



ΕΘΝΙΚΟ & ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ  
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ

ΤΜΗΜΑ ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΙΑΣ & ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ  
Α' ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ  
ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΣΧΟΛΗΣ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ  
ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΠΑΙΔΩΝ «Η ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ»



## Χάνω Βάρος - Κερδίζω Ζωή

«Αγωγή, Ενημέρωση και Ευαισθητοποίηση  
για την Πρόληψη και Αντιμετώπιση της Υπερβαρότητας και  
Παχυσαρκίας κατά την Παιδική και Εφηβική Ηλικία»

*Μια Εκδήλωση για Ιατρούς, Επιστήμονες Υγείας, Γονείς και Παιδιά*



Σάββατο, 17 Οκτωβρίου 2015, Ώρα: 17.30

Ιωνικό Κέντρο

Λυσίου 11, Πλάκα, Αθήνα

[www.childhood-obesity.gr](http://www.childhood-obesity.gr)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο  
[www.europa.eu](http://www.europa.eu)



[www.epanad.gov.gr](http://www.epanad.gov.gr)

Με τη Συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



[www.ygeia-pronoia.gr](http://www.ygeia-pronoia.gr)



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

Η εκδήλωση υλοποιείται στο πλαίσιο της ενταγμένης Πράξης «Ανάπτυξη Εθνικού Συστήματος Πρόληψης και Αντιμετώπισης της Υπερβαρότητας και Παχυσαρκίας κατά την Παιδική και Εφηβική Ηλικία», (MIS 370545), του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού» (ΕΠ.ΑΝ.Α.Δ) 2007-2013 και συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο (Ε.Κ.Τ.) και από Εθνικούς Πόρους

## Χάνω Βάρος - Κερδίζω Ζωή

«Αγωγή, Ενημέρωση και Ευαισθητοποίηση  
για την Πρόληψη και Αντιμετώπιση της Υπερβαρότητας και  
Παχυσαρκίας κατά την Παιδική και Εφηβική Ηλικία»  
Μια Εκδήλωση για Ιατρούς, Επιστήμονες Υγείας, Γονείς & Παιδιά

Σάββατο, 17 Οκτωβρίου 2015

Ιωνικό Κέντρο  
Λυσίου 11, Πλάκα, Αθήνα

## Χαιρετισμός

Αγαπητοί Συνάδελφοι,  
Αγαπητοί Γονείς,  
Κυρίες και Κύριοι,



Η **παχυσαρκία** αποτελεί ένα από τα πιο σημαντικά προβλήματα δημόσιας υγείας του 21<sup>ου</sup> αιώνα. Στην Ελλάδα, το ποσοστό υπερβαρότητας και παχυσαρκίας κατά την παιδική και εφηβική ηλικία υπερβαίνει το 30%. Με βάση πρόσφατα δεδομένα, 600.000 παιδιά και έφηβοι σήμερα στην Ελλάδα είναι υπέρβαροι ή παχύσαρκοι. Οι **επιπλοκές** της παχυσαρκίας είναι πολλές και ευθύνονται για ένα σημαντικό υψηλό ποσοστό των δαπανών της δημόσιας υγείας. Καθώς τα παχύσαρκα παιδιά ενηλικιώνονται, αντιμετωπίζουν ένα πλήθος ιατρικών προβλημάτων που οφείλονται στην παχυσαρκία σε νεότερες ηλικίες. Η νοσηρότητα και θνησιμότητα που συνοδεύουν την παχυσαρκία αυξάνουν επίσης ραγδαία.

Η **Α΄ Παιδιατρική Κλινική της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών**, στο πλαίσιο του επιστημονικού και ερευνητικού της έργου, έχει αναλάβει δράση για την καταπολέμηση της παιδικής παχυσαρκίας στη χώρα μας. Η δράση αφορά στην ηλεκτρονική καταγραφή και αξιολόγηση του προβλήματος πανελλαδικά, καθώς και στην εκπόνηση οδηγιών προς τους Παιδιάτρους για τη σωστή αντιμετώπισή του. Πρόκειται για το Έργο με τίτλο: **“Ανάπτυξη Εθνικού Συστήματος Πρόληψης και Αντιμετώπισης της Υπερβαρότητας και Παχυσαρκίας κατά την Παιδική και Εφηβική Ηλικία”** και σύνθημα **«Χάνω Βάρος – Κερδίζω Ζωή»** (MIS 370545), που υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού» (ΕΠ.ΑΝ.Α.Δ) 2007-2013 και συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο (Ε.Κ.Τ.) και από Εθνικούς Πόρους.

