” διατίθενται στον Εκπαιδευόμενο σταδιακά, ενώ για κάθε θεματική ενότητα υπάρχουν σχετικές ερωτήσεις κατανόησης-αξιολόγησης. Ο Εκπαιδευόμενος έχει τη δυνατότητα να απαντήσει σε αυτές όσες φορές επιθυμεί, ωστόσο η επιτυχής ολοκλήρωση των ερωτήσεων κατανόησης - αξιολόγησης της κάθε θεματικής ενότητας είναι απαραίτητη για την παρακολούθηση της επόμενης (σωστή απάντηση τουλάχιστον στο 75% των ερωτήσεων). Οι σχετικές διαδικασίες εκπαίδευσης στα στην εποπτεία

περιλαμβάνουν πραγματοποιούνται σε προκαθορισμένο χρόνο, ο οποίος ορίζεται από κοινού με τους εκπαιδευόμενους και τους υπεύθυνους διδασκαλίας.

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ & ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

---

Η διδακτέα ύλη της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης στην Παιδιατρική Διατροφή “Nutrition Pro in Childhood Feeding” περιλαμβάνει «ζωντανές» παρουσιάσεις και ηχογραφημένες βιντεοπαρουσιάσεις, συνοδευτικές σημειώσεις μαθήματος (e-book), βιβλία, επιστημονικά άρθρα σε έντυπη και ηλεκτρονική μορφή, ενδεικτική ελληνική και διεθνή βιβλιογραφία, ερωτήσεις κατανόησης-αξιολόγησης, και μελέτες περίπτωσης (case study). Καθ’ όλη τη διάρκεια της παρακολούθησης, ο Εκπαιδευόμενος έχει τη δυνατότητα επικοινωνίας με τον Συντονιστή της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης μέσω ηλεκτρονικής επιστολής (email) για τυχόν απορίες ή ερωτήσεις σχετικά με τη διδακτέα ύλη και την εκπαιδευτική διαδικασία. Τέλος, ο Εκπαιδευόμενος έχει τη δυνατότητα να επωφεληθεί από τις υπηρεσίες του Γραφείου Σταδιοδρομίας της Ελληνικής Διατροφολογικής Εταιρείας. Στόχος του Γραφείου Σταδιοδρομίας είναι να συμβουλευεί τους Εκπαιδευόμενους σχετικά με τη μελλοντική τους σταδιοδρομία και να τους βοηθά να αναζητήσουν εργασία ανάλογη με τις γνώσεις που αποκόμισαν από την εκπαίδευσή τους. Ο Υπεύθυνος του Γραφείου Σταδιοδρομίας της Ελληνικής Διατροφολογικής Εταιρείας παρέχει στους Εκπαιδευόμενους ενημέρωση σχετικά με τη δυνατότητα συνέχισης των σπουδών τους (προγράμματα σπουδών ελληνικών και ξένων εκπαιδευτικών ιδρυμάτων, υποτροφίες, προγράμματα κινητικότητας στην Ευρώπη, εκπαιδευτικά σεμινάρια, συνέδρια, κλπ.) και τη μετάβασή τους στην αγορά εργασίας (π.χ. προκηρυσσόμενες θέσεις εργασίας στον ιδιωτικό και δημόσιο τομέα, προγράμματα πρακτικής άσκησης, επαγγελματικοί φορείς – σύλλογοι – επιμελητήρια, κλπ.). Επιπλέον, παρέχει συμβουλευτικές υπηρεσίες σχετικά με τη σύνταξη βιογραφικού σημειώματος και συνοδευτικών επιστολών, την εξοικείωση με τεχνικές αναζήτησης εργασίας και τη διαδικασία συνέντευξης για εύρεση εργασίας. Για την όσο το δυνατόν μεγαλύτερη εξοικείωση των εκπαιδευόμενων με την πραγματική επαγγελματική εμπειρία προσφέρονται επιπρόσθετες δυνατότητες ενεργούς συμμετοχής σε ανοικτές

