



ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ

---

# ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ

ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΚΑΙ  
ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ

«ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ», 2023

**ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΣΥΝΤΑΞΗΣ**

Ελισάβετ Βαρδάκα, Καθηγήτρια

ΔΙ.ΠΑ.Ε., 2023

## Περιεχόμενα

ΠΡΟΛΟΓΟΣ.....	1
1. ΤΟ ΔΙΕΘΝΕΣ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ .....	3
1.1 Γενικές Πληροφορίες .....	3
1.2 Δομή και Ακαδημαϊκή Οργάνωση .....	3
1.3 Η Αλεξάνδρεια Πανεπιστημιούπολη της Θεσσαλονίκης.....	5
2. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ: Η πόλη όπου εδρεύει το Τμήμα.....	6
2.1 Θεσσαλονίκη .....	6
2.2 Χρήσιμες πληροφορίες μετακινήσεων .....	6
3. ΤΟ ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ.....	7
4. ΤΟ ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ.....	8
4.1 Σκοπός του ΠΠΣ του Τμήματος.....	8
4.2 Απονεμόμενος τίτλος και επίπεδο προσόντων.....	8
4.3 Επαγγελματικές Προοπτικές για τους Απόφοιτους.....	8
5. ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ .....	9
5.1 Διάρκεια Σπουδών.....	9
5.2 Εγγραφή .....	9
5.3 Ακαδημαϊκό ημερολόγιο και ωρολόγιο πρόγραμμα μαθημάτων .....	10
5.4 Δήλωση μαθημάτων - Ανανέωση εγγραφής .....	10
5.5 Ακαδημαϊκή Ταυτότητα - Φοιτητικό Πάσο .....	11
5.6 Εκπαιδευτικά Συγγράμματα .....	11
5.7 Μαθήματα Προπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών.....	11
5.8 Εξετάσεις.....	12
5.9 Πτυχιακή Εργασία.....	13
5.10 Πρακτική άσκηση .....	13
5.11 Βαθμός Πτυχίου - Ανακήρυξη Πτυχιούχου .....	15
5.12 Παράρτημα Διπλώματος - Diploma Supplement.....	15
5.13 Πιστοποίηση Ψηφιακών Δεξιοτήτων .....	15
6. ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ .....	17
6.1 Το προσωπικό του Τμήματος.....	17
6.2 Αρμοδιότητες και Λειτουργία Γραμματείας .....	19
6.3 Ο Θεσμός του Ακαδημαϊκού Συμβούλου .....	20
6.4 Αξιολόγηση Εκπαιδευτικού Έργου.....	20
7. ΥΠΟΔΟΜΕΣ ΤΜΗΜΑΤΟΣ .....	21
7.1 Αίθουσες Διδασκαλίας - Εργαστήρια .....	21
7.2 Ηλεκτρονική Μάθηση.....	21
8. ΕΡΕΥΝΑ ΣΤΟ ΤΜΗΜΑ .....	23
8.1 Έρευνα στις Επιστήμες Διατροφής και Διαιτολογίας.....	23
8.2 Θεσμοθετημένα Ερευνητικά Εργαστήρια.....	23

8.3	Επιστημονικά Συνέδρια .....	23
9.	ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ.....	25
9.1	Πίνακας Ι. Συνοπτική παρουσίαση Προπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών .....	27
9.2	Πίνακας ΙΙ. Μαθήματα Επιλογής .....	28
9.3	Προπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών ανά Εξάμηνο .....	29
10.	ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ ΣΤΟ ΤΜΗΜΑ .....	33
10.1	Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Διατροφή και Διαιτολογία».....	33
10.1.1	Ιστορία.....	33
10.1.2	Αντικείμενο – Σκοπός Μεταπτυχιακού Προγράμματος .....	33
10.1.3	Μεταπτυχιακός Τίτλος που απονέμεται .....	34
10.1.4	Κατηγορίες Πτυχιούχων που γίνονται δεκτοί .....	34
10.1.5	Χρονική διάρκεια σπουδών.....	34
10.1.6	Πρόγραμμα Μαθημάτων ανά εξάμηνο .....	34
10.1.7	Αριθμός εισακτέων.....	41
10.1.8	Προσωπικό .....	41
10.2	Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών στην «Κοσμητολογία».....	41
10.2.1	Ιστορία.....	41
10.2.2	Αντικείμενο – Σκοπός Μεταπτυχιακού Προγράμματος .....	41
10.2.3	Μεταπτυχιακός Τίτλος που απονέμεται .....	42
10.2.4	Κατηγορίες Πτυχιούχων που γίνονται δεκτοί .....	42
10.2.5	Χρονική διάρκεια σπουδών.....	42
10.2.6	Πρόγραμμα Μαθημάτων ανά εξάμηνο .....	42
10.2.7	Αριθμός εισακτέων.....	44
10.2.8	Προσωπικό .....	44
11.	ΔΙΔΑΚΤΟΡΙΚΕΣ ΣΠΟΥΔΕΣ ΣΤΟ ΤΜΗΜΑ.....	45
12.	ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ ΦΟΙΤΗΤΙΚΗ ΜΕΡΙΜΝΑ .....	47
12.1	Γραφείο Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων (Erasmus) .....	47
12.2	Βιβλιοθήκη .....	47
12.3	Ιατροφαρμακευτική Περίθαλψη.....	47
12.4	Κέντρο Λειτουργίας Δικτύου – Ηλεκτρονικές Υπηρεσίες .....	47
13.	ΔΙΕΘΝΗΣ ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ Π.Π.Σ. ΚΑΙ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΕΣ .....	48
14.	ΠΑΡΑΠΟΜΠΗ ΣΤΟΥΣ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΥΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ .....	49
15.	ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ .....	50
15.1	Μαθήματα 1ου Εξαμήνου .....	50
15.1.1	ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ (277-190101).....	50
15.1.2	ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ (277-190102).....	51
15.1.3	ΓΕΝΙΚΗ ΚΑΙ ΑΝΟΡΓΑΝΗ ΧΗΜΕΙΑ (277-190103).....	51
15.1.4	ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΥΤΤΑΡΟΥ (277-190104).....	52
15.1.5	ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ (277-190105).....	53
15.1.6	ΜΙΚΡΟΒΙΟΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ (277-190106).....	54

15.1.7	ΓΕΝΕΤΙΚΗ (277-190107) .....	55
15.2	Μαθήματα 2ου Εξαμήνου .....	56
15.2.1	ΠΡΟΣΘΕΤΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΑΙ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ (277-190201) .....	56
15.2.2	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΑ ΤΡΟΦΙΜΑ (277-190202) .....	57
15.2.3	ΟΡΓΑΝΙΚΗ ΧΗΜΕΙΑ (277-190203).....	58
15.2.4	ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΧΗΜΕΙΑ & ΕΝΟΡΓΑΝΗ ΑΝΑΛΥΣΗ (277-190204).....	59
15.2.5	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ (277-190205) .....	60
15.2.6	ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΞΕΝΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ (277-190206) .....	61
15.3	Μαθήματα 3ου Εξαμήνου .....	63
15.3.1	ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΚΑΙ ΣΥΝΤΑΞΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟΥ (277-190301) 63	
15.3.2	ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (277-190302).....	64
15.3.3	ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ (277-190303).....	64
15.3.4	ΤΟΞΙΚΟΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ (277-190304) .....	65
15.3.5	ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΒΙΟΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ (277-190305).....	66
15.3.6	ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ (277-190306).....	67
15.3.7	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ (277-190307).....	68
15.3.8	ΞΕΝΗ ΓΛΩΣΣΑ (277-190308) .....	68
15.4	Μαθήματα 4ου Εξαμήνου .....	70
15.4.1	ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΕΓΚΥΟΥ ΚΑΙ ΠΑΙΔΙΟΥ (277-190401).....	70
15.4.2	ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ (277-190402) .....	71
15.4.3	ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΗΜΟΣΙΑ ΥΓΕΙΑ (277-190403) .....	72
15.4.4	ΑΡΧΕΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ (277-190404) .....	73
15.4.5	ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ ΜΑΚΡΟΘΡΕΠΤΙΚΩΝ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ (277- 190405) 75	
15.4.6	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΘΡΕΨΗΣ (277-190406).....	76
15.5	Μαθήματα 5ου Εξαμήνου .....	78
15.5.1	ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΤΗΝ ΕΝΗΛΙΚΗ ΚΑΙ ΥΠΕΡΗΛΙΚΗ ΖΩΗ (277-190501) .....	78
15.5.2	ΔΙΑΤΡΟΦΗ, ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ (277-190502) .....	78
15.5.3	ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΗΘΙΚΗ (277-190503) .....	79
15.5.4	ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΑΘΟΛΟΓΙΚΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ I (277- 190504) 80	
15.5.5	ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΑΙ ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ (277-190505).....	80
15.5.6	ΔΙΑΤΡΟΦΟΓΕΝΕΤΙΚΗ (277-190506) .....	82
15.6	Μαθήματα 6 <sup>ου</sup> Εξαμήνου .....	84
15.6.1	ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΑΘΟΛΟΓΙΚΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ II (277- 19060) 84	
15.6.2	ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΓΩΓΗ - ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ (277-190602) .....	84
15.6.3	ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (277-190603) .....	85
15.6.4	ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (277-190604) .....	86
15.6.5	ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (277-190605) .....	87
15.6.6	ΑΝΘΡΩΠΙΝΟ ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ (277-190606).....	89
15.6.7	ΤΡΟΦΙΜΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ (277-190607) .....	89
15.6.8	ΕΡΓΟΜΕΤΡΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (277-190608).....	90
15.7	Μαθήματα 7 <sup>ου</sup> Εξαμήνου .....	94
15.7.1	ΘΡΕΠΤΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΟΥ ΑΣΘΕΝΟΥΣ (277-190701) ....	94
15.7.2	ΔΙΑΙΤΑ ΚΑΙ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ (277-190702) .....	95
15.7.3	ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ (277-190703).....	96
15.7.4	ΜΑΖΙΚΗ ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ (277-190704) .....	97
15.7.5	ΒΙΟΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (277-190705).....	98

15.7.6	ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ (277-190706).....	99
15.7.7	ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ ΜΙΚΡΟΘΡΕΠΤΙΚΩΝ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ (277-190707)	99
15.8	Μαθήματα 8 <sup>ο</sup> Εξαμήνου .....	101
15.8.1	ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ, ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΚΑΙ ΔΗΜΟΣΙΑ ΥΓΕΙΑ (277-190801)	101
15.8.2	ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ (277-190802) .....	102
15.8.3	ΕΝΤΕΡΙΚΗ ΚΑΙ ΠΑΡΕΝΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (277-190803) .....	102
15.8.4	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ (277-190804)...	103
15.8.5	ΔΙΑΣΦΑΛΙΣΗ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ (277-190805).....	105
15.8.6	ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ (277-190806).....	106
15.8.7	ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ (277-190807).....	106
15.8.8	ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ (277-190808).....	107
15.8.9	ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ (277-1908ΠΕ).....	107
15.8.10	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ (277-1908ΠΑ) .....	108

## ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Αγαπητοί φοιτητές,

με τον παρόντα Οδηγό Σπουδών του Τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας, της Σχολής Επιστημών Υγείας, του Διεθνούς Πανεπιστημίου της Ελλάδος, δίδονται οι απαραίτητες πληροφορίες σε κάθε ενδιαφερόμενο για τη δομή, την οργάνωση, τη λειτουργία, τους σκοπούς και τη διάρκεια σπουδών που προσφέρονται στο Τμήμα.

Από την ίδρυσή του το Τμήμα έχει εξελιχθεί και διαδραματίζει έναν σημαντικό εκπαιδευτικό και ερευνητικό ρόλο στο πεδίο της Διατροφής και της Διαιτολογίας. Θεμελιώδεις στόχοι του αποτελούν η εξωστρέφεια και η ανάπτυξη συνεργασιών με άλλα Α.Ε.Ι. και φορείς που δραστηριοποιούνται στο χώρο της Διατροφής και της Διαιτολογίας, σε εθνικό και διεθνές επίπεδο.

Βασικό μέλημα των Μελών του Τμήματος είναι η ποιοτική κατάρτιση των φοιτητών, με την ανάπτυξη κατάλληλου υποβάθρου σπουδών, ικανοτήτων και δεξιοτήτων που θα καταστήσουν τους φοιτητές μας και μελλοντικούς πτυχιούχους, ανταγωνιστικούς σε εθνικό και διεθνές περιβάλλον. Στο πλαίσιο της διασφάλισης της ακαδημαϊκής ελευθερίας και με σεβασμό στις υποχρεώσεις όλων των μελών (φοιτητών, διδασκόντων, διοικητικών κτλ.) έχουν συνταχθεί Κανονισμοί που αποβλέπουν την εύρυθμη λειτουργία του Τμήματος με κανόνες της έννομης τάξης.

Εύχομαι ο Οδηγός Σπουδών να σας ταξιδέψει ευχάριστα στον κόσμο του Τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας του Δι.ΠΑ.Ε, απαντώντας με απλό και ουσιαστικό τρόπο στα ερωτήματά σας.

Η Πρόεδρος του Τμήματος

Ελισάβετ Βαρδάκα, Καθηγήτρια





## 1. ΤΟ ΔΙΕΘΝΕΣ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

### 1.1 Γενικές Πληροφορίες

Το Διεθνές Πανεπιστήμιο της Ελλάδος (Δι.ΠΑ.Ε.), με έδρα τη Θεσσαλονίκη, ιδρύθηκε με το άρθρο 1 του Ν. 3391/2005 (Α' 240) οργανώνεται και λειτουργεί ως Ανώτατο Εκπαιδευτικό Ίδρυμα (Α.Ε.Ι.) πανεπιστημιακού τομέα σύμφωνα με την παράγραφο 1 και την περίπτωση α' της παρ. 2 του άρθρου 1 του Ν. 4485/2017 (Α'114).

Με τον Νόμο 4610/2019 (ΦΕΚ 70/Α'/7-5-2019) ιδρύθηκαν σε αυτό επτά (7) Σχολές με τα αντίστοιχα σε κάθε μία από αυτές Τμήματα.

Επίσης στο Δι.ΠΑ.Ε. λειτουργεί Πανεπιστημιακό Κέντρο Διεθνών Προγραμμάτων Σπουδών, με έδρα τη Θεσσαλονίκη, ως ακαδημαϊκή μονάδα του ιδρύματος.

Στο Πανεπιστημιακό Κέντρο Διεθνών Προγραμμάτων Σπουδών ιδρύονται τα εξής Τμήματα:

α) Ανθρωπιστικών, Κοινωνικών και Οικονομικών Επιστημών, το οποίο εντάσσεται στη Σχολή Ανθρωπιστικών, Κοινωνικών και Οικονομικών Επιστημών.

β) Επιστήμης και Τεχνολογίας, το οποίο εντάσσεται στη Σχολή Επιστήμης και Τεχνολογίας.

Τα παραπάνω Τμήματα έχουν έδρα σε διαφορετικές πόλεις της Βορείου Ελλάδος.

Τα περισσότερα βρίσκονται κυρίως συγκεντρωμένα σε τέσσερις πανεπιστημιούπολεις: της Θέρμης (όπου βρίσκεται και η έδρα του Πανεπιστημίου), της Σίνδου, των Σερρών και της Καβάλας.

### 1.2 Δομή και Ακαδημαϊκή Οργάνωση

Σύμφωνα με την κείμενη νομοθεσία κάθε Πανεπιστήμιο υποδιαιρείται σε Σχολές, που καλύπτουν ένα σύνολο συγγενών επιστημονικών κλάδων, ώστε να εξασφαλίζεται ο απαραίτητος συντονισμός για τη διασφάλιση της ποιότητας της παρεχόμενης εκπαίδευσης. Μία Σχολή υποδιαιρείται σε επιμέρους Τμήματα που αποτελούν τις βασικές ακαδημαϊκές μονάδες. Οι εν λόγω μονάδες, καλύπτουν το γνωστικό αντικείμενο ενός συγκεκριμένου επιστημονικού πεδίου και χορηγούν το αντίστοιχο πτυχίο/δίπλωμα. Οι Σχολές προπτυχιακών σπουδών του Διεθνούς Πανεπιστημίου της Ελλάδος - με τα Τμήματά τους - έχουν ως εξής:

Σχολή	Τμήματα
<b>Σχολή Οικονομίας και Διοίκησης, με έδρα τη Θεσσαλονίκη</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Διοίκησης Εφοδιαστικής Αλυσίδας, (Κατερίνη)</li><li>2. Διοίκησης Οργανισμών, Μάρκετινγκ και Τουρισμού (Θεσσαλονίκη)</li><li>3. Διοικητικής Επιστήμης και Τεχνολογίας (Καβάλα)</li><li>4. Λογιστικής και Πληροφοριακών Συστημάτων (Θεσσαλονίκη)</li><li>5. Λογιστικής και Χρηματοοικονομικής, (Καβάλα)</li><li>6. Οικονομικών Επιστημών (Σέρρες)</li><li>7. Οργάνωσης και Διοίκησης Επιχειρήσεων (Σέρρες)</li></ol>
<b>Σχολή Κοινωνικών Επιστημών, με έδρα τη Θεσσαλονίκη</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>8. Αγωγής και Φροντίδας στην Πρώιμη Παιδική Ηλικία (Θεσσαλονίκη)</li></ol>

	9. Βιβλιοθηκονομίας, Αρχειονομίας και Συστημάτων Πληροφόρησης (Θεσσαλονίκη)
<b>Σχολή Επιστημών Υγείας, με έδρα τη Θεσσαλονίκη</b>	10. Βιοϊατρικών Επιστημών (Θεσσαλονίκη) 11. Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας (Θεσσαλονίκη) 12. Μαιευτικής (Θεσσαλονίκη) 13. Νοσηλευτικής (Θεσσαλονίκη) και Παράρτημα του Τμήματος (Διδυμότειχο) 14. Φυσικοθεραπείας (Θεσσαλονίκη)
<b>Σχολή Μηχανικών, με έδρα τις Σέρρες</b>	15. Μηχανικών Παραγωγής και Διοίκησης (Θεσσαλονίκη) 16. Μηχανικών Περιβάλλοντος (Θεσσαλονίκη) 17. Μηχανικών Πληροφορικής και Ηλεκτρονικών Συστημάτων (Θεσσαλονίκη) 18. Μηχανικών Πληροφορικής, Υπολογιστών και Τηλεπικοινωνιών (Σέρρες) 19. Μηχανικών Τοπογραφίας και Γεωπληροφορικής (Σέρρες) 20. Μηχανολόγων Μηχανικών (Σέρρες) 21. Πολιτικών Μηχανικών (Σέρρες)
<b>Σχολή Επιστημών Σχεδιασμού, με έδρα τις Σέρρες</b>	22. Δημιουργικού Σχεδιασμού και Ένδυσης (Κιλκίς) 23. Εσωτερικής Αρχιτεκτονικής (Σέρρες)
<b>Σχολή Θετικών Επιστημών, με έδρα την Καβάλα</b>	24. Πληροφορικής (Καβάλα) 25. Φυσικής (Καβάλα) 26. Χημείας (Καβάλα)
<b>Σχολή Γεωτεχνικών Επιστημών, με έδρα τη Δράμα</b>	27. Αγροτικής Βιοτεχνολογίας και Οινολογίας (Δράμα) 28. Γεωπονίας (Θεσσαλονίκη) 29. Δασολογίας και Φυσικού Περιβάλλοντος (Δράμα) 30. Επιστήμης και Τεχνολογίας Τροφίμων (Θεσσαλονίκη)
<b>Σχολή Ανθρωπιστικών, Κοινωνικών και Οικονομικών Επιστημών, με έδρα τη Θεσσαλονίκη</b>	31. Ανθρωπιστικών, Κοινωνικών και Οικονομικών Επιστημών (Θεσσαλονίκη)
<b>Σχολή Επιστήμης και Τεχνολογίας με έδρα τη Θεσσαλονίκη</b>	32. Επιστήμης και Τεχνολογίας (Θεσσαλονίκη)

Η διοίκηση της εκάστοτε Σχολής ασκείται από την Κοσμητεία και τον Κοσμήτορά της.