Στόχος της ημερίδας είναι η ενημέρωση των Παιδιάτρων, Γενικών Γιατρών και άλλων επιστημόνων υγείας σχετικά με το πώς θα διακινήσουν ένα υπέρβαρο ή παχύσαρκο παιδί, καθώς και η αγωγή και ευαισθητοποίηση των γονέων και όλων των αρμοδίων φορέων σχετικά με την πρόληψη και αντιμετώπιση της υπερβαρότητας και παχυσαρκίας.

Ως Επιστημονική Υπεύθυνη και Συντονίστρια θα ήθελα να σας εκφράσω την πεποίθησή ότι το Έργο αυτό μπορεί πραγματικά να δώσει λύσεις οριστικές και αποτελεσματικές στο πρόβλημα της παχυσαρκίας στη χώρα μας.

Επίσης, θα ήθελα να σας προσκαλέσω να στηρίξετε την προσπάθειά μας με την καταγραφή των παιδιών και εφήβων στην Ηλεκτρονική Διαδικτυακή Εφαρμογή, καθώς και την παραπομπή τους (όταν κρίνεται απαραίτητο) στο **Ιατρείο Αντιμετώπισης Αυξημένου Βάρους Σώματος** που λειτουργεί καθημερινά στο Τμήμα Ενδοκρινολογίας, Μεταβολισμού και Διαβήτη της Α΄ Παιδιατρικής Κλινικής Πανεπιστημίου Αθηνών, στο Νοσοκομείο Παιδών «Η Αγία Σοφία» (Κεντρικό Κτίριο, 6ος Όροφος, τηλ. 213 2013 666).

Με εκτίμηση,

**Ευαγγελία Χαρμανδάρη, MD, MSc, PhD, MRCP(UK), CCST(UK)**

Αν. Καθηγήτρια Παιδιατρικής και Εφηβικής Ενδοκρινολογίας  
Α΄ Παιδιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών  
Νοσοκομείο Παιδών «Η Αγία Σοφία»



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο  
[www.europa.eu](http://www.europa.eu)



[www.epanad.gov.gr](http://www.epanad.gov.gr)

Με τη Συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



[www.ygeia-pronoia.gr](http://www.ygeia-pronoia.gr)



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

Η εκδήλωση υλοποιείται στο πλαίσιο της ενταγμένης Πράξης «Ανάπτυξη Εθνικού Συστήματος Πρόληψης και Αντιμετώπισης της Υπερβαρότητας και Παχυσαρκίας κατά την Παιδική και Εφηβική Ηλικία», (MIS 370545), του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού» (ΕΠ.ΑΝ.Α.Δ) 2007-2013 και συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο (Ε.Κ.Τ.) και από Εθνικούς Πόρους

## Χάνω Βάρος - Κερδίζω Ζωή

«Αγωγή, Ενημέρωση και Ευαισθητοποίηση  
για την Πρόληψη και Αντιμετώπιση της Υπερβαρότητας και  
Παχυσαρκίας κατά την Παιδική και Εφηβική Ηλικία»  
Μια Εκδήλωση για Ιατρούς, Επιστήμονες Υγείας, Γονείς & Παιδιά

Σάββατο, 17 Οκτωβρίου 2015

Ιωνικό Κέντρο  
Λυσίου 11, Πλάκα, Αθήνα

## Πρόγραμμα

### Χαιρετισμοί

**Μαρία Ηλιοπούλου**

Αντιδήμαρχος για το Παιδί  
Δήμος Αθηναίων

**Γεώργιος Πατούλης**

Πρόεδρος Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών

**Γρηγόριος Κουράκλης**

Πρόεδρος Ιατρικής Εταιρείας Αθηνών

**Βασιλική Γέμου-Engesaeth, MD. PhD. UiO & MD. PhD. UoA, MHA UiO**

Αν. Καθηγήτρια Παιδιατρικής - Παιδιατρικής Αλλεργιολογίας  
Α' Παιδιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών

**Ευαγγελία Χαρμανδάρη, MD, MSc, PhD, MRCP(UK), CCST(UK)**

Αν. Καθηγήτρια Παιδιατρικής και Εφηβικής Ενδοκρινολογίας  
Α' Παιδιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών

**Σπυρίδων Κανελλάκης, Διαιτολόγος – Διατροφολόγος Ph.D.**

Πρόεδρος Ένωσης Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Ελλάδας (ΕΔΔΕ)



### Παρουσιάσεις

**Ανάπτυξη Εθνικού Συστήματος Πρόληψης και Αντιμετώπισης της Υπερβαρότητας και Παχυσαρκίας κατά την Παιδική και Εφηβική Ηλικία**

Ευαγγελία Χαρμανδάρη, MD, MSc, PhD, MRCP(UK), CCST(UK)  
Αν. Καθηγήτρια Παιδιατρικής και Εφηβικής Ενδοκρινολογίας  
Α' Παιδιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών  
Νοσοκομείο Παίδων «Η Αγία Σοφία»  
Επιστημονική Υπεύθυνη Προγράμματος ΕΣΠΑ

**www.childhood-obesity.gr: Διαδικτυακή Πύλη Ενημέρωσης για την Πρόληψη και Αντιμετώπιση της Παιδικής Παχυσαρκίας στην Ελλάδα**

Πηνελόπη Κάσσαρη, BA, MA, CSAPMP  
Βιομηχανικός/ Οργανωσιακός Ψυχολόγος, Συστημικός Αναλυτής Διαχείρισης Έργων  
Συντονιστής Υλοποίησης Προγράμματος ΕΣΠΑ



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο  
www.europa.eu



www.epanad.gov.gr  
Με τη Συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



www.ygeia-pronoia.gr



www.espa.gr

Η εκδήλωση υλοποιείται στο πλαίσιο της ενταγμένης Πράξης «Ανάπτυξη Εθνικού Συστήματος Πρόληψης και Αντιμετώπισης της Υπερβαρότητας και Παχυσαρκίας κατά την Παιδική και Εφηβική Ηλικία», (MIS 370545), του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού» (ΕΠ.ΑΝ.Α.Δ) 2007-2013 και συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο (Ε.Κ.Τ.) και από Εθνικούς Πόρους

## Παρουσιάσεις

### **Ανάπτυξη Ηλεκτρονικής Διαδικτυακής Εφαρμογής για την Καταγραφή και Αξιολόγηση του Προβλήματος της Παιδικής Παχυσαρκίας στη Χώρα μας**

Ελευθέριος Θηραΐος, MD  
Γενικός Ιατρός – WHO NCD /PHC Consultant  
Γενικός Γραμματέας Ιατρικής Εταιρείας Αθηνών  
Επιστημονικός Συνεργάτης Προγράμματος ΕΣΠΑ

### **Η Σημασία της Σωστής Διατροφής στη Διαχείριση του Βάρους Σώματος Παιδιών και Εφήβων και οι Ψυχοκοινωνικές Επιδράσεις και Συνέπειες της Παιδικής Παχυσαρκίας**

Κωνσταντίνος Ξένος, Κλινικός Διαιτολόγος – Διατροφολόγος MSc, PhD can  
Επιστημονικός Συνεργάτης Διοργάνωσης  
Ενημερωτικών Εκδηλώσεων Προγράμματος ΕΣΠΑ

### **Η Αναγκαιότητα της Φυσικής Δραστηριότητας για την Πρόληψη και Αντιμετώπιση της Παιδικής Παχυσαρκίας**

Βλάσσης Δεληβασίλης  
Καθηγητής Φυσικής Αγωγής



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο  
[www.europa.eu](http://www.europa.eu)



[www.epanad.gov.gr](http://www.epanad.gov.gr)  
Με τη Συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



[www.ygeia-pronoia.gr](http://www.ygeia-pronoia.gr)



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

Η εκδήλωση υλοποιείται στο πλαίσιο της ενταγμένης Πράξης «Ανάπτυξη Εθνικού Συστήματος Πρόληψης και Αντιμετώπισης της Υπερβαρότητας και Παχυσαρκίας κατά την Παιδική και Εφηβική Ηλικία», (MIS 370545), του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού» (ΕΠ.ΑΝ.Α.Δ) 2007-2013 και συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο (Ε.Κ.Τ.) και από Εθνικούς Πόρους