εκδηλώσεις, πρακτική συμμετοχή σε επιστημονικές δράσεις στην κοινότητα και ενεργός συμμετοχή σε συνέδρια επιστημονικής ευθύνης της Ελληνικής Διατροφολογικής Εταιρείας. Μετά το πέρας της εκπαίδευσης προσφέρονται εγγραφή στην επιστημονική κοινότητα των Ειδικών Παιδιατρικής Διατροφής της Ελληνικής Διατροφολογικής Εταιρείας, 24σέλιδα εκπαιδευτικά εργαλεία παιδικής διατροφής («Μυστικά διατροφής για παιδιά»), Ημερολόγια Καταγραφής Γευμάτων για ιδιωτική χρήση, ενημερωτικό υλικό της Ελληνικής Διατροφολογικής Εταιρείας («Εγχειρίδιο διαβήτη», «Καταρρίπτοντας 10 κοινούς διατροφικούς μύθους» κλπ.), δυνατότητα λειτουργίας πλήρους εξοπλισμένης επιστημονικής μονάδας στις εγκαταστάσεις της ΕΛ.Δ.Ε. για ιδιωτική επαγγελματική δραστηριότητα σε προνομιακή τιμή ενοικίασης «με την ώρα» για τους αποφοίτους και ευκαιρίες αρθρογραφίας και δημοσιεύσεων σε έντυπα (εφημερίδες και περιοδικά) υψηλής πανελλαδικής κυκλοφορίας.

## ΤΕΛΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΟΥ

---

Μετά την παρακολούθηση όλων των Θεματικών Ενοτήτων, ο Εκπαιδευόμενος καλείται να ολοκληρώσει την τελική εξέταση της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης στην Παιδιατρική Διατροφή: “Nutrition Pro in Childhood Feeding”. Η τελική εξέταση πραγματοποιείται με τη φυσική παρουσία με περιορισμό χρόνου ή ηλεκτρονικά στη διαδικτυακή πλατφόρμα εκπαίδευσης χωρίς περιορισμό χρόνου και αποτελείται από ερωτήσεις αντιστοίχισης, πολλαπλής επιλογής, αληθούς-ψευδούς δήλωσης, σύντομης απάντησης κλπ. Η επιτυχής ολοκλήρωση της τελικής εξέτασης ορίζεται ως η σωστή απάντηση τουλάχιστον στο 55% των ερωτήσεων .

Σε περίπτωση που η ολοκλήρωση της τελικής εξέτασης της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης δεν είναι επιτυχής, ο εκπαιδευόμενος έχει τη δυνατότητα επαναληπτικής εξέτασης. Η κάθε επαναληπτική εξέταση αποτελείται ομοίως από ερωτήσεις αντιστοίχισης, πολλαπλής επιλογής, αληθούς-ψευδούς δήλωσης, σύντομης απάντησης κλπ., αντίστοιχου αριθμού και βαθμού δυσκολίας με την αρχική αξιολόγηση. Πριν την κάθε επαναληπτική εξέταση ο εκπαιδευόμενος καλείται να

μελετήσει ξανά τη διδακτέα ύλη της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης και να απαντήσει σε κάποιες σύντομες ερωτήσεις κατανόησης –αξιολόγησης.

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ PLUS

---

Οι εκπαιδευόμενοι που εγγράφονται εντός προκαθορισμένης ημερομηνίας της στην Ταχύρρυθμη Εκπαίδευση στην Παιδιατρική Διατροφή: “Nutrition Pro in Childhood Feeding” “**PLUS**”, μπορούν να επιλέξουν και την ταυτόχρονη παρακολούθηση του διαδικτυακού εκπαιδευτικού προγράμματος «Στρατηγικές Πρόληψης & Διαχείρισης της Παιδικής Παχυσαρκίας», το οποίο διεξάγεται από το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (ΕΚΠΑ). Η επιτυχής ολοκλήρωση του πλήρους προγράμματος οδηγεί παράλληλα και σε απονομή **πιστοποιητικού εξειδικευμένης επιμόρφωσης από το Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. του ΕΚΠΑ**, το οποίο συνοδεύεται από **Europass συμπλήρωμα πιστοποιητικού** όπου αναγράφονται οι τίτλοι και τα μαθησιακά αποτελέσματα των επιμέρους Θεματικών Ενοτήτων του Εκπαιδευτικού Προγράμματος καθώς και οι **4 μονάδες ECVET** που αντιστοιχούν στο συγκεκριμένο εκπαιδευτικό πρόγραμμα. Οι βαθμοί ECVET αποτυπώνουν σε μετρήσιμη μορφή τις γνώσεις, τις δεξιότητες και τις ικανότητες που αποκτά ένας εκπαιδευόμενος μέσα από την παρακολούθηση ενός προγράμματος.

## ΛΟΙΠΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΟΥ

---

### Συμμετοχή στον Δειγματοληπτικό Έλεγχο Εγγράφων

Δειγματοληπτικός έλεγχος εγγράφων πραγματοποιείται πριν τη λήξη του κάθε κύκλου σπουδών στο 5% των Εκπαιδευόμενων (επιλεγμένοι με τυχαίο τρόπο) από τη Γραμματεία της Ελληνικής Διατροφολογικής Εταιρείας. Σε περίπτωση που του ζητηθεί, ο Εκπαιδευόμενος πρέπει να είναι σε θέση να προσκομίσει δικαιολογητικά που να αποδεικνύουν την τυπική του εκπαίδευση, βεβαιώσεις προϋπηρεσίας και αντίγραφα αποδεικτικών άλλων γνώσεων (π.χ. ξένων γλωσσών, μη τυπικής εκπαίδευσης, κλπ.). Σε περίπτωση μη ανταπόκρισης του Εκπαιδευόμενου στη διαδικασία δειγματοληπτικού ελέγχου εγγράφων ή εντοπισμού ψευδούς δήλωσης



στοιχείων κατά την υποβολή της αίτησης συμμετοχής του στο Πρόγραμμα, δεν του χορηγείται το Πιστοποιητικό Επιμόρφωσης, ακόμα και αν έχει ολοκληρώσει τις εκπαιδευτικές του υποχρεώσεις.

## Συμμετοχή στην Αξιολόγηση του Προγράμματος

Η αξιολόγηση των παρεχόμενων από το Πρόγραμμα εκπαιδευτικών υπηρεσιών πραγματοποιείται μέσω ηλεκτρονικού ερωτηματολογίου, το οποίο ο Εκπαιδευόμενος καλείται να συμπληρώσει, προτού ολοκληρώσει την τελική εξέταση της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης. Παράλληλα, κάθε έτος πραγματοποιείται τηλεφωνική δειγματοληπτική αξιολόγηση σε επίπεδο οργάνωσης και παροχής της εκπαιδευτικής διαδικασίας από τη Γραμματεία της Ελληνικής Διατροφολογικής Εταιρείας σε ένα τυχαίο δείγμα Εκπαιδευόμενων, προκειμένου να διαπιστωθεί ο βαθμός συνολικής ικανοποίησής τους από το Πρόγραμμα και τη γενικότερη μαθησιακή διαδικασία.

## ΧΟΡΗΓΗΣΗ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΩΝ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ

---

Η επιτυχής ολοκλήρωση των σπουδών και της τελικής εξέτασης της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης οδηγεί στη χορήγηση Πιστοποιητικού Επιμόρφωσης στο γνωστικό αντικείμενο **Επιμόρφωσης στην Παιδιατρική Διατροφή “Nutrition Pro in Childhood Feeding”**. Επιτυγχάνεται μέσα από τη συστηματική παρακολούθηση των μαθημάτων του προγράμματος, την παράδοση των γραπτών εργασιών, την ολοκλήρωση των παρουσιάσεων και της θετικής αξιολόγησης της Εκπαιδευτικής Επιτροπής. Το Πιστοποιητικό Επιμόρφωσης φέρει τον τίτλο της Ελληνικής Διατροφολογικής Εταιρείας και αναγράφει τη μέθοδο υλοποίησής του, τις διδακτικές ώρες, το ακαδημαϊκό έτος απόκτησης.

Τα Πιστοποιητικά Επιμόρφωσης στην e-Learning εκπαίδευση αποστέλλονται ταχυδρομικά στους Εκπαιδευόμενους μετά τη λήξη του κύκλου σπουδών. Όλοι οι απόφοιτοι εγγράφονται ως μέλη στην επιστημονική κοινότητα των Ειδικών Παιδιατρικής Διατροφής της Ελληνικής Διατροφολογικής Εταιρείας. Σε περίπτωση

που ο Εκπαιδευόμενος δεν ολοκληρώσει επιτυχώς το Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα (μη επιτυχής ολοκλήρωση της τελικής και των επαναληπτικών εξετάσεων της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης) του χορηγείται απλή Βεβαίωση Παρακολούθησης.

## ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ

---

Η Επιστημονική Ομάδα του κλάδου σπουδών της Ελληνικής Διατροφολογικής Εταιρείας (ΕΛ.Δ.Ε. STUDIES) αποτελείται από τον Επιστημονικό Υπεύθυνο, τον Ακαδημαϊκό Υπεύθυνο του Εκπαιδευτικού Προγράμματος, τον Συντονιστή και τους Εκπαιδευτές.

Ο Επιστημονικός και Ακαδημαϊκός Υπεύθυνος της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης *Nutrition Pro in Childhood Feeding* κ. Γρηγοράκης Δημήτρης, PhD, είναι διδάκτωρ του Τμήματος Διαιτολογίας-Διατροφής του Χαροκόπειου Πανεπιστημίου, με αντικείμενο την παιδική διατροφή και παχυσαρκία, με αποδεδειγμένη διδακτική, ερευνητική και συγγραφική εμπειρία.

Είναι επιστημονικός συνεργάτης της Α' Νευρολογικής Κλινικής, Ιατρική Σχολή ΕΚΠΑ, Αιγινήτειο Νοσοκομείο και Εκπαιδευτής στο ΚΕΔΙΒΙΜ του Εθνικού & Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (ΕΚΠΑ). Έχει την ευρύτερη ευθύνη για τον σχεδιασμό, την υλοποίηση και την παρακολούθηση της ακαδημαϊκής διαδικασίας του Εκπαιδευτικού Προγράμματος.

Η συντονίστρια και εκπαιδεύτρια του Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης *Nutrition Pro in Childhood Feeding* κα. Γεωργία Καπώλη, MSc, είναι Πτυχιούχος του Χαροκοπέιου Πανεπιστημίου Αθηνών, με μεταπτυχιακές σπουδές στο Τμήμα Κλινικής Διαιτολογίας του Πανεπιστημίου Roehampton of Surrey του Λονδίνου και ιδρυτικό μέλος της Ελληνικής Διατροφολογικής Εταιρείας. Έχει πολυετή εμπειρία (περισσότερα από 18 έτη) στην ατομική διατροφική συμβουλευτική σε αθλητικούς χώρους (γυμναστήρια), διαγνωστικά κέντρα (Euromedica) και αποτελεί Επιστημονική Διευθύντρια Κέντρου Διαιτολογικής υποστήριξης & Μεταβολικού ελέγχου στη Νεμέα κορινθίας με αντίστοιχο παράρτημα στην Αθήνα. Διαθέτει αποδεδειγμένη διδακτική και συγγραφική εμπειρία. Έχει επιμεληθεί τις θεματικές ενότητες του εκπαιδευτικού προγράμματος και φέρει την ευθύνη για το εκπαιδευτικό υλικό ή οποιοδήποτε άλλο

εργαλείο χρησιμοποιείται στο πλαίσιο της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Είναι υπεύθυνη για την επικοινωνία με τους Εκπαιδευόμενους, κατευθύνοντάς τους στη μελέτη της διδακτέας ύλης, απαντώντας σε απορίες σχετικά με την εκπαιδευτική διαδικασία και το εκπαιδευτικό υλικό και προτείνοντας επιπρόσθετη βιβλιογραφία, εφόσον ζητηθεί. Επίσης, μεριμνά για την καταλληλότητα του εκπαιδευτικού υλικού και την επιστημονική ακρίβεια της διδακτέας ύλης του Εκπαιδευτικού Προγράμματος, καθώς και για τη συνεχή ανανέωση και βελτίωση αυτών βάσει των εκπαιδευτικών αναγκών των Εκπαιδευόμενων και των νέων επιστημονικών δεδομένων.