Η Κοσμητεία της Σχολής απαρτίζεται :

- 1) από τον Κοσμήτορα της Σχολής,
- 2) τους Προέδρους των Τμημάτων, και
- 3) από εκπροσώπους των μελών Ε.ΤΕ.Π., Ε.ΔΙ.Π. και των φοιτητών.

Η **διοίκηση του Τμήματος** ασκείται από:

- ο τη Συνέλευση του Τμήματος,
- ο το Διοικητικό Συμβούλιο, και
- ο τον Πρόεδρο του Τμήματος

Η Συνέλευση του Τμήματος απαρτίζεται από τα μέλη του Διδακτικού Ερευνητικού Προσωπικού (ΔΕΠ), εκπροσώπους του Εργαστηριακού Διδακτικού Προσωπικού (Ε.ΔΙ.Π.), εκπροσώπους του Ειδικού Τεχνικού Εργαστηριακού Προσωπικού (Ε.ΤΕ.Π.) και εκπροσώπους των προπτυχιακών και μεταπτυχιακών φοιτητών.

Όργανα των (θεσμοθετημένων) κατευθύνσεων (Τομέων) των Τμημάτων (όπου υπάρχουν αυτές) είναι η Συνέλευση και ο Διευθυντής του Τομέα. Η Συνέλευση Τομέα απαρτίζεται από τα μέλη του Εκπαιδευτικού Προσωπικού της εκάστοτε κατεύθυνσης και εκπροσώπους των φοιτητών.

### 1.3 Η Αλεξάνδρεια Πανεπιστημιούπολη της Θεσσαλονίκης

Το Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας λειτουργεί στις εγκαταστάσεις της Αλεξάνδρειας Πανεπιστημιούπολης του ΔΙ.ΠΑ.Ε, της Σίνδου, δυτικά της Θεσσαλονίκης.

Η Αλεξάνδρεια Πανεπιστημιούπολη απλώνεται σε έκταση 1.600 στρεμμάτων, σημαντικό μέρος της οποίας καταλαμβάνει το αγρόκτημα, ενώ η συνολική επιφάνεια των κτιρίων προσεγγίζει τα 35.000 τ.μ. Στις ανωτέρω εγκαταστάσεις φιλοξενούνται δύο (2) Σχολές του ΔΙ.ΠΑ.Ε (Σχολή Επιστημών Υγείας και Σχολή Κοινωνικών Επιστημών) και Τμήματα τριών (3) ακόμη Σχολών του ΔΙ.ΠΑ.Ε (Σχολή Διοίκησης και Οικονομίας, Σχολή Μηχανικών και Σχολή Γεωτεχνικών Επιστημών). Στις εγκαταστάσεις συμπεριλαμβάνονται η κεντρική βιβλιοθήκη, η φοιτητική εστία, η φοιτητική λέσχη, το κεντρικό και περιφερειακά κυλικεία, το κέντρο διαχείρισης δικτύου, το κλειστό γυμναστήριο, γήπεδα ποδοσφαίρου/μπάσκετ και ο ιερός ναός των Τριών Ιεραρχών.

Ο αριθμός των φοιτητών που φοιτά στο συγκρότημα της Αλεξάνδρειας Πανεπιστημιούπολης του ΔΙ.ΠΑ.Ε προσεγγίζει τις 18.000. Με τον αριθμό αυτό η Αλεξάνδρεια Πανεπιστημιούπολη κατέχει την πρώτη θέση σε πλήθος φοιτητών μεταξύ των λοιπών συγκροτημάτων του ΔΙ.ΠΑ.Ε στις Σέρρες, Καβάλα, Θέρμη (όπου βρίσκονται οι κτιριακές εγκαταστάσεις της Διοίκησης του ΔΙΠΑΕ), Κατερίνη, Κιλκίς, Δράμα και Διδυμότειχο.

## 2. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ: Η πόλη όπου εδρεύει το Τμήμα

### 2.1 Θεσσαλονίκη

Η Αλεξάνδρεια Πανεπιστημιούπολη του Δι.ΠΑ.Ε, όπου εδρεύει το [Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας](#), βρίσκεται μεταξύ της νότιας εισόδου του Διαμερίσματος της Σίνδου και της εθνικής οδού Θεσσαλονίκης-Αθηνών, δεκαεπτά (17) χιλιόμετρα δυτικά της Θεσσαλονίκης και δίπλα στη Βιομηχανική Περιοχή της.

Η [Θεσσαλονίκη](#) ιδρύθηκε το 315 π.Χ. από τον Βασιλιά Κάσσανδρο της Μακεδονίας και αποτέλεσε ανά τους αιώνες μια σημαντική μητρόπολη. Σήμερα συνιστά το πιο σημαντικό διοικητικό, πολιτιστικό και επιχειρηματικό κέντρο στην Βόρεια Ελλάδα. Η Θεσσαλονίκη, είναι η δεύτερη μεγαλύτερη πόλη της Ελλάδος, πρωτεύουσα του [Νομού Θεσσαλονίκης](#) και έδρα της [Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας](#). Σύμφωνα με την τελευταία απογραφή του 2021, ο Δήμος Θεσσαλονίκης έχει πληθυσμό 317.778 κατοίκους ενώ η περιφερειακή ενότητα Θεσσαλονίκης έχει πληθυσμό 1.091.424 κατοίκους.

### 2.2 Χρήσιμες πληροφορίες μετακινήσεων

Η μετάβαση στην πόλη της Θεσσαλονίκης μπορεί να γίνει:

- ✓ Με Αεροπλάνο
- ✓ Με Πλοίο
- ✓ Με ΚΤΕΛ
- ✓ Με Τραίνο
- ✓ Με ιδιωτικό μέσο

Περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να βρείτε στην ιστοσελίδα <https://thessaloniki.gr/to-from-thessaloniki-airport-macedonia/?lang=en>

Η μετάβαση στην Αλεξάνδρεια Πανεπιστημιούπολη από την πόλη της Θεσσαλονίκης μπορεί να γίνει:

- ✓ Με [αστική συγκοινωνία](#)
- ✓ Με ιδιωτικό μέσο

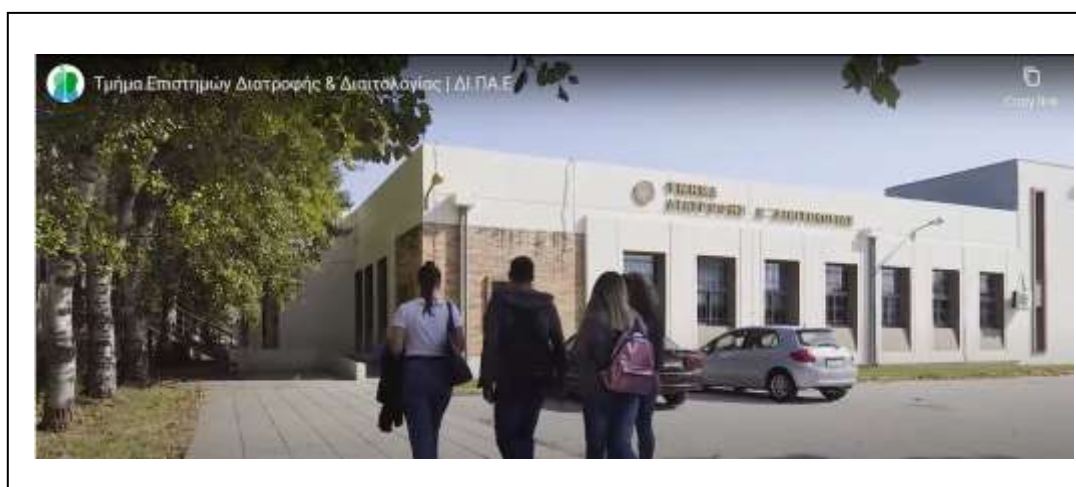
Στην δεύτερη περίπτωση, θα πρέπει να γνωρίζετε ότι τα αυτοκίνητα (Ι.Χ.) μπορούν να σταθμεύσουν στον ιδιωτικό χώρο στάθμευσης της Αλεξάνδρειας Πανεπιστημιούπολης, ο οποίος επαρκεί για την κάλυψη των αναγκών στάθμευσης τόσο των Ι.Χ. αυτοκινήτων του προσωπικού όσο και των φοιτητών.

### 3. ΤΟ ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ

Το Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας ιδρύθηκε ως "Τμήμα Διατροφής του Ανθρώπου" το 1985 με το Π.Δ. 561 (ΦΕΚ 199/τ.Α'/27-11-85) και δέχθηκε τους πρώτους φοιτητές το Σεπτέμβριο του 1985. Είναι το πρώτο Τμήμα ανώτατης εκπαίδευσης της Χώρας στις Επιστήμες της Διατροφής και Διαιτολογίας και λειτούργησε υπό το πλαίσιο του Αλεξάνδρειου ΤΕΙ Θεσσαλονίκης. Μετονομάστηκε σε "Τμήμα Διατροφής και Διαιτολογίας" με το Π.Δ. 222 (ΦΕΚ 222/ τ.Α'/17-09-2003) οπότε άλλαξε ο τίτλος των αποφοίτων από «Τεχνολόγος Διατροφής» σε «Διατροφολόγος-Διαιτολόγος». Αρχικά εντάχθηκε στη Σχολή Τεχνολογίας Τροφίμων και Διατροφής (ΣΤΕΤ-Δ) και στη συνέχεια μέσω του "Σχεδίου Αθηνά ΙΙ", στη Σχολή Τεχνολογίας Γεωπονίας και Τεχνολογίας Τροφίμων και Διατροφής (ΣΤΕΓ-ΤΕΤΡΟΔ).

Το Μάιο του 2019, με το Ν. 4610 (ΦΕΚ 90/τ.Α'/07-05-2019) «Συνέργειες Πανεπιστημίων και Τ.Ε.Ι., πρόσβαση στην τριτοβάθμια εκπαίδευση, πειραματικά σχολεία, Γενικά Αρχεία του Κράτους και λοιπές διατάξεις», ιδρύθηκε το Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας που εντάχθηκε στη Σχολή Επιστημών Υγείας του Διεθνούς Πανεπιστημίου της Ελλάδος, προσελκύοντας φοιτητές από τη θετική κατεύθυνση με αυξημένες γνώσεις Χημείας και Βιολογίας. Σήμερα είναι ένα από τα πέντε (5) Τμήματα Πανεπιστημιακής Εκπαίδευσης που θεραπεύουν τις επιστήμες της Διατροφής και Διαιτολογίας στην Ελλάδα.

Σκοπός του Τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας είναι η εκπαίδευση στη χρήση, την προαγωγή και τη μεταφορά μεθόδων, πρακτικών, τεχνικών και σύγχρονης τεχνολογίας στις Επιστήμες της Διατροφής και τη Διαιτολογία. Με στόχο τη θεωρητική, αλλά και την εφαρμοσμένη κατάρτιση των φοιτητών, το Τμήμα επικεντρώνεται: α) στην ανάπτυξη κατάλληλου θεωρητικού υπόβαθρου σπουδών με έμφαση στην εργαστηριακή και πρακτική άσκηση υψηλού επιπέδου με τη χρήση σύγχρονων τεχνολογιών, β) στην ανάπτυξη ικανοτήτων και δεξιοτήτων που θα καταστήσουν τους φοιτητές ανταγωνιστικούς σε εθνικό και διεθνές περιβάλλον, γ) στη διεξαγωγή έρευνας στις Επιστήμες της Διατροφής και τη Διαιτολογία και δ) στην ανάπτυξη συνεργασιών με άλλα ΑΕΙ και τη συνεργασία με φορείς που δραστηριοποιούνται στο χώρο της Διατροφής και της Διαιτολογίας.



Εικόνα 1. Όψη του κτιρίου του Τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας της Σχολής Επιστημών Υγείας του Διεθνούς Πανεπιστημίου της Ελλάδος.

## 4. ΤΟ ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ

### 4.1 Σκοπός του ΠΠΣ του Τμήματος

Το Πρόγραμμα Προπτυχιακών Σπουδών (ΠΠΣ) του Τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας (έγκριση με απόφαση της αρ. 7<sup>ης</sup>/31-07-2023 Συνέλευσης της Διοικούσας Επιτροπής του ΔΙ.ΠΑ.Ε.) προσφέρει ένα σύγχρονο πρόγραμμα σπουδών με εξειδικευμένες διδακτικές ενότητες σε θέματα όπως:

- (i) η επίδραση της Διατροφής στην ανάπτυξη, διατήρηση και υγεία του ανθρώπινου οργανισμού,
- (ii) η σύσταση, τεχνολογία, επεξεργασία, διακίνηση και νομοθεσία των τροφίμων και
- (iii) ο σχεδιασμός και η παρασκευή διαιτολογίων για φυσιολογικές και παθολογικές καταστάσεις.

Το Πρόγραμμα Σπουδών του Τμήματος πλαισιώνεται, επίσης, από μαθήματα βασικών γνώσεων (Χημείας, Βιολογίας, Στατιστικής και Πληροφορικής) και μαθήματα Διοίκησης, Οικονομίας και Ανθρωπιστικών Σπουδών.

### 4.2 Απονεμόμενος τίτλος και επίπεδο προσόντων

Το Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας προσφέρει Προπτυχιακό Πρόγραμμα σπουδών στη Διατροφή και Διαιτολογία διάρκειας 8 εξαμήνων (48 μηνών) πλήρους φοίτησης. Ο τίτλος σπουδών ονομάζεται ΠΤΥΧΙΟ: ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ (1ος Κύκλος Σπουδών) και εντάσσεται στο Επίπεδο 6 του Εθνικού και Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων.

Το ΠΤΥΧΙΟ πιστοποιεί την επιτυχή περάτωση των σπουδών του/της φοιτητή/ριας και προσφέρει την δυνατότητα πρόσβασης σε μεταπτυχιακές σπουδές για την απόκτηση Μεταπτυχιακού διπλώματος (2ος κύκλος) ή διδακτορικού διπλώματος (3ος κύκλος).

### 4.3 Επαγγελματικές Προοπτικές για τους Απόφοιτους

Οι απόφοιτοι του Τμήματος έχουν κατοχυρωμένα επαγγελματικά δικαιώματα σύμφωνα με τα Π.Δ. 78/1989 (ΦΕΚ 36/τ.Α'/07.02.1989), Π.Δ. 133/2014 (ΦΕΚ 213/τ.Α'/1.10.2014) και άρθρο 32 του Ν. 4999/2022. Μπορούν να απασχοληθούν είτε αυτοδύναμα είτε σε συνεργασία σε: α) δημόσια και ιδιωτικά νοσηλευτικά ιδρύματα, β) χώρους μαζικής σίτισης, γ) κέντρα ειδικής διατροφής, όπως αθλητικά κέντρα, κέντρα αδυνατίσματος και διαιτολογικά κέντρα, δ) ερευνητικά κέντρα, ε) εκπαίδευση και στ) βιομηχανίες τροφίμων, με αντικείμενα όπως:

- Κατάρτιση διαιτολογίων και επίβλεψη της εφαρμογής τους
- Μελέτη της θρεπτικής αξίας των τροφίμων
- Κατάρτιση διατροφικής ετικέτας
- Συμμετοχή στην κατάρτιση προδιαγραφών παρασκευής νέων προϊόντων
- Ανάλυση της υπευθυνότητας και επίβλεψη της μαζικής παραγωγής γευμάτων.

## 5. ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ

### 5.1 Διάρκεια Σπουδών

Ο πρώτος κύκλος σπουδών στο Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας της Σχολής Επιστημών Υγείας του ΔΙ.ΠΑ.Ε. συνίσταται στην παρακολούθηση Προγράμματος Προπτυχιακών Σπουδών (Π.Π.Σ.), το οποίο περιλαμβάνει μαθήματα που αντιστοιχούν σε τουλάχιστον 240 πιστωτικές μονάδες (ECTS), διαρκεί τυπικά τέσσερα (4) ακαδημαϊκά έτη που ισοδυναμούν με οκτώ (8) ακαδημαϊκά εξάμηνα και ολοκληρώνεται με την απονομή πτυχίου. Σε κάθε ακαδημαϊκό έτος ο/η φοιτητής/τρια επιλέγει εκπαιδευτικές δραστηριότητες που αντιστοιχούν σε 60 ECTS (παρ.2β, άρθρο 30, Ν. 4009/2011). Στο 8ο εξάμηνο οι φοιτητές ολοκληρώνουν τις σπουδές τους με την πραγματοποίηση της Πρακτικής Άσκησης, έχοντας ταυτόχρονα τη δυνατότητα εκπόνησης Πτυχιακής Εργασίας.

Η ανώτατη διάρκεια φοίτησης στο πρόγραμμα σπουδών πρώτου κύκλου του Τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας, το οποίο έχει ελάχιστη διάρκεια οκτώ (8) ακαδημαϊκών εξαμήνων για την απονομή του τίτλου σπουδών, είναι ο χρόνος αυτός, προσαυξημένος κατά τέσσερα (4) ακαδημαϊκά εξάμηνα, δηλαδή η μέγιστη διάρκεια είναι δώδεκα (12) εξάμηνα. Μετά από τη συμπλήρωση της ανώτατης διάρκειας φοίτησης το Τμήμα εκδίδει πράξη διαγραφής (παρ 1, άρθρο 76, Ν. 4957/2022).

Οι φοιτητές που δεν έχουν υπερβεί το ανώτατο όριο φοίτησης δύνανται, μετά από αίτησή τους προς τη Γραμματεία του Τμήματος, να διακόψουν τη φοίτησή τους για χρονική περίοδο που δεν υπερβαίνει τα δύο (2) έτη. Το δικαίωμα διακοπής της φοίτησης δύναται να ασκηθεί άπαξ ή τμηματικά για χρονικό διάστημα κατ' ελάχιστον ενός (1) ακαδημαϊκού εξαμήνου, αλλά η διάρκεια της διακοπής δεν δύναται να υπερβαίνει αθροιστικά τα δύο (2) έτη αν χορηγείται τμηματικά. Η φοιτητική ιδιότητα αναστέλλεται κατά τον χρόνο διακοπής της φοίτησης και δεν επιτρέπεται η συμμετοχή σε καμία εκπαιδευτική διαδικασία (παρ 4, άρθρο 76, Ν. 4957/2022).