Η Εκπαιδευτική Ομάδα της Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης Nutrition Pro in Childhood Feeding αποτελείται από τους:

- Δρ. Δημήτρη Γρηγοράκη, PhD Κλινικό Διαιτολόγο – Διατροφολόγο και Διδάκτορα Χαροκοπείου Πανεπιστημίου
- Δρ. Ιωάννη Αρναούτη, PhD, Καθηγήτριά Φυσικής Αγωγής, Επιστημονικό Συνεργάτη και διδάσκων στο Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο
- Δρ. Κατερίνα Σκενδέρη, PhD, Βιοχημικό - Διατροφολόγο και Διδάσκουσα στο Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο
- Δρ. Ελένη Τσάτσα, Ιατρό, απόφοιτη Ιατρικής Σχολής Αθηνών με ειδίκευση στην Παιδιατρική
- Μιχάλη Μακρυλλό MSc, Κλινικό Διαιτολόγο – Αθλητικό Διατροφολόγο και Πρόεδρο της Ομάδας Ειδικών Αθλητικής Διατροφής του Πανελληνίου Συλλόγου Διαιτολόγων – Διατροφολόγων
- Γεωργία Καπώλη, Κλινικό Διαιτολόγο – Διατροφολόγο, MSc στο Τμήμα Κλινικής Διαιτολογίας του Πανεπιστημίου Roehampton of Surrey του Λονδίνου
- Φωτεινή Αθανασοπούλου, Αθλητική Διατροφολόγο, MSc στο Πανεπιστήμιο του Μάαστριχτ με κατεύθυνση την Αθλητική Διατροφή.
- Μαντώ Αγουρίδου, Κλινική Ψυχολόγο, MSc στην Ιατρική Σχολή του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών.

## ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΣ ΦΟΡΕΑΣ

---

Το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (Ε.Κ.Π.Α.) αποτελεί το αρχαιότερο Ανώτατο Εκπαιδευτικό Ίδρυμα της σύγχρονης Ελλάδας και συνεισφέρει σημαντικά στο εκπαιδευτικό και ερευνητικό έργο της χώρας. Το Κέντρο Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης (ΚΕΔΙΒΙΜ) του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών στοχεύει στη διασύνδεση του Πανεπιστημίου με όλους τους ανθρώπους της επιστήμης και του πολιτισμού και στην αλληλεπίδρασή του με τους πολίτες, κατά τρόπο που να ικανοποιούνται οι υπαρκτές ανάγκες της κοινωνίας, να προάγεται η ισότητα της πρόσβασης, στην εκπαίδευση και τη γνώση και να προωθείται ο ελληνικός πολιτισμός και η εγχώρια οικονομία. Οι δραστηριότητες του Κέντρου μπορεί να έχουν ποικίλες μορφές, οι οποίες καθορίζονται από αντίστοιχες κοινωνικές ανάγκες στο σύγχρονο κόσμο, διασυνδέουν τη θεωρητική με την πρακτική γνώση αναπτύσσοντας κυρίως, την εφαρμοσμένη διάσταση των επιστημών στα αντίστοιχα επαγγελματικά πεδία. Συνοπτικά οι δράσεις αυτές αφορούν:

- Επιμόρφωση αποφοίτων ανώτατης εκπαίδευσης στις τελευταίες εξελίξεις της επιστήμης και εξειδικευμένα προγράμματα σε τομείς και εφαρμογές της τεχνολογίας.
- Ανάπτυξη της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, η οποία αποδεσμεύει από το χρόνο και το χώρο.
- Θερινά σχολεία και σεμινάρια για τις τελευταίες εξελίξεις της έρευνας, για την προώθηση του Ελληνικού πολιτισμού και για την ανάπτυξη της τοπικής και γενικότερα της εγχώριας οικονομίας.
- Σειρά δομημένων διαλέξεων και σεμιναρίων σε τομείς της επιστήμης, των τεχνών και των γραμμάτων, απευθυνόμενα στον γενικό πληθυσμό ενηλίκων πολιτών.
- Δράσεις αντιμετώπισης του σύγχρονου αναλφαβητισμού και δράσεις που απευθύνονται, σε ευάλωτες κοινωνικά ομάδες και προωθούν την κοινωνική οικονομία.