### 5.2 Εγγραφή

Φοιτητές του Τμήματος καθίστανται όσοι εγγράφονται στο Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας του ΔΙ.ΠΑ.Ε. μετά από επιτυχία στις εισαγωγικές εξετάσεις στην τριτοβάθμια εκπαίδευση, από μετεγγραφή ή από κατάταξη (ως πτυχιούχοι άλλων Τμημάτων ή Σχολών) σύμφωνα με τις κείμενες διατάξεις.

Οι εγγραφές των νεοεισαχθέντων φοιτητών γίνονται στη Γραμματεία του Τμήματος μέσα στα χρονικά όρια που ορίζονται κάθε φορά με Υπουργικές Αποφάσεις.

Οι επιτυχόντες των Πανελλαδικών εξετάσεων που ολοκλήρωσαν την εγγραφή τους μέσω της ηλεκτρονικής εφαρμογής του Υπουργείου Παιδείας, Θρησκευμάτων και Αθλητισμού (Υ.ΠΑΙ.ΘΑ) πρέπει να πραγματοποιήσουν τον έλεγχο της ταυτοπροσωπίας στις Γραμματείες των Τμημάτων τους, καταθέτοντας τα παρακάτω δικαιολογητικά:

1. Αίτηση εγγραφής (εκτύπωση από το site του Υ.ΠΑΙ.ΘΑ),
2. Φωτοτυπία του Δελτίου της Αστυνομικής Ταυτότητας (ΑΔΤ),
3. Μια (1) φωτογραφία (τύπου ταυτότητας)

Για τις υπόλοιπες κατηγορίες νεοεισαχθέντων ανακοινώνονται τα απαιτούμενα δικαιολογητικά κατά περίπτωση.

### 5.3 Ακαδημαϊκό ημερολόγιο και ωρολόγιο πρόγραμμα μαθημάτων

Το ακαδημαϊκό έτος αρχίζει την 1<sup>η</sup> Σεπτεμβρίου κάθε έτους και λήγει την 31<sup>η</sup> Αυγούστου του επόμενου. Το εκπαιδευτικό έργο κάθε ακαδημαϊκού έτους διαρθρώνεται χρονικά σε δύο εξάμηνα, το Χειμερινό και το Εαρινό. Κάθε εξάμηνο περιλαμβάνει 13 εβδομάδες για διδασκαλία και έχει μία εξεταστική περίοδο. Τον Σεπτέμβριο πριν την έναρξη των μαθημάτων του χειμερινού εξαμήνου υπάρχει εξεταστική περίοδος για το σύνολο των μαθημάτων εαρινού και χειμερινού εξαμήνου.

Δεν πραγματοποιούνται μαθήματα κατά τις παρακάτω αργίες, εορτές και επετείους:

- α) Από τις 24 Δεκεμβρίου έως τις 6 Ιανουαρίου.
- β) Των Τριών Ιεραρχών (30<sup>η</sup> Ιανουαρίου)
- γ) Του Ευαγγελισμού (25<sup>η</sup> Μαρτίου)
- δ) Την Καθαρά Δευτέρα
- ε) Από την Μεγάλη Δευτέρα μέχρι και την Κυριακή του Θωμά
- στ) Την Εργατική Πρωτομαγιά (1<sup>η</sup> Μαΐου)
- ζ) Του Αγίου Πνεύματος
- η) Από την 1η Ιουλίου μέχρι και την 31<sup>η</sup> Αυγούστου.
- θ) Την Εθνική Εορτή της 28<sup>ης</sup> Οκτωβρίου
- ι) ) Την Επέτειο του Πολυτεχνείου (17<sup>η</sup> Νοεμβρίου)
- ια) Την εορτή του πολιούχου της πόλης της Θεσσαλονίκης, Αγίου Δημητρίου (26<sup>ης</sup> Οκτωβρίου)

Οι ακριβείς ημερομηνίες έναρξης και λήξης των ακαδημαϊκών εξαμήνων καθώς και οι περίοδοι των εξετάσεων ορίζονται κάθε χρόνο με απόφαση της Συγκλήτου του ΔΙ.ΠΑ.Ε.

### 5.4 Δήλωση μαθημάτων - Ανανέωση εγγραφής

Με την έναρξη κάθε εξαμήνου και σε τακτή προθεσμία που αναρτάται στην Ιστοσελίδα του Τμήματος, ο/η κάθε φοιτητής/τρια υποχρεούται σε Ανανέωση Εγγραφής. Η ανανέωση πραγματοποιείται με την ηλεκτρονική υποβολή Δήλωσης Μαθημάτων, η οποία περιλαμβάνει τα μαθήματα που αποφάσισε να παρακολουθήσει στο συγκεκριμένο εξάμηνο. Με τη δήλωση αυτή ο/η κάθε φοιτητής/τρια αποκτά το δικαίωμα:

- ✓ να παραλάβει τα εκπαιδευτικά συγγράμματα που διατίθενται για τα μαθήματα αυτά
- ✓ να συμμετάσχει στις εξετάσεις των μαθημάτων που δήλωσε κατά την εξεταστική περίοδο

Μετά τη λήξη της προθεσμίας δεν γίνονται δεκτές δηλώσεις μαθημάτων, ούτε αιτήσεις για αλλαγή της αρχικής δήλωσης η οποία έχει υποβληθεί εμπρόθεσμα, εκτός αν προβλεφθεί παράταση από την αρμόδια Διεύθυνση Σπουδών του ΔΙ.ΠΑ.Ε.

Για τους φοιτητές του 1ου εξαμήνου, η δήλωση των μαθημάτων του 1<sup>ου</sup> εξαμήνου γίνεται αυτομάτως με την εγγραφή τους από την Γραμματεία. Οι φοιτητές του 2<sup>ου</sup> – 8<sup>ου</sup> εξαμήνου δηλώνουν όλα τα μαθήματα του αντίστοιχου εξαμήνου που φοιτούν. Οι φοιτητές που οφείλουν μαθήματα από προηγούμενα εξάμηνα και εφόσον επιθυμούν να εξεταστούν σε



αυτά, μπορούν να τα δηλώσουν στο αντίστοιχο εξάμηνο διδασκαλίας τους. Ειδικότερα, οι φοιτητές του 3<sup>ου</sup> εξαμήνου μπορούν να δηλώσουν τα οφειλόμενα μαθήματα του 1<sup>ου</sup> εξαμήνου, οι φοιτητές του 4<sup>ου</sup> εξαμήνου μπορούν να δηλώσουν τα οφειλόμενα μαθήματα του 2<sup>ου</sup> εξαμήνου, οι φοιτητές του 5<sup>ου</sup> εξαμήνου μπορούν να δηλώσουν τα οφειλόμενα μαθήματα του 1<sup>ου</sup> και 3<sup>ου</sup> εξαμήνου, κ.ο.κ.

Φοιτητές έως και το 8<sup>ο</sup> εξάμηνο μπορούν να δηλώσουν ανά εξάμηνο μέγιστο αριθμό μαθημάτων και μέχρι της συμπλήρωσης του ορίου των 36 μονάδων ECTS. Οι φοιτητές >8<sup>ου</sup> εξαμήνου μπορούν να δηλώσουν μαθήματα όλων των προηγούμενων εξαμήνων που αντιστοιχούν σε >36 μονάδες ECTS.

## 5.5 Ακαδημαϊκή Ταυτότητα - Φοιτητικό Πάσο

Από τις 24/09/2012 οι προπτυχιακοί, μεταπτυχιακοί και διδακτορικοί φοιτητές όλων των Πανεπιστημίων της χώρας μπορούν να υποβάλλουν ηλεκτρονικά την αίτησή τους για έκδοση ακαδημαϊκής ταυτότητας στην ιστοσελίδα

[Ηλεκτρονική Υπηρεσία Απόκτησης Ακαδημαϊκής Ταυτότητας - Informational Portal \(minedu.gov.gr\)](http://minedu.gov.gr)

## 5.6 Εκπαιδευτικά Συγγράμματα

Το εκπαιδευτικό έργο υποστηρίζεται με τα αντίστοιχα διδακτικά συγγράμματα τα οποία χορηγούνται δωρεάν στους φοιτητές, μέσω της ηλεκτρονικής υπηρεσίας διαχείρισης συγγραμμάτων "ΕΥΔΟΞΟΣ". Κάθε φοιτητής, μετά την ηλεκτρονική δήλωση μαθημάτων που υποβάλει κάθε εξάμηνο, πραγματοποιεί και την αντίστοιχη δήλωση συγγραμμάτων στη διαδικτυακή πύλη του συστήματος "ΕΥΔΟΞΟΣ" (<http://eudoxus.gr/>), με την οποία δηλώνει τα συγγράμματα των μαθημάτων που επιθυμεί να λάβει.

Για να μπορέσει να πραγματοποιηθεί η δήλωση των συγγραμμάτων από έναν φοιτητή, απαιτούνται οι κωδικοί πρόσβασης (username - password) που χορηγούνται από τη Γραμματεία του Τμήματος και χρησιμοποιούνται και για τις λοιπές ηλεκτρονικές υπηρεσίες του Ιδρύματος. Ο φοιτητής εισέρχεται σε μία κεντρική ιστοσελίδα του Κεντρικού Πληροφοριακού Συστήματος (ΚΠΣ) από όπου γίνεται η πιστοποίησή του. Εκεί ενημερώνεται για τα εγκεκριμένα συγγράμματα των μαθημάτων του Τμήματος και επιλέγει αυτά που δικαιούται (ένα σύγγραμμα ανά μάθημα που έχει δηλώσει). Ο διδάσκων κάθε μαθήματος έχει ήδη προτείνει ένα ή περισσότερα συγγράμματα κατάλληλα για τη μελέτη του μαθήματος. Στη συνέχεια, ο φοιτητής λαμβάνει άμεσα από το ΚΠΣ ένα SMS και ένα e-mail με τον κωδικό PIN, με τον οποίο παραλαμβάνει τα συγγράμματα που επέλεξε είτε από το Βιβλιοστάσιο της Πανεπιστημιούπολης Θεσσαλονίκης, είτε από άλλο συμβεβλημένο βιβλιοπωλείο που θα του υποδειχθεί, είτε με όποια άλλη διαδικασία προκριθεί από το αρμόδιο Υπουργείο και την υπηρεσία Εύδοξος (π.χ. μέσω υπηρεσιών ταχυμεταφοράς), τις εργάσιμες ημέρες και ώρες με την επίδειξη της ταυτότητας του.

## 5.7 Μαθήματα Προπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών

Το Προπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών του Τμήματος υποστηρίζει πενήντα οκτώ (58) μαθήματα, συμπεριλαμβανόμενης της Πτυχιακής Εργασίας και της Πρακτικής Άσκησης, εκ των οποίων σαράντα τέσσερα (44) είναι υποχρεωτικά μαθήματα, δέκα τρία (13) είναι επιλογής

υποχρεωτικά μαθήματα και ένα (1) είναι προαιρετικό μάθημα. Η Πρακτική Άσκηση ανήκει στα υποχρεωτικά μαθήματα. Η Πτυχιακή Εργασία ανήκει στα επιλογής υποχρεωτικά μαθήματα.

Ο απαιτούμενος αριθμός μαθημάτων για τη λήψη Πτυχίου, είναι:

- είτε, 43 Υποχρεωτικά μαθήματα + Πρακτική Άσκηση + 7 Επιλογής Υποχρεωτικά (Σύνολο 240 ECTS)
- είτε, 43 Υποχρεωτικά μαθήματα + Πρακτική Άσκηση + 4 Επιλογής Υποχρεωτικά + Πτυχιακή Εργασία (Σύνολο 240 ECTS)

**Πιστωτικές μονάδες-ECTS:** Κάθε μάθημα του Προγράμματος Σπουδών του Τμήματος χαρακτηρίζεται από έναν αριθμό πιστωτικών (ή διδακτικών) μονάδων ή μονάδων ECTS (European Credit Transfer System). Σύμφωνα με το σύστημα ECTS, σε κάθε μάθημα αποδίδεται μια αριθμητική τιμή (μεταξύ 1-60). Τα ECTS, τα οποία κατανέμονται σε κάθε μάθημα, αποτελούν ένα μέτρο του φόρτου εργασίας που απαιτείται για την ολοκλήρωση των στόχων ενός Ακαδημαϊκού Προγράμματος από τον εκάστοτε φοιτητή/τρια.

**Βαθμολογία Μαθημάτων:** Κάθε μάθημα που περιλαμβάνεται στο πρόγραμμα σπουδών βαθμολογείται αυτοτελώς. Η βαθμολογία σε κάθε μάθημα εκφράζεται με την αριθμητική κλίμακα από μηδέν έως δέκα (0 - 10), με βάση επιτυχίας το βαθμό πέντε (5). Η επιτυχής ολοκλήρωση της Πρακτικής Άσκησης δεν βαθμολογείται με αριθμητική κλίμακα και χαρακτηρίζεται ως «Επιτυχώς».

## 5.8 Εξετάσεις

Οι εξεταστικές περίοδοι είναι τρεις (3) ανά Ακαδημαϊκό Έτος και διαρκούν τρεις (3) εβδομάδες:

1. Η Α' Εξεταστική περίοδος διενεργείται μετά την ολοκλήρωση του Χειμερινού Εξαμήνου (περίοδος Ιανουαρίου-Φεβρουαρίου)
2. Η Β' Εξεταστική περίοδος διενεργείται μετά την ολοκλήρωση του Εαρινού εξαμήνου (περίοδος Ιουνίου-Ιουλίου)
3. Η Εξεταστική περίοδος του Σεπτεμβρίου, διενεργείται πριν την έναρξη του Χειμερινού Εξαμήνου του επόμενου Ακαδημαϊκού Έτους

Κατά τη Α' και Β' Εξεταστική Περίοδο οι φοιτητές εξετάζονται σε όλη τη διδακτέα ύλη εκείνων των μαθημάτων που δήλωσαν και διδάχθηκαν το Χειμερινό και Εαρινό εξάμηνο, αντίστοιχα. Οι φοιτητές που δεν έχουν λάβει προβιβάσιμο βαθμό στα μαθήματα κατά την διάρκεια της Α' ή/και Β' εξεταστικής περιόδου, δικαιούνται να εξεταστούν στα μαθήματα και των δύο εξαμήνων στην Εξεταστική Περίοδο του Σεπτεμβρίου.

Οι εξετάσεις των μαθημάτων είναι υποχρεωτικές για όλους τους φοιτητές και διεξάγονται βάσει του Προγράμματος Εξετάσεων του Τμήματος. Η βαθμολογία σε κάθε μάθημα καθορίζεται από το διδάσκοντα, ο οποίος μπορεί να οργανώσει κατά την κρίση του γραπτές ή και προφορικές εξετάσεις ή/και να στηριχθεί σε εργασίες ή εργαστηριακές ασκήσεις. Αν ο φοιτητής αποτύχει περισσότερες από τρεις φορές σε ένα μάθημα, με απόφαση του Κοσμήτορα της Σχολής εξετάζεται, ύστερα από αίτησή του, από τριμελή επιτροπή καθηγητών της Σχολής, οι οποίοι έχουν το ίδιο ή συναφές γνωστικό αντικείμενο. Από την επιτροπή εξαιρείται ο υπεύθυνος της εξέτασης διδασκων. Σε περίπτωση αποτυχίας, ο φοιτητής συνεχίζει τη φοίτησή

του και συμμετέχει στις εξετάσεις σύμφωνα με τους όρους και τις προϋποθέσεις που καθορίζονται στον Εσωτερικό Κανονισμό του Διεθνούς Πανεπιστημίου της Ελλάδος (Ν. 4889/τ.Β'/06.11.2020).

Η μη τήρηση των υποχρεώσεων των εξεταζόμενων φοιτητών κατά τη διάρκεια εξέτασης (άρθρο 44, Ν. 4889/τ.Β'/06.11.2020) συνιστά Πειθαρχικό Παράπτωμα, και μπορεί να οδηγήσει σε ποινές όπως αυτή του αποκλεισμού από τις εξετάσεις ενός ή περισσότερων μαθημάτων για περίοδο ενός ή δύο εξαμήνων.

## 5.9 Πτυχιακή Εργασία

Η εκπόνηση Πτυχιακής Εργασίας (ΠΕ) αφορά στη διενέργεια μιας αυτοτελούς ερευνητικής εργασίας όπου παρέχεται στους φοιτητές η δυνατότητα να διερευνήσουν σε βάθος ένα θέμα που τους ενδιαφέρει, εφαρμόζοντας την αυστηρή, συστηματική και επιστημονική προσέγγιση. Ταυτόχρονα, μαθαίνουν να λειτουργούν και να εργάζονται μεθοδικά, χρησιμοποιώντας συνδυαστική σκέψη, προκειμένου να ολοκληρώσουν την εργασία τους. Η ΠΕ αποτελεί μια προσωπική δημιουργία που καταδεικνύει τις μεθοδολογικές, συγγραφικές και ερευνητικές δεξιότητες του φοιτητή που την εκπόνησε.

Η εκπόνηση της ΠΕ ως μάθημα Επιλογής Υποχρεωτικό είναι προαιρετική και ισοδυναμεί με 9 μονάδες ECTS. Ο χρόνος έναρξης της ΠΕ ορίζεται το 8ο Εξάμηνο Σπουδών, υπό την προϋπόθεση ότι ο/η φοιτητής/τρια, δεν οφείλει πάνω από πέντε (5) μαθήματα ανεξαρτήτου ειδικότητας.

Η χρονική διάρκεια εκπόνησής της ορίζεται από ένα (1) μέχρι τρία (3) εξάμηνα. Η λίστα με τα θέματα των πτυχιακών εργασιών διατίθενται από το Εκπαιδευτικό Προσωπικό του Τμήματος. Ο φοιτητής υποχρεούται να καταθέτει στην Γραμματεία Αίτηση Ανάληψης Θέματος Πτυχιακής Εργασίας με σύμφωνη γνώμη του καθηγητή που θα επιβλέπει την ΠΕ.

Η παρουσίαση – εξέταση της ΠΕ γίνεται παρουσία Τριμελούς Εξεταστικής Επιτροπής, και είναι ανοιχτή διαδικασία (παρουσία ακροατηρίου, π.χ. Εκπαιδευτικό Προσωπικό του Τμήματος και φοιτητές). Οι παρουσιάσεις των πτυχιακών εργασιών γίνονται σε κάθε εξεταστική περίοδο και σε ημερομηνίες που αποφασίζονται από τη Συνέλευση του Τμήματος.

Περισσότερες πληροφορίες θα βρείτε στον κανονισμό Πτυχιακής Εργασίας στο διαδικτυακό τόπο του Τμήματος <https://nutr.ihu.gr/el/studies/bsc-group/bsc-thesis/>

## 5.10 Πρακτική Άσκηση

Η Πρακτική Άσκηση (ΠΑ) στο επάγγελμα είναι υποχρεωτική για όλους τους φοιτητές/ήτριες, διαρκεί πέντε (5) μήνες και περιλαμβάνεται στο 8ο εξάμηνο σπουδών σύμφωνα με το Προπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών (ΠΠΣ) του Τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας (ΤΕΔΔ) του ΔΙ.ΠΑ.Ε.

Σκοπός της ΠΑ είναι η εξάσκηση των φοιτητών στα πλαίσια του γνωστικού αντικείμενου του Τμήματος και η ανάπτυξη δεξιοτήτων και η απόκτηση εργασιακής εμπειρίας, σε ό,τι σχετίζεται με το επάγγελμα του Διατροφολόγου-Διαιτολόγου.

Η ΠΑ διαρκεί πέντε (5) μήνες και μπορεί να πραγματοποιηθεί εξ' ολοκλήρου σε ένα φορέα υποδοχής (ΦΥ) ή αν υπάρχει η δυνατότητα τόσο από τους φοιτητές όσο και από τους ΦΥ να διαχωριστεί σε δύο μέρη:

- **ΜΕΡΟΣ I:** Δύο (2) μήνες ΠΑ στην Κοινότητα ή σε Επιχείρηση Τροφίμων
- **ΜΕΡΟΣ II:** Τρεις (3) μήνες ΠΑ σε Νοσοκομεία/Κλινικές

Οι προϋποθέσεις για να έχουν δικαίωμα εκπόνησης ΠΑ οι φοιτητές/τριες είναι οι εξής: από το 8<sup>ο</sup> εξάμηνο και με την προϋπόθεση ότι οι φοιτητές έχουν παρακολουθήσει επιτυχώς όλα τα μαθήματα ειδικότητας του ΠΠΣ και συνολικά έχουν συμπληρώσει τουλάχιστον 170 ECTS.

Η ΠΑ μπορεί να πραγματοποιηθεί τόσο σε φορείς υποδοχής (ΦΥ) του Δημοσίου, όσο και του Ιδιωτικού Τομέα, της ημεδαπής, καθώς επίσης και σε Ερευνητικά Κέντρα, φορείς ή επιχειρήσεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, στα πλαίσια των προγραμμάτων Erasmus. Ειδικότερα, πιθανοί φορείς απασχόλησης περιλαμβάνουν ιδρύματα υγειονομικής περίθαλψης, υπηρεσίες παροχής υπηρεσιών τροφίμων, προγράμματα ευεξίας, υπηρεσίες υγείας στο σπίτι, σωματεία υγείας, κυβερνητικά προγράμματα, έρευνα, συμβουλευτικές υπηρεσίες και επιχειρήσεις. Με την ολοκλήρωση της ΠΑ, οι ασκούμενοι φοιτητές θα έχουν αποκτήσει γνώση βασικού επιπέδου και θα έχουν αναπτύξει δεξιότητες ορθής επαγγελματικής στάσης που αρμόζει με την ηθική του επαγγέλματος του Διαιτολόγου-Διατροφολόγου.

Ο φοιτητής που πληροί τις προϋποθέσεις υποβάλλει αίτηση/δήλωση για να ξεκινήσει την ΠΑ. Η επιτροπή ΠΑ κατανέμει τους φοιτητές στις υπάρχουσες θέσεις αφού συνεκτιμήσει τις δηλώσεις τους. Η Επιτροπή ΠΑ ορίζει για κάθε ασκούμενο έναν Επόπτη Εκπαιδευτικό που μπορεί να είναι μέλος ΔΕΠ ή ΕΔΙΠ.

### **ΠΑ μέσω της κινητικότητας Erasmus**

Οι φοιτητές δικαιούνται να μετακινηθούν για να κάνουν την ΠΑ στην Αλλοδαπή “επιπλέον” της κινητικότητας για σπουδές και μέχρι συμπλήρωσης συνολικού χρόνου 360 ημερών (από 2 έως 12 μήνες), σε επιχειρήσεις, ερευνητικά κέντρα, πανεπιστήμια ή άλλους οργανισμούς.

Ο φοιτητής για να πραγματοποιήσει την ΠΑ (από 2 έως 12 μήνες) αφού γίνει δεκτός από κάποιο φορέα (Πανεπιστήμιο, Ερευνητικό Ίδρυμα, επιχείρηση, ερευνητικό κέντρο, κλπ.), συμπληρώνει όλα τα απαραίτητα έντυπα για την πρακτική άσκηση που ορίζει το γραφείο Erasmus του ΔιΠαΕ και τα υποβάλλει επίσης στο γραφείο Erasmus. Ιδιαίτερα σημαντικό είναι το έντυπο Learning Agreement, το οποίο υπογράφεται α) από τον Επόπτη της ΠΑ του οργανισμού υποδοχής, β) τον Επιστημονικά Υπεύθυνο Erasmus του ΤΕΔΔ, και γ) από τον ίδιο το φοιτητή.

Παράλληλα, εκτός από τα έντυπα που πρέπει να συμπληρώσει ο φοιτητής, θα πρέπει να προσκομίσει στο Γραφείο Erasmus και μια Βεβαίωση από τη Γραμματεία του Τμήματός του όπου να βεβαιώνεται ότι του επιτρέπει το Τμήμα του να πραγματοποιήσει την ΠΑ. Για την εκπόνηση ΠΑ μέσω Erasmus, ο φοιτητής πρέπει να συμβουλευθεί τον Επιστημονικό Υπεύθυνο Erasmus του Τμήματος. Κατόπιν της ολοκλήρωσης της πρακτικής άσκησης με την κινητικότητα Erasmus, ο φοιτητής οφείλει να επικοινωνήσει τόσο με το γραφείο Erasmus όσο και με τον Επιστημονικό Υπεύθυνο Erasmus του Τμήματος του ΔιΠαΕ και να καταθέσει και στα δύο μέρη το Learning Agreement After the Mobility. Στην συνέχεια, για την αναγνώριση της πρακτικής άσκησης του φοιτητή, ο Επιστημονικός Υπεύθυνος Erasmus του Τμήματος, με βάση το Learning

Agreement After the Mobility, συντάσσει και υπογράφει βεβαίωση ολοκλήρωσης της πρακτικής άσκησης και την καταθέτει στην Συνέλευση του ΤΕΔΔ προς έγκριση.

Περισσότερες πληροφορίες θα βρείτε στον κανονισμό Πρακτικής Άσκησης στο διαδικτυακό τόπο του Τμήματος <https://nutr.ihu.gr/el/studies/bsc-group/bsc-placement/>

### 5.11 Βαθμός Πτυχίου - Ανακήρυξη Πτυχιούχου

Η επιτυχής ολοκλήρωση του Προγράμματος Σπουδών οδηγεί στην λήψη του ΠΤΥΧΙΟΥ. Ο ελάχιστος αριθμός μαθημάτων για την λήψη πτυχίου θα πρέπει να καλύπτει 240 μονάδες ECTS.

Όταν ο/η φοιτητής/τρια ολοκληρώσει επιτυχώς τις απαιτήσεις του προγράμματος σπουδών και έχει συγκεντρώσει τον απαιτούμενο αριθμό ECTS, λαμβάνει μέρος στη Τελετή Ορκωμοσίας όπου του απονέμεται το ΠΤΥΧΙΟ. Η τελετή αυτή γίνεται δημόσια σε Αίθουσα Τελετών του Ιδρύματος. Πριν από την ορκωμοσία μπορεί να χορηγείται Βεβαίωση επιτυχούς Περάτωσης Σπουδών.

Το ΠΤΥΧΙΟ πιστοποιεί την επιτυχή περάτωση των σπουδών του/της φοιτητή/ριας και αναγράφει βαθμό, με ακρίβεια δύο δεκαδικών ψηφίων. Ο χαρακτηρισμός που αποδίδεται με βάση το βαθμό πτυχίου είναι: «Άριστα» από 8,50 έως και 10, «Λίαν Καλώς» από 6,50 έως και 8,49 και «Καλώς» από 5 έως και 6,49.

Για τον υπολογισμό του βαθμού του πτυχίου πολλαπλασιάζεται ο βαθμός κάθε μαθήματος επί τον συντελεστή βαρύτητας του μαθήματος, ο οποίος είναι ταυτόσημος με τα ECTS και το άθροισμα των επιμέρους γινομένων διαιρείται με το 240 που είναι το άθροισμα των ECTS όλων των μαθημάτων.

### 5.12 Παράρτημα Διπλώματος - Diploma Supplement

Το Παράρτημα Διπλώματος - Diploma Supplement στην ελληνική και αγγλική γλώσσα, αντίστοιχα, χορηγείται στους πτυχιούχους, εκδίδεται αυτομάτως και χωρίς καμία οικονομική επιβάρυνση.

Το Παράρτημα Διπλώματος συντάχθηκε βάση υποδείγματος που ανέπτυξε η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Συμβούλιο της Ευρώπης και η UNESCO / CEPES. Στόχος του παραρτήματος είναι να παράσχει επαρκή ανεξάρτητα στοιχεία για τη βελτίωση της διεθνούς «διαφάνειας» και τη δίκαιη ακαδημαϊκή και επαγγελματική αναγνώριση των τίτλων σπουδών (διπλώματα, πτυχία, πιστοποιητικά κ.τ.λ.). Σχεδιάστηκε για να δίνει περιγραφή της φύσης, του επιπέδου, του υπόβαθρου, του περιεχομένου και του καθεστώτος των σπουδών οι οποίες ολοκληρώθηκαν με επιτυχία από το άτομο που αναγράφεται ονομαστικά στο πρωτότυπο του τίτλου στον οποίο επισυνάπτεται αυτό το παράρτημα. Στο Παράρτημα Διπλώματος δεν κρίνεται η αξία, και δεν υπάρχουν δηλώσεις ισοτιμίας ή προτάσεις σχετικά με την αναγνώριση.

### 5.13 Πιστοποίηση Ψηφιακών Δεξιοτήτων

Με την ολοκλήρωση του Σπουδών τους, οι φοιτητές μπορούν να παραλαμβάνουν το Πιστοποιητικό Ψηφιακών Δεξιοτήτων. Οι ψηφιακές δεξιότητες αποκτούνται παρακολουθώντας επιτυχώς τα ακόλουθα μαθήματα του Προπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών του Τμήματος:

1. ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ (1ο Εξάμηνο): Περιβάλλον Windows, επεξεργασία κειμένου (Microsoft Word), Βασική χρήση φύλλων εργασίας (Microsoft Excel)
2. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ (3ο Εξάμηνο): Δημιουργία ηλεκτρονικών εγγράφων με χρήση βιβλιογραφίας (Συγγραφή εργασίας στο Microsoft Word), χρήση προγράμματος διαχείρισης βιβλιογραφίας (Mendeley, Zotero), δημιουργία ηλεκτρονικής Παρουσίασης (Microsoft Powerpoint)
3. ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ: Σχεδιασμός και δημιουργία Βάσεων Δεδομένων στη Διατροφή (Microsoft Access), συλλογή και ανάλυση δεδομένων από ψηφιακούς αισθητήρες (activity sensors), ψηφιακά συνεργατικά εργαλεία
4. ΒΙΟΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ: Προηγμένη χρήση φύλλων εργασίας (Microsoft Excel), Ανάλυση δεδομένων (Microsoft Excel ), χρήση προγραμμάτων Στατιστικής Ανάλυσης (SPSS)

## 6. ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ

### 6.1 Το προσωπικό του Τμήματος

Το προσωπικό του Τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας διακρίνεται σε Διδακτικό Ερευνητικό Προσωπικό (Δ.Ε.Π.), Ειδικό Τεχνικό Εργαστηριακό Προσωπικό (Ε.Τ.Ε.Π), Εργαστηριακό Διδακτικό Προσωπικό (Ε.Δι.Π.) και Διοικητικό Προσωπικό (Δ.Π.) με αντίστοιχες αρμοδιότητες. Το Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας είναι στελεχωμένο με δεκαπέντε (15) μέλη Δ.Ε.Π, τέσσερα (4) μέλη Ε.Δι.Π και τρία (3) μέλη Ε.Τ.Ε.Π. Επίσης, σε τρία (3) αφυπηρητήσαντα μέλη Δ.Ε.Π., έχει απονεμηθεί ο τίτλος του Ομότιμου Καθηγήτη.

Τα μέλη Δ.Ε.Π. εντάσσονται σε τέσσερις βαθμίδες: Καθηγητές, Αναπληρωτές Καθηγητές, Επίκουροι Καθηγητές και Λέκτορες, ενώ το διδακτικό τους έργο υποστηρίζεται από τα μέλη Ε.Δι.Π. και Ε.Τ.Ε.Π. Παράλληλα, το εκπαιδευτικό έργο του Τμήματος υποστηρίζεται και από έκτακτο εκπαιδευτικό προσωπικό, το οποίο απαρτίζεται από Ακαδημαϊκούς Υποτρόφους.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ			
A/A	ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ	ΒΑΘΜΙΔΑ	ΓΝΩΣΤΙΚΟ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ
1.	ΒΑΡΔΑΚΑ ΕΛΙΣΑΒΕΤ	Καθηγήτρια	ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΗ ΜΙΚΡΟΒΙΟΛΟΓΙΑ
2.	ΘΩΜΙΔΗΣ ΘΩΜΑΣ	Καθηγητής	ΦΥΤΟΠΑΘΟΛΟΓΙΑ
3.	ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ	Καθηγητής	ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ ΤΟΥ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ
4.	ΛΕΟΝΤΑΡΙΔΟΥ ΙΩΑΝΝΑ	Καθηγήτρια	ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ-ΑΠΟΤΡΙΧΩΣΗ
5.	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	Καθηγητής	ΟΡΓΑΝΙΚΗ-ΑΝΟΡΓΑΝΗ ΧΗΜΕΙΑ
6.	ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ	Καθηγήτρια	ΔΙΑΤΡΟΦΗ - ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑ
7.	ΚΟΚΟΚΥΡΗΣ ΛΑΜΠΡΟΣ	Αναπληρωτής Καθηγητής	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΙΧΘΥΩΝ
8.	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΙΟΡΔΑΝΗΣ	Αναπληρωτής Καθηγητής	ΔΕΡΜΑΤΟΛΟΓΙΑ-ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ
9.	ΚΑΡΑΣΤΟΓΙΑΝΝΙΔΟΥ ΚΑΛΛΙΟΠΗ	Επίκουρη Καθηγήτρια	ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΤΡΟΦΙΜΩΝ
10.	ΚΑΤΣΙΚΗ ΝΙΚΗ	Επίκουρη Καθηγήτρια	ΚΛΙΝΙΚΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑ
11.	ΠΑΓΚΑΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	Επίκουρος Καθηγητής	ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ
12.	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ	Επίκουρη Καθηγήτρια	ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΣΑΡΚΟΠΕΝΙΑ

**ΠΙΝΑΚΑΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ**

13.	ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ	Επίκουρη Καθηγήτρια	ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ, ΣΥΝΘΕΣΗ ΚΑΙ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΒΙΟΔΡΑΣΤΙΚΩΝ ΕΝΩΣΕΩΝ
14.	ΤΕΡΖΙΔΗΣ ΜΙΧΑΗΛ	Επίκουρος Καθηγητής	ΣΥΝΘΕΣΗ ΚΑΙ ΜΕΛΕΤΗ ΒΙΟΔΡΑΣΤΙΚΩΝ ΕΝΩΣΕΩΝ ΜΕ ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ
15.	ΓΙΑΝΝΑΚΟΥΔΑΚΗ ANNA	Λέκτορας	ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑ

**ΠΙΝΑΚΑΣ ΟΜΟΤΙΜΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΩΝ**

A/A	ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ	ΒΑΘΜΙΔΑ	ΓΝΩΣΤΙΚΟ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ
1.	ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ-ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	Ομότιμος Καθηγητής	ΔΙΚΑΙΟ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
2.	ΚΑΡΑΓΚΙΟΖΟΓΛΟΥ-ΛΑΜΠΟΥΔΗ ΘΩΜΑΗ	Ομότιμη Καθηγήτρια	ΚΛΙΝΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ
3.	ΚΥΡΑΝΑΣ ΕΥΣΤΡΑΤΙΟΣ	Ομότιμος Καθηγητής	ΑΝΟΡΓΑΝΗ ΧΗΜΕΙΑ - ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

**ΠΙΝΑΚΑΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΟΥ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΟΥ ΤΕΧΝΙΚΟΥ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ**

A/A	ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ	ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΓΝΩΣΤΙΚΟ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ / ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΣΗ
1.	ΑΠΟΣΤΟΛΙΔΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ	Ε.Δι.Π.	ΚΛΙΝΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑ
2.	ΓΕΡΟΘΑΝΑΣΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ	Ε.Δι.Π.	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΓΙΑ ΜΑΖΙΚΗ ΕΣΤΙΑΣΗ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΕΣ ΔΙΑΙΤΕΣ
3.	ΔΟΥΛΓΕΡΑΚΗ ΣΤΕΦΑΝΙΑ	Ε.Δι.Π.	ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΟΡΓΑΝΙΣΜΩΝ, ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΤΗΣ ΒΙΟΛΟΓΙΑΣ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ
4.	ΣΤΕΦΑΝΙΔΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	Ε.Δι.Π.	ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ
5.	ΑΡΓΥΡΟΥ ANNA	Ε.Τε.Π.	ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΚΑΙ ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑ
6.	ΒΙΝΟΥ ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ	Ε.Τε.Π.	ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ
7.	ΠΑΠΑΚΙΤΣΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	Ε.Τε.Π.	ΠΗΡΟΦΟΡΙΚΗ



## ΠΙΝΑΚΑΣ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟΥ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ

A/A	ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ	ΙΔΙΟΤΗΤΑ
1.	ΔΕΛΙΔΟΥ ΑΠΟΣΤΟΛΙΑ	Γραμματέας, Προϊσταμένη
2.	ΚΟΥΛΟΥΡΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	Βοηθός Γραμματείας

Τμήμα: Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας  
Ταχ. Δ/ση: Διεθνές Πανεπιστήμιο της Ελλάδος -  
ΤΘ141, Αλεξάνδρεια Πανεπιστημιούπολη,  
Τ.Κ.: 57400 Σίνδος, Θεσσαλονίκη

Τηλ.: 2310013900  
e-mail : info@nutr.ihu.gr  
URL: <https://nutr.ihu.gr/el/>

### 6.2 Αρμοδιότητες και Λειτουργία Γραμματείας

Η Γραμματεία του Τμήματος είναι αρμόδια για φοιτητικά και διοικητικά θέματα.