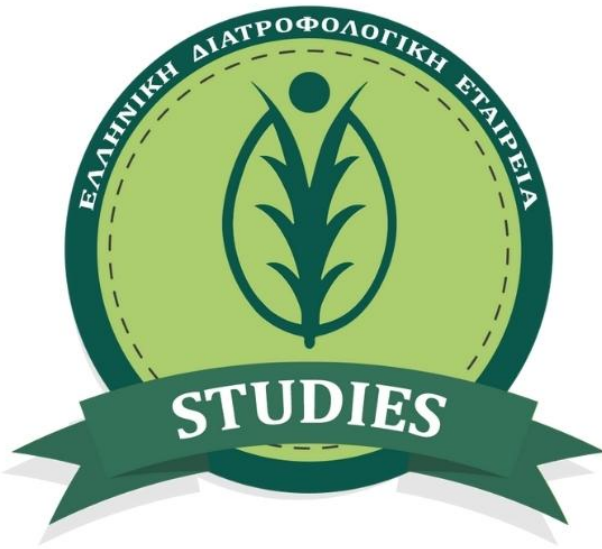
Η επιστημονική εγκυρότητα των καθηγητών του ΕΚΠΑ, η εμπειρία του σε ό,τι αφορά την οργάνωση εκπαιδευτικών προγραμμάτων, καθώς και η άρτια και σύγχρονη υλικοτεχνική υποδομή του Ιδρύματος εγγυώνται την ποιότητα και την αξιοπιστία των παρεχόμενων εκπαιδευτικών υπηρεσιών.

Η Ελληνική Διατροφολογική Εταιρεία μέσω του κλάδου σπουδών της (ΕΛ.Δ.Ε. STUDIES) προσφέρει τη δυνατότητα στους εκπαιδευόμενους των προγραμμάτων του ΚΕΔΙΒΙΜ του ΕΚΠΑ με τίτλους: «**Στρατηγικές Πρόληψης και Διαχείρισης της Παιδικής Παχυσαρκίας**» (Μικτό) και «**Βασικές Αρχές Αθλητικής Διατροφής**» (Μικτό) να πραγματοποιήσουν την πρακτική τους άσκηση, να αποκτήσουν εργαστηριακή εμπειρία, αλλά και να παρακολουθήσουν μέσω εποπτείας πραγματικά περιστατικά.

Η συμμετοχή της Ελληνικής Διατροφολογικής Εταιρείας στην υλοποίηση των παραπάνω εκπαιδευτικών προγραμμάτων υλοποιείται μέσω της αξιοποίησης των υποδομών και των εγκαταστάσεών της, από τους εκπαιδευόμενους με δια ζώσης παρακολούθηση. Τόσο η πρακτική άσκηση, όσο και η εποπτεία πραγματοποιείται με βάση τον ενδεδειγμένο διαγνωστικό εξοπλισμό και λαμβάνοντας υπόψη τα σχετικά πρωτόκολλα μετρήσεων σε πραγματικά περιστατικά υπερβαρότητας, παχυσαρκίας και αθλητές. Όλα τα περιστατικά προσέρχονται οικειοθελώς και εθελοντικά. Ειδικά τα παιδικά περιστατικά, πραγματοποιούνται κατόπιν υπογραφής δήλωσης συγκατάθεσης γονέα ή κηδεμόνα, για τη συμμετοχή τους και για τη χρήση των δεδομένων τους, για την πρακτική άσκηση των εκπαιδευομένων.

Απώτερους στόχους της επιστημονικής συνεργασίας της ΕΛ.Δ.Ε. STUDIES και του ΚΕΔΙΒΙΜ του ΕΚΠΑ αποτελούν, η διάδοση των προγραμμάτων συνεχιζόμενης επαγγελματικής εκπαίδευσης, η από κοινού διάχυση τεχνογνωσίας, και η συνεργασία κατάρτισης και απόκτησης επιστημονικής εμπειρίας.

Αποτελεί Εισαγωγή στην Παιδιατρική Διατροφή



**ΕΛ.Δ.Ε.**  
**STUDIES**

Ταχύρρυθμη Εκπαίδευση  
Διατροφή στην παιδική ηλικία



**NUTRITION PRO**  
**IN CHILDHOOD FEEDING**

[www.elde.gr](http://www.elde.gr)