Η εξυπηρέτηση των φοιτητών γίνεται όλες τις εργάσιμες ημέρες, και κατά τις ώρες 10.00 π.μ. έως 13.00 μ.μ., στα γραφεία της Γραμματείας του Τμήματος, που βρίσκονται στο κεντρικό κτίριο της Αλεξάνδρειας Πανεπιστημιούπολης

Στα φοιτητικά θέματα περιλαμβάνονται:

- εγγραφές των φοιτητών,
- τήρηση αρχείου των φοιτητών, στο οποίο περιλαμβάνονται η βαθμολογία, οι ανανεώσεις εγγραφών κάθε Εξάμηνο, και στοιχεία σχετικά με τις υποτροφίες,
- χορήγηση Πιστοποιητικών και Πτυχίου,
- χορήγηση βεβαιώσεων για κάθε νόμιμη χρήση,
- χορήγηση εντύπων που απαιτούνται για την Πρακτική Άσκηση των φοιτητών,
- η σύνταξη καταστάσεων φοιτητών, σύμφωνα με τη δήλωση επιλογής εκ μέρους τους, των μαθημάτων που επιθυμούν να παρακολουθήσουν

Όσον αφορά στις εγγραφές των πρωτοετών φοιτητών, τις μετεγγραφές και τις κατατάξεις στο Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας του ΔΙ.ΠΑ.Ε., ισχύουν τα εξής :

Οι **Ανανεώσεις Εγγραφών – Δηλώσεις Μαθημάτων** πραγματοποιούνται μέσω της Ηλεκτρονικής Γραμματείας με την έναρξη των μαθημάτων του εκάστοτε Εξαμήνου, και για διάστημα περίπου δεκαπέντε (15) ημερών. Κάθε φοιτητής έχει δικό του προσωπικό κωδικό<sup>1</sup>, που παίρνει από τη Γραμματεία του Τμήματος, με τον οποίον δηλώνει τα μαθήματά του ηλεκτρονικά.

<sup>1</sup> **Προσοχή!** Τα συνθηματικά αυτά ταυτοποιούν τον χρήστη όχι μόνο στην Ηλεκτρονική Γραμματεία του Πανεπιστημίου αλλά και στις υπόλοιπες Ηλεκτρονικές Υπηρεσίες που προσφέρονται είτε από το Ίδρυμα είτε σε ολόκληρη την ακαδημαϊκή κοινότητα από το GUnet (Ακαδημαϊκό Διαδίκτυο) και το Εθνικό Δίκτυο Υποδομών Τεχνολογίας και Έρευνας – ΕΔΥΤΕ Α.Ε. (GRNET). Για τους παραπάνω λόγους τα συνθηματικά, που εκδίδει το Σύστημα για κάθε φοιτητή είναι αυστηρά προσωπικά. Δεν πρέπει να δοθούν ποτέ για κανέναν λόγο σε οποιονδήποτε τρίτο (πρόσωπο ή εφαρμογή).

Μετά την αποστολή των πινάκων των επιτυχόντων στις Πανελλαδικές Εξετάσεις από το Υπουργείο, ορίζεται η **προθεσμία εγγραφών για τους νεοεισαχθέντες**, η οποία είναι κοινή για όλα τα Α.Ε.Ι. της χώρας. Η προθεσμία αυτή είναι μη ανατρεπτική, πράγμα που σημαίνει ότι, οι εκπρόθεσμοι χάνουν το δικαίωμα εγγραφής. Οι εγγραφές των νεοεισαχθέντων πραγματοποιούνται τον Σεπτέμβριο.

Από **1 έως 15 Νοεμβρίου** υποβάλλονται οι σχετικές αιτήσεις για:

- **Μετεγγραφές** για λόγους οικονομικούς, κοινωνικούς, υγείας, κλπ., καθώς και των τέκνων των πολυτέκνων οικογενειών, εάν και εφόσον δεν ορίζεται διαφορετικά βάσει νόμου.

- **Κατατάξεις** των Πτυχιούχων Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης και Ανωτέρων Σχολών, μέσω του θεσμού των κατατακτηρίων εξετάσεων, οι οποίες διεξάγονται κάθε έτος, στις αρχές Δεκεμβρίου.

### 6.3 Ο Θεσμός του Ακαδημαϊκού Συμβούλου

Το Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας έχει θεσμοθετήσει τον θεσμό του Ακαδημαϊκού Συμβούλου (Tutor). Κάθε χρόνο, με απόφαση του Τμήματος, ορίζεται για κάθε πρωτοετή φοιτητή/τρια ένα μέλος ΔΕΠ που αναλαμβάνει τον ρόλο του ακαδημαϊκού συμβούλου για καθοδήγηση σε θέματα σπουδών. Ο ακαδημαϊκός σύμβουλος ενημερώνει τους φοιτητές για το ρόλο του και τους καλεί σε συνάντηση γνωριμίας. Οι φοιτητές/τήτριες επιβάλλεται κι ενθαρρύνονται να επικοινωνούν τακτικά με τον / την ακαδημαϊκό σύμβουλό τους και να συζητούν ζητήματα που αφορούν τις σπουδές τους.

### 6.4 Αξιολόγηση Εκπαιδευτικού Έργου

Η αξιολόγηση της διδακτικής διαδικασίας αποτελεί ουσιαστικό μέσο για την επίτευξη των στόχων της εκπαίδευσης, μέσω της συνεχούς βελτίωσης και της καλύτερης δυνατής απόδοσης του διδακτικού έργου και της διασφάλισης της ποιότητας των σπουδών. Η διαδικασία αξιολόγησης του διδακτικού έργου υλοποιείται σύμφωνα με το άρθρο 28 του εσωτερικού κανονισμού του Διεθνούς Πανεπιστημίου της Ελλάδος (ΦΕΚ Β' 4889/06.11.2020).

Οι φοιτητές ενθαρρύνονται να συμμετέχουν ενεργά στη διαδικασία αξιολόγησης του εκπαιδευτικού έργου. Κατά την διάρκεια του εκάστοτε εξαμήνου, οι φοιτητές, με ευθύνη του Τμήματος, καλούνται να συμπληρώσουν ερωτηματολόγιο αξιολόγησης του εκπαιδευτικού έργου. Η συμμετοχή των φοιτητών είναι προαιρετική και τα ερωτηματολόγια είναι ανώνυμα. Ωστόσο η συμπλήρωση ερωτηματολογίων με σοβαρότητα και υπευθυνότητα είναι καθοριστική για τον εντοπισμό των όποιων αδυναμιών της προσφερόμενης εκπαίδευσης και τη διαρκή βελτίωση της ποιότητάς της.

## 7. ΥΠΟΔΟΜΕΣ ΤΜΗΜΑΤΟΣ

### 7.1 Αίθουσες Διδασκαλίας - Εργαστήρια

Το Τμήμα διαθέτει χώρους κατανεμημένους σε 4 κτίρια (Κτίριο Α - Δ). Η κατανομή των χώρων του τμήματος έχει ως εξής:

Κτίριο Α - Παλαιό Κτίριο Διατροφής και Διαιτολογίας.

- Ισόγειο: Τέσσερις εργαστηριακοί χώροι ασκήσεων φοιτητών (Εργαστήριο Η/Υ, Εργαστήριο Πληροφόρησης, Εργαστήριο Ανόργανης και Οργανικής Χημείας, Εργαστήριο Κλινικής Διατροφής), δύο ερευνητικά εργαστήρια (Ερευνητικό εργαστήριο Αναλυτικής Χημείας και Ερευνητικό εργαστήριο Διαιτολογίας και Αθλητικής Διατροφής) και δύο γραφεία καθηγητών.
- 1<sup>ος</sup> Όροφος: Δύο αίθουσες διδασκαλίας, δύο εργαστηριακοί χώροι ασκήσεων φοιτητών (Εργαστήριο Βιοχημείας και Εργαστήριο Αναλυτικής Χημείας), το Γραφείο Πρακτικής Άσκησης και πέντε γραφεία καθηγητών

Κτίριο Β - Νέο Κτίριο Διατροφής και Διαιτολογίας.

- Ισόγειο: Αμφιθέατρο Διατροφής και Διαιτολογίας, Εργαστήριο Παρασκευής Τροφίμων (εργαστήριο ασκήσεων φοιτητών, νησίδα με Η/Υ και αποθήκη τροφίμων), Ερευνητικό Εργαστήριο Βιολογίας, Ερευνητικό Εργαστήριο Χημείας, Αίθουσα Συνεδριάσεων του Τμήματος και τρία γραφεία καθηγητών.

Κτίριο Γ - Κτίριο Σχολής Επιστημών Υγείας (πρώην Τμήμα Αισθητικής και Κοσμητολογίας).

- Ισόγειο: Τέσσερις εργαστηριακοί χώροι ασκήσεων φοιτητών, Γραμματεία Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών, ένα γραφείο και δύο χώροι του Αρχείου του Τμήματος.
- 1<sup>ος</sup> όροφος: Δύο Αίθουσες διδασκαλίας, Δύο χώροι του Ερευνητικού Εργαστηρίου Κοσμητολογίας, Ερευνητικό Εργαστήριο Μικροβιολογίας, Εργαστήριο Αισθητικής και τέσσερα γραφεία καθηγητών

Κτίριο Δ – Κεντρικό Κτίριο της Αλεξάνδρειας Πανεπιστημιούπολη.

- Ισόγειο: Γραμματεία του Τμήματος και Αρχείο του Τμήματος.
- 1<sup>ος</sup> Όροφος: Εργαστήριο Πληροφοριακών Συστημάτων στη Διατροφή (NISLAB)

### 7.2 Ηλεκτρονική Μάθηση

Οι παρακάτω [ηλεκτρονικές υπηρεσίες](#) είναι διαθέσιμες προς τους φοιτητές και το εκπαιδευτικό προσωπικό του ιδρύματος:

1. Υπηρεσίες CAS/SSO

Σύνδεση μέσω της Υπηρεσίας Κεντρικής Πιστοποίησης Χρηστών (CAS/SSO) – λογαριασμός που λαμβάνεται μέσω του <https://uregister.the.ihu.gr/>.

- UNIPORTAL (Δήλωση μαθημάτων/βαθμοί
- Εύδοξος (Δήλωση Συγγραμμάτων)
- Αξιολόγηση Μαθημάτων

- Απόκτηση Ακαδημαϊκής Ταυτότητας

## 2. Ιδρυματικές Υπηρεσίες

Σύνδεση μέσω ιδρυματικού λογαριασμού – λογαριασμός που λαμβάνεται κατά την εγγραφή των φοιτητών στο τμήμα / δελτίο ενεργοποίησης.

- e-mail ΔΙ.ΠΑ.Ε. (webmail)
- Κέντρο Δικτύου – Helpdesk

## 3. Υπηρεσίες Τμήματος

Πλατφόρμα ασύγχρονης διδασκαλίας του Τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας

- E-CLASS (ΤΕΔΔ)

## 8. ΕΡΕΥΝΑ ΣΤΟ ΤΜΗΜΑ

### 8.1 Έρευνα στις Επιστήμες Διατροφής και Διαιτολογίας

Παράλληλα με τον εκπαιδευτικό του ρόλο, το Τμήμα διεξάγει υψηλού επιπέδου, διεθνώς αναγνωρισμένη έρευνα στις Επιστήμες Διατροφής και τη Διαιτολογία, τόσο σε θεωρητικούς τομείς όσο και σε εφαρμοσμένα πεδία, όπως:

- Μελέτες διατροφικών προσλήψεων όλων των πληθυσμιακών ομάδων υγείων και ασθενών στην Ελλάδα.
- Ανάλυση διατροφικών προσλήψεων και ανθρωπομετρικών μετρήσεων των εφήβων αλλά και του συνόλου του πληθυσμού σε συνάρτηση με δημογραφικά δεδομένα
- Μελέτη των ανθρωπομετρικών χαρακτηριστικών και των διατροφικών συνηθειών/προσλήψεων των Ελλήνων αθλητών
- Παιδική Παχυσαρκία: καταγραφή, παρακολούθηση (ευρωπαϊκό πρόγραμμα COSI).
- Συμβουλευτική σε θέματα διατροφικών ισχυρισμών και ισχυρισμών υγείας
- Εκτίμηση θρεπτικής κατάστασης ασθενών
- Εξατομικευμένη διατροφή (Personalised Nutrition)
- Εφαρμογές και επιπτώσεις των Πληροφοριακών Συστημάτων (λογισμικών, τεχνολογιών Ιστού, Social Media, συσκευών και αισθητήρων) στη Διατροφή
- Εφαρμογή μεθοδολογιών χρωματογραφίας / φασματογραφίας μάζας (LC/MS ) σε τρόφιμα (Foodomics).
- Πολυπαραμετρική ανάλυση τροφίμων.
- Διαμόρφωση πινάκων σύνθεσης θρεπτικών συστατικών ελληνικών τροφίμων.
- Συμβουλευτική σε θέματα διατροφικής ετικέτας
- Αναπτυξιακά προγράμματα προσδιορισμού της κατανάλωσης συμπληρωμάτων διατροφής
- Μοριακή ποικιλότητα μικροοργανισμών σε συμπληρώματα διατροφής
- Ρόλος του μικροβιώματος στη διατροφή και ευζωία του ανθρώπου
- Προσδιορισμός αντιοξειδωτικής ικανότητας τροφίμων.
- Προσδιορισμός αντιμικροβιακής δράσης.
- Βιοδείκτες για το οξειδωτικό στρες.

### 8.2 Θεσμοθετημένα Ερευνητικά Εργαστήρια

Στο τμήμα λειτουργούν τα παρακάτω θεσμοθετημένα ερευνητικά και διδακτικά εργαστήρια:

1. [Εργαστήριο Διαιτολογίας και Αθλητικής Διατροφής](#)
2. [Εργαστήριο Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφικής Συμπεριφοράς](#)
3. [Εργαστήριο Πληροφοριακών Συστημάτων στη Διατροφή \(NISLAB\)](#)
4. [Εργαστήριο Χημικής Βιολογίας](#)

### 8.3 Επιστημονικά Συνέδρια

Κάθε διετία, το Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας διοργανώνει με επιτυχία [επιστημονικό συνέδριο](#) για τη διάχυση ερευνητικών αποτελεσμάτων και την ενημέρωση και ανταλλαγή απόψεων μεταξύ ερευνητών, διδασκόντων, φοιτητών και επαγγελματιών, για

επίκαιρα ζητήματα των Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας. Το συνέδριο συμπεριλαμβάνει διαλέξεις από διακεκριμένους επιστήμονες, συνεδρίες προφορικών ανακοινώσεων, στρογγυλές τράπεζες και σεμινάρια

.

## 9. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ

Τα μαθήματα του Προγράμματος Προπτυχιακών Σπουδών του Τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας ταξινομούνται σε:

1. **Υποχρεωτικά (Υ):** μαθήματα υποβάθρου και βασικά μαθήματα της ειδικότητας, υποχρεωτικά και κοινά για όλους τους φοιτητές
2. **Κατ' Επιλογή Υποχρεωτικά (ΕΥ):** υποχρεωτικά μαθήματα τα οποία μπορούν να επιλεγθούν ελεύθερα από μία λίστα διαθέσιμων μαθημάτων
3. **Προαιρετικά μαθήματα (ΠΡ):** μη-υποχρεωτικά μαθήματα γενικής μόρφωσης ή μαθήματα εμβάθυνσης, υποδομής ή διεπιστημονικά, τα οποία μπορούν ελεύθερα να επιλέξουν οι φοιτητές στη διάρκεια των σπουδών τους.

Με βάση το γνωστικό τους αντικείμενο, τα μαθήματα χαρακτηρίζονται ως:

1. **Γενικού Υποβάθρου (ΜΓΥ)**
2. **Ειδικού Υποβάθρου (ΜΕΥ)**
3. **Ειδικότητας (ΜΕ)**

Τα μαθήματα **Γενικού Υποβάθρου** προσφέρουν βασικές γνώσεις Χημείας, Βιολογίας, Στατιστικής και Πληροφορικής ενώ τα μαθήματα **Ειδικού Υποβάθρου** και **Ειδικότητας** καλύπτουν το μεγαλύτερο ποσοστό των μαθημάτων του Προγράμματος Σπουδών και είναι αυτά που χαρακτηρίζουν την ειδικότητα του Διαιτολόγου-Διατροφολόγου.

Το κάθε μάθημα μπορεί να είναι:

- ✓ **Θεωρητικό (Θ):** περιλαμβάνει μόνο Θεωρητικό μέρος (Θ)
- ✓ **Μικτό (Θ+Ε):** περιλαμβάνει Θεωρητικό (Θ) και Εργαστηριακό μέρος (Ε)

Στα θεωρητικά μαθήματα παρουσιάζεται μια ευρεία περιοχή ενός γνωστικού αντικειμένου και ο σχετικός με αυτήν προβληματισμός.

Στα εργαστηριακά μαθήματα, οι φοιτητές, υπό την επίβλεψη και την καθοδήγηση του διδάσκοντα, εκπαιδεύονται στην εφαρμογή μεθόδων και τεχνικών, στην ομαδική εργασία, στη σύνταξη και συγγραφή εργασιών και σε ποικίλα άλλα θέματα που οδηγούν στην απόκτηση των κατάλληλων δεξιοτήτων του Διαιτολόγου-Διατροφολόγου. Στα μαθήματα αυτά οι φοιτητές χωρίζονται σε ολιγομελείς ομάδες και η παρακολούθηση είναι υποχρεωτική. Το εργαστηριακό μέρος του μαθήματος πραγματοποιούνται στο ίδιο εξάμηνο με το αντίστοιχο θεωρητικό μέρος. Η παρακολούθηση των εργαστηρίων είναι υποχρεωτική για όλους τους φοιτητές. Ο αριθμός των επιτρεπόμενων απουσιών σε κάθε εργαστηριακό μάθημα καθορίζεται από τον διδάσκοντα.

Για να θεωρηθεί ότι ένα μικτό μάθημα ολοκληρώθηκε με επιτυχία ο φοιτητής πρέπει να επιτύχει τόσο στο θεωρητικό όσο και στο εργαστηριακό μέρος του μαθήματος. Οι βαθμοί που παίρνει ο φοιτητής σε κάθε ένα από τα δύο μέρη συντίθενται στον τελικό βαθμό του μαθήματος και σύμφωνα με τα ECTS που καθορίζουν τη βαρύτητα του θεωρητικού και του εργαστηριακού μέρους του μαθήματος. Εάν ο φοιτητής αποτύχει σε ένα από τα δύο μέρη του μικτού μαθήματος επαναλαμβάνει μόνο αυτό.

Εάν οι γνώσεις που παρέχονται σ' ένα μάθημα είναι προϋπόθεση επιτυχούς παρακολούθησης ενός άλλου μαθήματος, το πρώτο μάθημα χαρακτηρίζεται ως **Προαπαιτούμενο** του δεύτερου

(Εξαρτώμενο). Τα Προαπαιτούμενα και τα Εξαρτώμενα Μαθήματα του Προγράμματος Σπουδών του Τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας είναι τα ακόλουθα:

Προαπαιτούμενο μάθημα	Εξαρτώμενο μάθημα
Φυσιολογία του Ανθρώπου (2 <sup>ο</sup> εξάμηνο)	Φυσιολογία της Θρέψης (4 <sup>ο</sup> εξάμηνο)
Γενετική (1 <sup>ο</sup> εξάμηνο)	Διατροφογενετική (5 <sup>ο</sup> εξάμηνο)
Διατροφική Αξιολόγηση και Σύνταξη Διαιτολογίου (3 <sup>ο</sup> εξάμηνο)	Διατροφική αντιμετώπιση παθολογικών καταστάσεων I (5 <sup>ο</sup> εξάμηνο)
Διατροφική αντιμετώπιση παθολογικών καταστάσεων I (5 <sup>ο</sup> εξάμηνο)	Διατροφική αντιμετώπιση παθολογικών καταστάσεων II (6 <sup>ο</sup> εξάμηνο)
Εισαγωγή στη Βιοστατιστική (3 <sup>ο</sup> εξάμηνο)	Βιοστατιστική στη Διατροφή (7 <sup>ο</sup> εξάμηνο)
Βιοχημεία Μεταβολισμού Μακροθρεπτικών Συστατικών (4 <sup>ο</sup> εξάμηνο)	Δίαιτα και Παχυσαρκία (7 <sup>ο</sup> εξάμηνο)
Δέκα τρία (13) μαθήματα Ειδικότητας από το 3 <sup>ο</sup> – 7 <sup>ο</sup> εξάμηνο, ήτοι:	Πρακτική Άσκηση (8 <sup>ο</sup> εξάμηνο)
1. Διατροφική Αξιολόγηση και Σύνταξη Διαιτολογίου (3 <sup>ο</sup> Εξάμηνο)	
2. Βασικές Αρχές Κλινικής Διατροφής (4 <sup>ο</sup> Εξάμηνο)	
3. Διατροφή Εγκύου Παιδιού (4 <sup>ο</sup> Εξάμηνο)	
4. Διατροφή στην Ενήλικη και Υπερήλικη Ζωή (5 <sup>ο</sup> Εξάμηνο)	
5. Διατροφή, Άσκηση και Ποιότητα Ζωής (5 <sup>ο</sup> Εξάμηνο)	
6. Διατροφική Αντιμετώπιση Παθολογικών Καταστάσεων I (5 <sup>ο</sup> Εξάμηνο)	
7. Αθλητισμός και Διατροφή (6 <sup>ο</sup> Εξάμηνο)	
8. Διατροφική Αγωγή – Αγωγή Υγείας (6 <sup>ο</sup> Εξάμηνο)	
9. Διατροφική Αντιμετώπιση Παθολογικών Καταστάσεων II (6 <sup>ο</sup> Εξάμηνο)	
10. Πληροφορική στη Διατροφή (6 <sup>ο</sup> Εξάμηνο)	
11. Δίαιτα και Παχυσαρκία (7 <sup>ο</sup> Εξάμηνο)	
12. Θρεπτική Υποστήριξη Παιδιατρικού Ασθενούς (7 <sup>ο</sup> Εξάμηνο)	
13. Μαζική Παραγωγή Τροφίμων (7 <sup>ο</sup> Εξάμηνο)	



### 9.1 Πίνακας Ι. Συνοπτική παρουσίαση Προπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών

ΕΞΑΜΗΝΟ								ΥΠΟΜΝΗΜΑ
1ο	2ο	3ο	4ο	5ο	6ο	7ο	8ο	
Εισαγωγή στην Επιστήμη της Διατροφής	Πρόσθετα Τροφίμων και Νομοθεσία	Διατροφική Αξιολόγηση και Σύνταξη Διαιτολογίου	Διατροφή Εγκύου Παιδιού	Διατροφή στην Ενήλικη και Υπερήλικη Ζωή	Διατροφική Αντιμετώπιση Παθολογικών Καταστάσεων II	Θρεπτική Υποστήριξη Παιδιατρικού Ασθενούς	Οικονομία, Διατροφική Πολιτική και Δημόσια Υγεία	Μαθήματα Γενικού Υποβάθρου
Επιστήμη Τροφίμων	Λειτουργικά Τρόφιμα	Ψυχολογία και Διατροφή	Βασικές Αρχές Κλινικής Διατροφής	Διατροφή, Άσκηση και Ποιότητα Ζωής	Διατροφική Αγωγή – Αγωγή Υγείας	Δίαιτα και Παχυσαρκία	Συμβουλευτική και Επικοινωνία	Μαθήματα Ειδικού Υποβάθρου
Γενική και Ανόργανη Χημεία	Οργανική Χημεία	Παθοφυσιολογία	Επιδημιολογία και Δημόσια Υγεία	Δεοντολογία και Ηθική	Αθλητισμός και Διατροφή	Τεχνολογία και Ποιοτικός Έλεγχος Τροφίμων	Εντερική και Παρεντερική Διατροφή	Μαθήματα Ειδικότητας
Βιολογία Κυττάρου	Αναλυτική Χημεία και Ενόργανη Ανάλυση	Τοξικολογία Τροφίμων	Αρχές Παρασκευής Τροφίμων	Διατροφική Αντιμετώπιση Παθολογικών Καταστάσεων I	Πληροφορική στη Διατροφή	Μαζική Παραγωγή Τροφίμων	Φυσιολογία της Άσκησης και Πρωταθλητισμός	Υποχρεωτικά (Υ)
Πληροφορική	Φυσιολογία του Ανθρώπου	Εισαγωγή στη Βιοστατιστική	Βιοχημεία Μεταβολισμού Μακροθρεπτικών Συστατικών	Ανάλυση και Έλεγχος Τροφίμων	Φαρμακολογία στη Διατροφή	Βιοστατιστική στη Διατροφή	Διασφάλιση Ποιότητας	Επιλογής Υποχρεωτικά (ΕΥ)
Μικροβιολογία Τροφίμων	Ορολογία Ξένης Γλώσσας	Εισαγωγή στη Βιοχημεία	Φυσιολογία της Θρέψης	Διατροφογενετική	Ανθρώπινο Μικροβίωμα	Μεσογειακή Διατροφή και Υγεία	Ανάπτυξη Επαγγελματικών Δεξιοτήτων	Προαιρετικά (ΠΡ)
Γενετική		Μεθοδολογία Έρευνας			Τρόφιμα και Περιβάλλον	Βιοχημεία Μεταβολισμού Μικροθρεπτικών Συστατικών	Πρώτες Βοήθειες	
		Ξένη Γλώσσα (ΠΡ)			Εργομετρία και Διατροφή		Επιχειρηματικότητα	
							Πτυχιική Εργασία (ΠΕ)	
							Πρακτική Άσκηση (ΠΑ)	
ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ECTS ΑΝΑ ΕΞΑΜΗΝΟ								Απαιτούμενος Αριθμός Μαθημάτων και ECTS για τη λήψη ΠΤΥΧΙΟΥ
7 Υ 30 ECTS	6 Υ 30 ECTS	7 Υ 30 ECTS	6 Υ 30 ECTS	6 Υ 30 ECTS	6 Υ + 1 ΕΥ 30 ECTS	5 Υ + 1 ΕΥ 30 ECTS	1Υ (ΠΑ) + 5 ΕΥ ή 1 Υ (ΠΑ) + ΠΕ + 2 ΕΥ 30 ECTS	44 Υ + 7 ΕΥ ή 44 Υ + ΠΕ + 4 ΕΥ 240 ECTS

## 9.2 Πίνακας II. Μαθήματα Επιλογής

Εξάμηνο	Μαθήματα Γενικού Υποβάθρου	Μαθήματα Ειδικού Υποβάθρου	Μαθήματα Ειδικότητας	Τρόπος επιλογής
6 <sup>ο</sup>		Τρόφιμα και Περιβάλλον		1 από τα 2 προσφερόμενα
		Εργομετρία και Διατροφή		
7 <sup>ο</sup>		Μεσογειακή Διατροφή και Υγεία		1 από τα 2 προσφερόμενα
		Βιοχημεία Μεταβολισμού Μικροθρεπτικών Συστατικών		
8 <sup>ο</sup>	Συμβουλευτική και Επικοινωνία	Οικονομία, Διατροφική Πολιτική και Δημόσια Υγεία	Πτυχιακή Εργασία (ΠΕ)	5 από τα 8 προσφερόμενα (Γενικού ή/και Ειδικού υποβάθρου) <u>χωρίς ΠΕ</u> ή 2 από τα 8 προσφερόμενα (Γενικού ή/και Ειδικού υποβάθρου) <u>και ΠΕ</u>
	Διασφάλιση Ποιότητας	Εντερική και Παρεντερική Διατροφή		
	Ανάπτυξη Επαγγελματικών Δεξιοτήτων	Φυσιολογία της Άσκησης και Πρωταθλητισμός		
	Πρώτες Βοήθειες			
	Επιχειρηματικότητα			

### 9.3 Προπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών ανά Εξάμηνο

#### ΥΠΟΜΝΗΜΑ

Θ, Εργ : Ώρες Θεωρίας, Εργαστηριακής Εξάσκησης

Φ.Ε : Φόρτος εργασίας για το σύνολο του ακαδημαϊκού εξαμήνου

ECTS: Πιστωτικές Μονάδες

ΜΓΥ: Μάθημα Γενικής Υποδομής

ΜΕΥ: Μάθημα Ειδικής Υποδομής

ΜΕ: Μάθημα Ειδικότητας

Υ: Υποχρεωτικό μάθημα

ΕΥ: Επιλογής Υποχρεωτικό Μάθημα

ΠΡ: Προαιρετικό Μάθημα

#### 1ο Εξάμηνο (7 Υποχρεωτικά Μαθήματα)

A/A	ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Μάθημα	Χαρακτηρισμός	Θ	ΕΡΓ	ΩΡΕΣ	Φ.Ε	ECTS
1	277-190101	ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ	ΜΕΥ (Υ)	3		3	120	4
2	277-190102	ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ	ΜΓΥ (Υ)	3		4	120	4
3	277-190103	ΓΕΝΙΚΗ ΚΑΙ ΑΝΟΡΓΑΝΗ ΧΗΜΕΙΑ	ΜΓΥ (Υ)	3	3	6	180	6
4	277-190104	ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΥΤΤΑΡΟΥ	ΜΓΥ (Υ)	2		2	90	3
5	277-190105	ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ	ΜΓΥ (Υ)	2	2	4	120	4
6	277-190106	ΜΙΚΡΟΒΙΟΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ	ΜΓΥ (Υ)	2	2	4	150	5
7	277-190107	ΓΕΝΕΤΙΚΗ	ΜΓΥ (Υ)	3		3	120	4
		<b>ΣΥΝΟΛΟ</b>				<b>25</b>	<b>900</b>	<b>30</b>

#### 2ο Εξάμηνο (6 Υποχρεωτικά Μαθήματα)

A/A	ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Μάθημα	Χαρακτηρισμός	Θ	ΕΡΓ	ΩΡΕΣ	Φ.Ε	ECTS
1	277-190201	ΠΡΟΣΘΕΤΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΑΙ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ	ΜΕΥ (Υ)	3		3	120	4
2	277-190202	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΑ ΤΡΟΦΙΜΑ	ΜΕΥ (Υ)	2		2	90	3
3	277-190203	ΟΡΓΑΝΙΚΗ ΧΗΜΕΙΑ	ΜΓΥ (Υ)	3	3	6	210	7
4	277-190204	ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΧΗΜΕΙΑ ΚΑΙ ΕΝΟΡΓΑΝΗ ΑΝΑΛΥΣΗ	ΜΓΥ (Υ)	3	3	6	180	6
5	277-190205	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ	ΜΕΥ (Υ)	3	2	5	180	6
6	277-190206	ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΞΕΝΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ	ΜΓΥ (Υ)	3		3	120	4
		<b>ΣΥΝΟΛΟ</b>				<b>25</b>	<b>900</b>	<b>30</b>

**3ο Εξάμηνο (7 Υποχρεωτικά Μαθήματα και 1 Προαιρετικό Μάθημα)**

A/A	ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Μάθημα	Χαρακτηρισμός	Θ	ΕΡΓ	ΩΡΕΣ	Φ.Ε	ECTS
1	277-190301	ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΚΑΙ ΣΥΝΤΑΞΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟΥ	ΜΕ (Υ)	3	3	6	210	7
2	277-190302	ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	ΜΕΥ (Υ)	3		2	90	3
3	277-190303	ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ	ΜΓΥ (Υ)	3		3	120	4
4	277-190304	ΤΟΞΙΚΟΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ	ΜΓΥ (Υ)	2		2	90	3
5	277-190305	ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΒΙΟΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ	ΜΓΥ (Υ)	3		3	120	4
6	277-190306	ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ	ΜΓΥ (Υ)	3	3	6	180	6
7	277-190307	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ	ΜΓΥ (Υ)	1	2	3	90	3
8	277-190308	ΞΕΝΗ ΓΛΩΣΣΑ	ΜΓΥ (ΠΡ)	3		3		
		<b>ΣΥΝΟΛΟ</b>				<b>25</b>	<b>900</b>	<b>30</b>

**4ο Εξάμηνο (6 Υποχρεωτικά Μαθήματα)**

A/A	ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Μάθημα	Χαρακτηρισμός	Θ	ΕΡΓ	ΩΡΕΣ	Φ.Ε	ECTS
1	277-190401	ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΕΓΚΥΟΥ ΚΑΙ ΠΑΙΔΙΟΥ	ΜΕ (Υ)	3		3	120	4
2	277-190402	ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ	ΜΕ (Υ)	3	3	6	210	7
3	277-190403	ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΗΜΟΣΙΑ ΥΓΕΙΑ	ΜΕΥ (Υ)	2		2	90	3
4	277-190404	ΑΡΧΕΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ	ΜΕΥ (Υ)	3	3	6	180	6
5	277-190405	ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ ΜΑΚΡΟΘΡΕΠΤΙΚΩΝ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ	ΜΓΥ (Υ)	3	3	6	180	6
6	277-190406	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΘΡΕΨΗΣ	ΜΕΥ (Υ)	3		3	120	4
		<b>ΣΥΝΟΛΟ</b>				<b>26</b>	<b>900</b>	<b>30</b>

**5ο Εξάμηνο (6 Υποχρεωτικά Μαθήματα)**

A/A	ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Μάθημα	Χαρακτηρισμός	Θ	ΕΡΓ	ΩΡΕΣ	Φ.Ε	ECTS
1	277-190501	ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΤΗΝ ΕΝΗΛΙΚΗ ΚΑΙ ΥΠΕΡΗΛΙΚΗ ΖΩΗ	ΜΕ (Υ)	3		3	120	4
2	277-190502	ΔΙΑΤΡΟΦΗ, ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ	ΜΕ (Υ)	3		3	120	4
3	277-190503	ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΗΘΙΚΗ	ΜΓΥ (Υ)	3		3	120	4
4	277-190504	ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΑΘΟΛΟΓΙΚΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ Ι	ΜΕ (Υ)	3	3	6	210	7
5	277-190505	ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΑΙ ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ	ΜΕΥ (Υ)	3	3	6	210	7
6	277-190506	ΔΙΑΤΡΟΦΟΓΕΝΕΤΙΚΗ	ΜΕΥ (Υ)	3		3	120	4
		<b>ΣΥΝΟΛΟ</b>				<b>24</b>	<b>900</b>	<b>30</b>

**6ο Εξάμηνο (6 Υποχρεωτικά Μαθήματα και 1 Επιλογής Υποχρεωτικό από τα 2 προσφερόμενα)**

A/A	ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Μάθημα	Χαρακτηρισμός	Θ	ΕΡΓ	ΩΡΕΣ	Φ.Ε	ECTS
1	277-190601	ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΑΘΟΛΟΓΙΚΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ ΙΙ	ΜΕ (Υ)	3	3	6	210	7
2	277-190602	ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΓΩΓΗ - ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ	ΜΕ (Υ)	2		2	90	3
3	277-190603	ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	ΜΕ (Υ)	3	3	6	180	6
4	277-190604	ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	ΜΕ (Υ)	2	3	4	150	5
5	277-190605	ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	ΜΕΥ (Υ)	2		2	90	3
6	277-190606	ΑΝΘΡΩΠΙΝΟ ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ	ΜΕΥ (Υ)	2		2	90	3
7	277-190607	ΤΡΟΦΙΜΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ	ΜΕΥ (ΕΥ)	2		2	90	3
8	277-190608	ΕΡΓΟΜΕΤΡΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	ΜΕΥ (ΕΥ)	2		2	90	3
		<b>ΣΥΝΟΛΟ</b>				<b>24</b>	<b>900</b>	<b>30</b>

**7ο Εξάμηνο (5 Υποχρεωτικά Μαθήματα και 1 Επιλογής Υποχρεωτικό από τα 2 προσφερόμενα)**

A/A	ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Μάθημα	Χαρακτηρισμός	Θ	ΕΡΓ	ΩΡΕΣ	Φ.Ε	ECTS
1	277-190701	ΘΡΕΠΤΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΟΥ ΑΣΘΕΝΟΥΣ	ΜΕ (Υ)	3	3	5	180	6
2	277-190702	ΔΙΑΙΤΑ ΚΑΙ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ	ΜΕ (Υ)	3		3	120	4
3	277-190703	ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ	ΜΕΥ (Υ)	3	3	6	180	6
4	277-190704	ΜΑΖΙΚΗ ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ	ΜΕ (Υ)	3	3	6	180	6
5	277-190705	ΒΙΟΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	ΜΕΥ (Υ)	2	2	4	150	5
6	277-190706	ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ	ΜΕΥ (ΕΥ)	2		2	90	3
7	277-190707	ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ ΜΙΚΡΟΘΡΕΠΤΙΚΩΝ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ	ΜΕΥ (ΕΥ)	2		2	90	3
		<b>ΣΥΝΟΛΟ</b>				<b>26</b>	<b>900</b>	<b>30</b>

**8ο Εξάμηνο (Πρακτική Άσκηση και Πτυχιακή Εργασία και 2 μαθήματα Επιλογής Υποχρεωτικά από τα 8 προσφερόμενα ή Πρακτική Άσκηση και 5 μαθήματα Επιλογής Υποχρεωτικά από τα 8 προσφερόμενα)**

A/A	ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Μάθημα	Χαρακτηρισμός	Θ	ΕΡΓ	ΩΡΕΣ	Φ.Ε	ECTS
1	277-190801	ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ, ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΚΑΙ ΔΗΜΟΣΙΑ ΥΓΕΙΑ	ΜΕΥ (ΕΥ)	2		2	75	3
2	277-190802	ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ	ΜΓΥ (ΕΥ)	2		2	75	3
3	277-190803	ΕΝΤΕΡΙΚΗ ΚΑΙ ΠΑΡΕΝΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	ΜΕΥ (ΕΥ)	2		2	75	3
4	277-190804	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ	ΜΕΥ (ΕΥ)	2		2	75	3
5	277-190805	ΔΙΑΣΦΑΛΙΣΗ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ	ΜΓΥ (ΕΥ)	2		2	75	3
6	277-190806	ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ	ΜΓΥ (ΕΥ)	2		2	75	3
7	277-190807	ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ	ΜΓΥ (ΕΥ)	2		2	75	3
8	277-190808	ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ	ΜΓΥ (ΕΥ)	2		2	75	3
9	277-1908ΠΕ	ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ	ΜΕ (ΕΥ)				225	9
10	277-1908ΠΑ	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ	ΜΕ (Υ)				525	15
		<b>ΣΥΝΟΛΟ</b>					<b>900</b>	<b>30</b>

## 10. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ ΣΤΟ ΤΜΗΜΑ

Στο Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας της Σχολής Επιστημών Υγείας του Δι.ΠΑ.Ε. λειτουργούν σήμερα δύο (2) μεταπτυχιακά προγράμματα σπουδών (2<sup>ος</sup> Κύκλος Σπουδών στα Α.Ε.Ι.).

### 10.1 Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Διατροφή και Διαιτολογία»

Το αντικείμενο του ΠΜΣ είναι η παροχή προηγμένων γνώσεων σε επιστημονικά πεδία που καλύπτουν ανάγκες στις Επιστήμες Διατροφής και τη Διαιτολογία. Απευθύνεται σε πτυχιούχους μίας σειράς Τμημάτων που άπτονται αυτών των επιστημονικών τομέων. Αναλυτικές πληροφορίες θα βρείτε στο διαδικτυακό τόπο του Τμήματος <https://nutr.ihu.gr/msc-nd/>

#### 10.1.1 Ιστορία

Το Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών (ΠΜΣ) «Διατροφή και Διαιτολογία», εγκρίθηκε από το Υπουργείο Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων και επανιδρύθηκε σύμφωνα με το ΦΕΚ 3468/τ.Β'/20-08-2020.

#### 10.1.2 Αντικείμενο – Σκοπός Μεταπτυχιακού Προγράμματος

Το Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών (ΠΜΣ) «Διατροφή και Διαιτολογία», προσφέρει τρεις κατευθύνσεις:

1. Μεσογειακή Διατροφή και Τουρισμός
2. Αθλητική Διατροφή
3. Κλινική Διαιτολογία

Σκοπός του ΠΜΣ «Διατροφή και Διαιτολογία» είναι:

- ✓ η παροχή υψηλού επιπέδου επιστημονική κατάρτιση με εξειδικευμένες γνώσεις που θα εφαρμοστούν στη διαχείριση και στο σχεδιασμό διατροφικών παρεμβάσεων σε ατομικό ή/και ομαδικό επίπεδο
- ✓ η παροχή διεπιστημονικής εκπαίδευσης με σκοπό να βελτιωθεί η δυνατότητα συνεργασίας των φοιτητών με επαγγελματίες άλλων κλάδων του χώρου της Υγείας, του Αθλητισμού, του Τουρισμού αλλά και της βασικής έρευνας
- ✓ η ενίσχυση της έρευνας για την παραγωγή νέας γνώσης και την προαγωγή νέων και διεπιστημονικών συνεργασιών στον ευρύτερο χώρο της Διατροφής
- ✓ η δημιουργία ισχυρού υπόβαθρου στην επιστήμη της Διατροφής και Διαιτολογίας για αποφοίτους άλλων επιστημών

Οι απόφοιτοι του ΠΜΣ θα είναι σε θέση να στελεχώσουν θέσεις σε νευραλγικούς τομείς του δημοσίου και ιδιωτικού τομέα, καθώς και να εργασθούν ως ελεύθεροι επαγγελματίες, στην ανάπτυξη και προώθηση της έρευνας σε όλα τα πεδία των Επιστημών Διατροφής & της Διαιτολογίας.

### 10.1.3 Μεταπτυχιακός Τίτλος που απονέμεται

Στους αποφοίτους δίδεται Δίπλωμα Μεταπτυχιακών Σπουδών (ΔΜΣ), ανάλογα με την ειδίκευση που παρακολούθησαν :

- I. «Διατροφή και Διαιτολογία με ειδίκευση στην Κλινική Διαιτολογία»
- II. «Διατροφή και Διαιτολογία με ειδίκευση στη Μεσογειακή Διατροφή και τον Τουρισμό»
- III. «Διατροφή και Διαιτολογία με ειδίκευση στην Αθλητική Διατροφή»

### 10.1.4 Κατηγορίες Πτυχιούχων που γίνονται δεκτοί

Στο ΠΜΣ γίνονται δεκτοί:

1. Κάτοχοι τίτλων πρώτου κύκλου σπουδών Α.Ε.Ι. της ημεδαπής
2. Κάτοχοι τίτλων πρώτου κύκλου σπουδών ομοταγών Ιδρυμάτων της αλλοδαπής. Δίπλωμα Μεταπτυχιακών Σπουδών δεν απονέμεται σε φοιτητή του οποίου ο τίτλος σπουδών πρώτου κύκλου από ίδρυμα της αλλοδαπής δεν έχει αναγνωρισθεί από το Διεπιστημονικό Οργανισμό Αναγνώρισης Τίτλων Ακαδημαϊκών και Πληροφόρησης (Δ.Ο.Α.Τ.Α.Π.), σύμφωνα με το Ν. 3328/2005 (Α' 80).
3. Μέλη των κατηγοριών Ε.Ε.Π., Ε.ΔΙ.Π. και Ε.Τ.Ε.Π., εφόσον πληρούν τις προϋποθέσεις του πρώτου εδαφίου της παρ. 1 του άρθρου 34, μπορούν να εγγραφούν ως υπεράριθμοι και μόνο ένας κατ' έτος ανά Π.Μ.Σ., που οργανώνεται σε Τμήματα του Ιδρύματος που υπηρετούν, το οποίο είναι συναφές με τον τίτλο σπουδών και το έργο που επιτελούν στο οικείο Ίδρυμα.

### 10.1.5 Χρονική διάρκεια σπουδών

Το ΠΜΣ προσφέρεται σε δύο κύκλους: **Εντατικό** και **Τμηματικό**.

Για τον **Εντατικό Κύκλο** η ελάχιστη χρονική διάρκεια για την απονομή του ΔΜΣ, ορίζεται σε δύο (2) διδακτικά εξάμηνα. Ο μέγιστος χρόνος φοίτησης στο ΠΜΣ δεν μπορεί να υπερβεί τα τέσσερα (4) διδακτικά εξάμηνα.

Για τον **Κύκλο Τμηματικής φοίτησης** η ελάχιστη χρονική διάρκεια για την απονομή του ΜΔΕ, ορίζεται σε τέσσερα (4) διδακτικά εξάμηνα. Ο μέγιστος χρόνος φοίτησης στο ΠΜΣ δεν μπορεί να υπερβεί τα έξι (6) διδακτικά εξάμηνα.

### 10.1.6 Πρόγραμμα Μαθημάτων ανά εξάμηνο

Το Πρόγραμμα Σπουδών του ΠΜΣ «Διατροφή και Διαιτολογία» δίδεται στον πίνακα που ακολουθεί και περιγράφεται αναλυτικά στον Οδηγό Σπουδών (<https://nutr.ihu.gr/msc-nd/study-guide/>). Δεν υπάρχει η δυνατότητα παρακολούθησης μαθημάτων διαφορετικής κατεύθυνσης από αυτή που έχει επιλέξει ο/η μεταπτυχιακός/κη φοιτητής/τρια, και η γλώσσα διδασκαλίας του Προγράμματος γίνεται στην ελληνική.

#### Αναλυτικό πρόγραμμα Εντατικού Κύκλου Φοίτησης:

ΠΜΣ στη Διατροφή και τη Διαιτολογία
Ειδίκευση «Κλινική Διατροφή»
Α' ΕΞΑΜΗΝΟ



Τίτλος μαθήματος	Τύπος μαθήματος	Ώρες διδασκαλίας	ECTS	Διδάσκων (ενδεικτικά)
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΚΟΚΟΚΥΡΗΣ ΛΑΜΠΡΟΣ ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΑΦΡΑΤΗ ΤΕΡΕΖΑ ΤΖΙΟΜΑΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	Υ (υποχρεωτικό)	20	6	ΠΑΓΚΑΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ Ι	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΚΑΤΣΑΓΩΝΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ
ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ Ι	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΚΟΜΝΗΝΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΤΖΙΟΜΑΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΤΖΩΤΖΑΣ ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΗΣ
ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΓΟΝΙΔΙΩΜΑΤΙΚΗ	Υ (υποχρεωτικό)	20	6	ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ ΒΑΡΔΑΚΑ ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΘΥΜΙΑ
<b>Σύνολο ECTS Εξαμήνου</b>			<b>36</b>	
<b>Β' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>				
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΙΙ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΗΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ
ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΙΙ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΚΟΜΝΗΝΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΚΟΥΛΟΥΡΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΚΟΙΔΟΥ ΕΙΡΗΝΗ ΤΖΩΤΖΑΣ ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΗΣ
ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ & ΔΙΑΤΡΙΒΗ	Υ (υποχρεωτικό)		30	ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ
<b>Σύνολο ECTS Εξαμήνου</b>			<b>54</b>	
<b>Σύνολο ECTS Έτους</b>			<b>90</b>	
<b>Ειδίκευση «Αθλητική Διατροφή»</b>				
<b>Α' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>				
Τίτλος μαθήματος	Τύπος μαθήματος	Ώρες διδασκαλίας	ECTS	Διδάσκων (ενδεικτικά)
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΚΟΚΟΚΥΡΗΣ ΛΑΜΠΡΟΣ ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΤΖΙΟΜΑΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	Υ (υποχρεωτικό)	20	6	ΠΑΓΚΑΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ Ι	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ Ι	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΚΟΜΝΗΝΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΤΖΙΟΜΑΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΤΖΩΤΖΑΣ ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΗΣ
ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΓΟΝΙΔΙΩΜΑΤΙΚΗ	Υ (υποχρεωτικό)	20	6	ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ ΒΑΡΔΑΚΑ ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΘΥΜΙΑ
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>36</b>	
<b>Β' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>				
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΙΙ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ
ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ ΜΕΘΕΝΙΤΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ ΚΟΙΔΟΥ ΕΙΡΗΝΗ
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΙΙ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΚΟΜΝΗΝΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΚΟΥΛΟΥΡΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ
ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ	Υ (υποχρεωτικό)	20	6	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ ΜΕΘΕΝΙΤΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ ΜΟΥΓΙΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ
ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ	Υ (υποχρεωτικό)		24	ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>54</b>	
Σύνολο ECTS Έτους			<b>90</b>	
<b>Ειδίκευση «Μεσογειακή Διατροφή και Τουρισμός»</b>				
<b>Α' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>				
Τίτλος μαθήματος	Τύπος μαθήματος	Ώρες διδασκαλίας	ECTS	Διδάσκων (ενδεικτικά)
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΚΟΚΟΚΥΡΗΣ ΛΑΜΠΡΟΣ ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΤΖΙΟΜΑΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	Υ (υποχρεωτικό)	20	6	ΠΑΓΚΑΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ Ι	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ

				ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ
ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΣΤΟΝ ΤΟΥΡΙΣΜΟ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΚΟΜΝΗΝΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΤΖΙΟΜΑΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΤΖΩΤΖΑΣ ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΗΣ
ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΓΟΝΙΔΙΩΜΑΤΙΚΗ	Υ (υποχρεωτικό)	20	6	ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ ΒΑΡΔΑΚΑ ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΘΥΜΙΑ
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>36</b>	
<b>Β' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>				
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ II	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ
ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΑ ΤΡΟΦΙΜΑ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΒΑΡΔΑΚΑ ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΚΑΡΑΣΤΟΓΙΑΝΝΙΔΟΥ ΚΑΛΛΙΟΠΗ ΚΥΡΑΝΑΣ ΕΥΣΤΡΑΤΙΟΣ ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΟΠΟΥΛΟΥ ΑΔΑΜΑΝΤΙΝΗ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΩΝ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΣΤΙΣ ΜΟΝΑΔΕΣ ΜΑΖΙΚΗΣ ΕΣΤΙΑΣΗΣ	Υ (υποχρεωτικό)	20	6	ΚΑΡΑΣΤΟΓΙΑΝΝΙΔΟΥ ΚΑΛΛΙΟΠΗ ΚΥΡΑΝΑΣ ΕΥΣΤΡΑΤΙΟΣ ΓΕΡΟΘΑΝΑΣΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ
ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΜΟΝΑΔΩΝ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΑΒΔΗΜΙΩΤΗΣ ΣΠΥΡΟΣ ΚΑΣΣΙΑΝΙΔΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ
ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ	Υ (υποχρεωτικό)		24	ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>54</b>	
Σύνολο ECTS Έτους			<b>90</b>	

### Αναλυτικό πρόγραμμα Τμηματικού Κύκλου Φοίτησης:

<b>ΠΜΣ στη Διατροφή και τη Διαιτολογία</b>				
<b>Ειδίκευση «Κλινική Διατροφή»</b>				
<b>Α' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>				
Τίτλος μαθήματος	Τύπος μαθήματος	Ώρες διδασκαλίας	ECTS	Διδάσκων (ενδεικτικά)
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΚΟΚΟΚΥΡΗΣ ΛΑΜΠΡΟΣ ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΤΖΙΟΜΑΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	Υ (υποχρεωτικό)	20	6	ΠΑΓΚΑΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	Υ	30	8	ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ

ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ Ι	(υποχρε- ωτικό)			ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>22</b>	
<b>Β' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>				
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΙΙ	Υ (υποχρε- ωτικό)	30	8	ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ
ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΙΙ	Υ (υποχρε- ωτικό)	30	8	ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΚΟΜΝΗΝΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΚΟΥΛΟΥΡΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>16</b>	
<b>Γ' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>				
Τίτλος μαθήματος	Τύπος μαθή- ματος	Ώρες διδασκαλίας	ECTS	Διδάσκων (ενδεικτικά)
ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ Ι	Υ (υποχρε- ωτικό)	30	8	ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΚΟΜΝΗΝΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΤΖΙΟΜΑΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΤΖΩΤΖΑΣ ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΗΣ
ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΓΟΝΙΔΙΩΜΑΤΙΚΗ	Υ (υποχρε- ωτικό)	20	6	ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ ΒΑΡΔΑΚΑ ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΘΥΜΙΑ
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>14</b>	
<b>Δ' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>				
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ	Υ (υποχρε- ωτικό)	30	8	ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΚΟΙΔΟΥ ΕΙΡΗΝΗ ΤΖΩΤΖΑΣ ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΗΣ
ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ & ΔΙΑΤΡΙΒΗ	Υ (υποχρε- ωτικό)		30	ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>38</b>	
Σύνολο ECTS Δύο Ετών			<b>90</b>	
<b>Ειδίκευση «Αθλητική Διατροφή»</b>				
<b>Α' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>				
Τίτλος μαθήματος	Τύπος μαθή- ματος	Ώρες διδασκαλίας	ECTS	Διδάσκων (ενδεικτικά)
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	Υ (υποχρε- ωτικό)	30	8	ΚΟΚΟΚΥΡΗΣ ΛΑΜΠΡΟΣ ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΤΖΙΟΜΑΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	Υ (υποχρε- ωτικό)	20	6	ΠΑΓΚΑΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ Ι	Υ (υποχρε- ωτικό)	30	8	ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ

	ωτικό)				ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>22</b>		
<b>Β' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>					
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ II	Υ (υποχρε- ωτικό)	30	8	ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ	
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ II	Υ (υποχρε- ωτικό)	30	8	ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΚΟΜΝΗΝΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΚΟΥΛΟΥΡΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ	
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>16</b>		
<b>Γ' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>					
Τίτλος μαθήματος	Τύπος μαθή- ματος	Ώρες διδασκαλίας	ECTS	Διδάσκων (ενδεικτικά)	
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ I	Υ (υποχρε- ωτικό)	30	8	ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΚΟΜΝΗΝΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΤΖΙΟΜΑΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΤΖΩΤΖΑΣ ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΗΣ	
ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΓΟΝΙΔΙΩΜΑΤΙΚΗ	Υ (υποχρε- ωτικό)	20	6	ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ ΒΑΡΔΑΚΑ ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΘΥΜΙΑ	
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>14</b>		
<b>Δ' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>					
ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ	Υ (υποχρε- ωτικό)	30	8	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ ΜΕΘΕΝΙΤΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ ΚΟΙΔΟΥ ΕΙΡΗΝΗ	
ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ	Υ (υποχρε- ωτικό)	20	6	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ ΜΕΘΕΝΙΤΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ ΜΟΥΓΙΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ	
ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ	Υ (υποχρε- ωτικό)		24	ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ	
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>38</b>		
Σύνολο ECTS Δύο Ετών			<b>90</b>		
<b>Ειδίκευση «Μεσογειακή Διατροφή και Τουρισμός»</b>					
<b>Α' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>					
Τίτλος μαθήματος	Τύπος μαθή- ματος	Ώρες διδασκαλίας	ECTS	Διδάσκων (ενδεικτικά)	
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	Υ (υποχρε- ωτικό)	30	8	ΚΟΚΟΚΥΡΗΣ ΛΑΜΠΡΟΣ ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΤΖΙΟΜΑΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	Υ (υποχρε- ωτικό)	20	6	ΠΑΓΚΑΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	

ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ Ι	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>22</b>	
<b>Β' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>				
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΙΙ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ
ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΑ ΤΡΟΦΙΜΑ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΒΑΡΔΑΚΑ ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΚΑΡΑΣΤΟΓΙΑΝΝΙΔΟΥ ΚΑΛΛΙΟΠΗ ΚΥΡΑΝΑΣ ΕΥΣΤΡΑΤΙΟΣ ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΟΠΟΥΛΟΥ ΑΔΑΜΑΝΤΙΝΗ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>16</b>	
<b>Γ' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>				
Τίτλος μαθήματος	Τύπος μαθήματος	Ώρες διδασκαλίας	ECTS	Διδάσκων (ενδεικτικά)
ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΣΤΟΝ ΤΟΥΡΙΣΜΟ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΜΙΛΙΑ ΚΟΜΝΗΝΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΤΖΙΟΜΑΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΤΖΩΤΖΑΣ ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΗΣ
ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΓΟΝΙΔΙΩΜΑΤΙΚΗ	Υ (υποχρεωτικό)	20	6	ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΡΙΤΣΑ ΑΓΑΘΗ ΒΑΡΔΑΚΑ ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΘΥΜΙΑ
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>14</b>	
<b>Δ' ΕΞΑΜΗΝΟ</b>				
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΩΝ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΣΤΙΣ ΜΟΝΑΔΕΣ ΜΑΖΙΚΗΣ ΕΣΤΙΑΣΗΣ	Υ (υποχρεωτικό)	20	6	ΚΑΛΛΙΤΣΗΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΚΑΡΑΣΤΟΓΙΑΝΝΙΔΟΥ ΚΑΛΛΙΟΠΗ ΚΥΡΑΝΑΣ ΕΥΣΤΡΑΤΙΟΣ ΓΕΡΟΘΑΝΑΣΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ
ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΜΟΝΑΔΩΝ	Υ (υποχρεωτικό)	30	8	ΑΒΔΗΜΙΩΤΗΣ ΣΠΥΡΟΣ ΚΑΣΣΙΑΝΙΔΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ
ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ	Υ (υποχρεωτικό)		24	ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ
Σύνολο ECTS Εξαμήνου			<b>38</b>	
Σύνολο ECTS Δύο Ετών			<b>90</b>	

### 10.1.7 Αριθμός εισακτέων

Στο ΠΜΣ γίνονται δεκτοί πτυχιούχοι ΑΕΙ των επιστημονικών κλάδων Διατροφής και Διαιτολογίας, Επιστημών Υγείας, Επιστήμης και Τεχνολογίας Τροφίμων, Επιστήμων Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Γεωπονικών Επιστημών, Θετικών και Βιολογικών Επιστημών.

Στο ΠΜΣ γίνονται δεκτοί 50 φοιτητές και στους δύο κύκλους φοίτησης, κατά προτίμηση 25 σε Κάθε κύκλο, με δυνατότητα απόκλισης. Επιπλέον μπορεί να γίνονται δεκτοί: ένας (1) υπότροφος του ΙΚΥ που πέτυχε στο σχετικό διαγωνισμό μεταπτυχιακών σπουδών εσωτερικού στο γνωστικό αντικείμενο του ΠΜΣ και, ένας (1) αλλοδαπός υπότροφος του Ελληνικού κράτους, σύμφωνα με το Ν 3685/148/16-7-2008, άρθρο 4, παράγραφος 3.

### 10.1.8 Προσωπικό

Η διδασκαλία των μαθημάτων στηρίζεται στις γνώσεις των μελών ΔΕΠ και των συνεργαζόμενων διδασκόντων με το Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας. Προκειμένου να καλυφθεί η πολυεπιστημονικότητα του πεδίου της Διατροφής και Διαιτολογίας αλλά και να εξασφαλιστεί η σφαιρικότητα των παρεχόμενων γνώσεων, το Τμήμα προσκαλεί εξέχοντες επιστήμονες από άλλα Α.Ε.Ι. και άλλα Τμήματα του ΔΙ.ΠΑ.Ε. για να παρουσιάσουν εξειδικευμένα θέματα πάνω στο ερευνητικό τους και επαγγελματικό τους αντικείμενο.

## 10.2 Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών στην «Κοσμητολογία»

Το ΠΜΣ έχει ως αντικείμενο την παροχή προωθημένων γνώσεων σε επιστημονικά πεδία που καλύπτουν ανάγκες στην επιστήμη της Κοσμητολογίας σε πτυχιούχους μίας σειράς Τμημάτων που άπτονται των επιστημονικών της τομέων. Αναλυτικές πληροφορίες θα βρείτε στο διαδικτυακό τόπο του Τμήματος <http://cosm.ihu.gr/>

### 10.2.1 Ιστορία

Το Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών (ΠΜΣ) στη Κοσμητολογία έχει λάβει την έγκριση Ίδρυσης από το Διεθνές Πανεπιστήμιο της Ελλάδος και του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων σύμφωνα με το ΦΕΚ 3886/Β/20-08-2021

### 10.2.2 Αντικείμενο – Σκοπός Μεταπτυχιακού Προγράμματος

Το ΠΜΣ προσφέρει δύο κατευθύνσεις σπουδών:

1. Παρασκευή και Αξιολόγηση Καλλυντικών Προϊόντων
2. Εφαρμογές της Κοσμητολογίας στη Δερματολογία

Σκοπός του ΠΜΣ «Κοσμητολογία» είναι να παρέχει :

- ✓ υψηλού επιπέδου επιστημονική κατάρτιση με εξειδικευμένες γνώσεις που θα εφαρμοστούν στη διαχείριση και στο σχεδιασμό καλλυντικών προϊόντων

- ✓ διεπιστημονική εκπαίδευση με σκοπό οι απόφοιτοι να βελτιώσουν τη δυνατότητα συνεργασίας με επαγγελματίες άλλων κλάδων από το χώρο της Υγείας, αλλά και της βασικής έρευνας
- ✓ την ενίσχυση της έρευνας για την παραγωγή νέας γνώσης και την προαγωγή νέων και διεπιστημονικών συνεργασιών στον ευρύτερο χώρο των επιστημών
- ✓ τη δημιουργία ισχυρού υπόβαθρου στην επιστήμη της Κοσμητολογίας και για αποφοίτους άλλων επιστημών
- ✓ τα κατάλληλα εφόδια, προκειμένου οι απόφοιτοι να είναι σε θέση να στελεχώσουν θέσεις σε νευραλγικούς τομείς του δημοσίου και ιδιωτικού τομέα, καθώς και να εργασθούν ως ελεύθεροι επαγγελματίες, στην ανάπτυξη και προώθηση της έρευνας σε όλα τα πεδία του ΠΜΣ

### 10.2.3 Μεταπτυχιακός Τίτλος που απονέμεται

Στους αποφοίτους θα δίδεται Δίπλωμα Μεταπτυχιακών Σπουδών (ΔΜΣ), ανάλογα με την ειδίκευση που παρακολούθησαν :

- I. «Κοσμητολογία με ειδίκευση στην Παρασκευή και Αξιολόγηση Καλλυντικών Προϊόντων»
- II. «Κοσμητολογία με ειδίκευση στις Εφαρμογές της Κοσμητολογίας στη Δερματολογία»

### 10.2.4 Κατηγορίες Πτυχιούχων που γίνονται δεκτοί

Στο ΠΜΣ γίνονται δεκτοί, μετά από επιλογή, πτυχιούχοι Τμημάτων ΑΕΙ της ημεδαπής συναφούς με το ΠΜΣ γνωστικού αντικειμένου, καθώς και πτυχιούχοι ομοταγών αναγνωρισμένων ιδρυμάτων της αλλοδαπής.

### 10.2.5 Χρονική διάρκεια σπουδών

Η ελάχιστη χρονική διάρκεια για την απονομή του ΔΜΣ, ορίζεται σε τρία (3) διδακτικά εξάμηνα. Ο μέγιστος χρόνος φοίτησης στο ΠΜΣ δεν μπορεί να υπερβεί τα πέντε (5) διδακτικά εξάμηνα.

### 10.2.6 Πρόγραμμα Μαθημάτων ανά εξάμηνο

Το αναλυτικό Πρόγραμμα Σπουδών του ΠΜΣ «Κοσμητολογία» δίδεται στον πίνακα που ακολουθεί και περιγράφεται αναλυτικά στον Οδηγό Σπουδών (<http://cosm.ihu.gr/info/>), όπως και το περιεχόμενο των μαθημάτων και τα εξάμηνα σπουδών. Δεν υπάρχει η δυνατότητα παρακολούθησης μαθημάτων διαφορετικής κατεύθυνσης από αυτή που έχει επιλέξει ο/η μεταπτυχιακός/κη φοιτητής/τρια, και η γλώσσα διδασκαλίας του Προγράμματος γίνεται στην ελληνική. Οι πιστωτικές μονάδες του προγράμματος είναι συνολικά 90 ECTS.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ»

ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ	ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΜΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΑΡΙΘΜΟΣ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ	ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ECTS



ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ	ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΜΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΑΡΙΘΜΟΣ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ	ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ECTS
Μεθοδολογία Έρευνας – Στοιχεία Φυσικών Επιστημών	Γενικού Υπόβαθρου	13	26	8
Στοιχεία Δερματολογίας και Μικροβιολογίας	Γενικού Υπόβαθρου	13	26	8
Επιχειρηματικότητα και Κοσμητολογία	Ειδικού Υπόβαθρου	13	26	7
Συστατικά Καλλυντικών Προϊόντων	Ειδικού Υπόβαθρου	13	26	7
Συνέργεια Διατροφής και Κοσμητολογίας στις Δερματολογικές Παθήσεις	Ειδικού Υπόβαθρου	13	26	8
Καινοτόμα Καλλυντικά και Καλλυντικά Προϊόντα Φυσικής Προέλευσης	Εξειδίκευσης	13	26	7
Παρασκευή Καλλυντικών και Στοιχεία Νομοθεσίας	Εξειδίκευσης	13	26	7
Ποιοτικός Έλεγχος Καλλυντικών Προϊόντων - Μέθοδοι Ενόργανης Ανάλυσης στην Κοσμητολογία	Εξειδίκευσης	13	26	8
<b>Διπλωματική Εργασία / Πρακτική Άσκηση</b>	Εξειδίκευσης			30

#### ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΤΗΣ ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ ΣΤΗ ΔΕΡΜΑΤΟΛΟΓΙΑ»

ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ	ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΜΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΑΡΙΘΜΟΣ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ	ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ECTS
Μεθοδολογία Έρευνας – Στοιχεία Φυσικών Επιστημών	Γενικού Υπόβαθρου	13	26	8
Στοιχεία Δερματολογίας και Μικροβιολογίας	Γενικού Υπόβαθρου	13	26	8
Επιχειρηματικότητα και Κοσμητολογία	Ειδικού Υπόβαθρου	13	26	7
Ειδικά Θέματα Κοσμητολογίας	Ειδικού	13	26	7

ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ	ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΜΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΑΡΙΘΜΟΣ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ	ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ECTS
	Υπόβαθρου			
Συνέργεια Διατροφής και Κοσμητολογίας στις Δερματολογικές Παθήσεις	Ειδικού Υπόβαθρου	13	26	8
Καινοτόμα Καλλυντικά και Καλλυντικά Προϊόντα Φυσικής Προέλευσης	Εξειδίκευσης	13	26	7
Παρασκευή Καλλυντικών και Στοιχεία Νομοθεσίας	Εξειδίκευσης	13	26	7
Παθοφυσιολογία στην Αντιγήρανση	Εξειδίκευσης	13	26	8
Διπλωματική Εργασία / Πρακτική Άσκηση	Εξειδίκευσης			30

### 10.2.7 Αριθμός εισακτέων

Ο αριθμός εισακτέων στο ΠΜΣ ορίζεται κατ' ανώτατο όριο σαράντα (40) ανά έτος.

Επί πλέον μπορεί να γίνονται δεκτοί:

- ✓ ένας (1) υπότροφος του ΙΚΥ που πέτυχε στο σχετικό διαγωνισμό μεταπτυχιακών σπουδών
- ✓ εσωτερικού στο γνωστικό αντικείμενο του ΠΜΣ και,
- ✓ ένας (1) αλλοδαπός υπότροφος του Ελληνικού κράτους, σύμφωνα με το Ν 3685/148/16-7-2008, άρθρο 4, παράγραφος 3.

Επιπλέον του αριθμού των εισακτέων γίνονται δεκτοί και μέλη ΕΕΠ, ΕΔΙΠ και ΕΤΕΠ που είναι κάτοχοι τίτλου του πρώτου κύκλου σπουδών ΑΕΙ, σύμφωνα με τα οριζόμενα στην παρ. 8 του άρθρου 34 του ν. 4485/2017

### 10.2.8 Προσωπικό

Η διδασκαλία των μαθημάτων στηρίζεται στις γνώσεις των μελών ΔΕΠ και των συνεργαζόμενων διδασκόντων με το Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας. Προκειμένου να καλυφθεί η πολυεπιστημονικότητα του πεδίου της Διατροφής και Διαιτολογίας αλλά και να εξασφαλιστεί η σφαιρικότητα των παρεχόμενων γνώσεων, το Τμήμα προσκαλεί εξέχοντες επιστήμονες από άλλα ΑΕΙ και άλλα Τμήματα του Δι.ΠΑ.Ε. για να παρουσιάσουν εξειδικευμένα θέματα πάνω στο ερευνητικό τους και επαγγελματικό τους αντικείμενο.

Ο κατάλογος διδασκόντων από το υφιστάμενο ΠΜΣ, δίδεται στον Οδηγό Σπουδών (<http://cosm.ihu.gr/info/>).

## 11. ΔΙΔΑΚΤΟΡΙΚΕΣ ΣΠΟΥΔΕΣ ΣΤΟ ΤΜΗΜΑ

Η εκπόνηση Διδακτορικής Διατριβής (3<sup>ο</sup> Κύκλος Σπουδών στα ΑΕΙ) στο Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας της Σχολής Επιστημών Υγείας του ΔΙ.ΠΑ.Ε., βασίζεται στον Κανονισμό Διδακτορικών Σπουδών που έχει δημοσιευθεί στην Εφημερίδα της Κυβερνήσεως (ΦΕΚ 3479/τ.Β'/21-08-2020).

### Δικαίωμα Υποβολής Αίτησης

Για την υποβολή αίτησης για εκπόνηση Διδακτορικής Διατριβής στο Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας της Σχολής Επιστημών Υγείας του ΔΙ.ΠΑ.Ε., απαιτείται:

1. Πτυχίο Ελληνικού ΑΕΙ ή ομοταγούς Πανεπιστημίου της Αλλοδαπής αναγνωρισμένο από το ΔΟΑΤΑΠ στο ευρύτερο πεδίο των Επιστημών Διατροφής και τη Διαιτολογία ή σε συναφές αντικείμενο. Ο βαθμός του πτυχίου θα πρέπει να είναι μεγαλύτερος ή ίσος με «7.0» (επτά). Κατ' εξαίρεση μπορεί να επιτραπεί από τη Συνέλευση του Τμήματος χαμηλότερος του επτά βαθμός, κατόπιν αιτιολογημένης τεκμηρίωσης.

2. Κατοχή Μεταπτυχιακού Διπλώματος στο ευρύτερο πεδίο των Επιστημών Διατροφής και της Διαιτολογίας Ελληνικού ΑΕΙ ή ομοταγούς Πανεπιστημίου της αλλοδαπής αναγνωρισμένο από το ΔΟΑΤΑΠ ή ενιαίο και αδιάσπαστο τίτλο σπουδών μεταπτυχιακού επιπέδου του άρθρου 46 του Ν4485/17. Ο βαθμός του Μεταπτυχιακού Διπλώματος θα πρέπει να είναι:

- Για σπουδές στην Ελλάδα, μεγαλύτερος ή ίσος με «8.0» (οκτώ).
- Για σπουδές στο Ηνωμένο Βασίλειο μεγαλύτερος ή ίσος με «55%» και για σπουδές στις ΗΠΑ υψηλότερος ή ίσος με «B».
- Για σπουδές σε άλλες χώρες, υψηλότερος ή ίσος με το «B» των ΗΠΑ.

3. Καλή γνώση της Αγγλικής γλώσσας όπως αυτό τεκμαίρεται από πιστοποιητικό επιπέδου B2 σύμφωνα με τα πρότυπα του ΑΣΕΠ. Από την υποχρέωση αυτή εξαιρούνται οι κάτοχοι προπτυχιακού ή μεταπτυχιακού τίτλου Αγγλόφωνου Προγράμματος Σπουδών αναγνωρισμένου από τον ΔΟΑΤΑΠ. Σε περίπτωση που οι ενδιαφερόμενοι δεν διαθέτουν πιστοποιητικό, για να τεκμηριωθεί η καλή γνώση της Αγγλικής γλώσσας εξετάζονται από τριμελή επιτροπή που ορίζει η Γενική Συνέλευση. Σε περίπτωση αποτυχίας στην εξέταση που θα διενεργήσει η τριμελής επιτροπή, η απόφαση σχετικά με την αίτηση των ενδιαφερομένων λαμβάνεται από τη Συνέλευση του Τμήματος.

### Χρονική διάρκεια

1. Η ελάχιστη χρονική διάρκεια για την απόκτηση του Διδακτορικού Διπλώματος είναι τα τρία (3) πλήρη ημερολογιακά έτη από την ημερομηνία ορισμού της Τριμελούς Συμβουλευτικής Επιτροπής, ενώ δεν μπορεί να υπερβαίνει τα έξι (6) ημερολογιακά έτη.

2. Για σοβαρούς λόγους ο/η Υποψήφιος/α Διδάκτορας (ΥΔ) έχει το δικαίωμα, με πλήρως τεκμηριωμένη και αιτιολογημένη αίτησή του/της, η οποία συνοδεύεται από τη σύμφωνη γνώμη του επιβλέποντος, να ζητήσει αναστολή φοίτησης για συγκεκριμένο χρονικό διάστημα. Κατόπιν εισήγησης της Επιτροπής Διδακτορικών Σπουδών και με τεκμηριωμένη απόφαση της Συνέλευσης του Τμήματος, είναι δυνατή η αναστολή φοίτησης για περίοδο δύο συν ενός (2+1) ετών. Ο χρόνος υποχρεωτικής στράτευσης, όπως και η προβλεπόμενη από τη νομοθεσία άδεια μητρότητας θεωρούνται αυτοδίκαια ως χρόνος διακοπής σπουδών, πέραν του τυχόν πιο πάνω χρόνου αναστολής σπουδών της περιόδου δύο συν ενός (2+1) ετών και ως εκ τούτου δεν προσμετράται στον μέγιστο συνολικό χρόνο εκπόνησης της Διδακτορικής Διατριβής.

3. Κατά την περίοδο αναστολής ο/η Υποψήφιος/α Διδάκτορας (ΥΔ) χάνει προσωρινά τα δικαιώματα και τις παροχές που προβλέπονται σύμφωνα με το ν. 4485/2017. Η αναστολή μπορεί να διακοπεί ύστερα από αίτηση επανεγγραφής του/της Υποψήφιου/ας Διδάκτορα (ΥΔ) προς τη Συνέλευση του Τμήματος. Μετά το πέρας της εγκεκριμένης αναστολής, ο/η Υποψήφιος/α Διδάκτορας (ΥΔ) οφείλει να υποβάλει αίτηση επανεγγραφής στο Τμήμα.
4. Σε περίπτωση υπέρβασης της χρονικής διάρκειας φοίτησης, η Συνέλευση του Τμήματος δύναται να αποφασίσει τη διαγραφή ή συνέχιση των σπουδών, κατόπιν αιτιολογημένης αίτησης του/της Υποψηφίου/ας Διδάκτορα (ΥΔ).
5. Η τριμελής Επιτροπή Διδακτορικών Σπουδών (ΕΔΣ) μπορεί να αιτηθεί στη Συνέλευση του Τμήματος αλλαγή της γλώσσας συγγραφής της Διατριβής.

Περισσότερες πληροφορίες για τις Διδακτορικές Σπουδές θα βρείτε στο διαδικτυακό τόπο του Τμήματος <https://nutr.ihu.gr/el/studies/postgrad/phd/>

## 12. ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ ΦΟΙΤΗΤΙΚΗ ΜΕΡΙΜΝΑ

### 12.1 Γραφείο Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων (Erasmus)

Στόχος του Τμήματος είναι η σύνδεση του Ιδρύματος και η ανάπτυξη συνεργασιών με αντίστοιχα εκπαιδευτικά ιδρύματα της Ευρώπης, καθώς και άλλων χωρών σε προπτυχιακό και μεταπτυχιακό επίπεδο. Στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+, αναπτύσσονται συνεργασίες με ευρωπαϊκά ιδρύματα, σε δράσεις όπως: η Κινητικότητα φοιτητών για σπουδές και για πρακτική άσκηση, η Κινητικότητα καθηγητών για διδασκαλία μικρής διάρκειας, οι Προπαρασκευαστικές επισκέψεις, το Ευρωπαϊκό σύστημα μεταφοράς ακαδημαϊκών μονάδων, τα Εντατικά προγράμματα, η Ανάπτυξη προγραμμάτων σπουδών, από κοινού με άλλα Ιδρύματα. Μέσω του προγράμματος Erasmus, οι φοιτητές έχουν τη δυνατότητα να διεξάγουν ένα μέρος των σπουδών τους στο εξωτερικό σε συνεργαζόμενο ανώτατο εκπαιδευτικό ίδρυμα ή/και να πραγματοποιήσουν πρακτική άσκηση σε εκπαιδευτικό ή ερευνητικό ίδρυμα, εργαστήριο, οργανισμό, επιχείρηση, ή σε άλλο σχετικό χώρο εργασίας στο εξωτερικό.

### 12.2 Βιβλιοθήκη

Η βιβλιοθήκη της Αλεξάνδρειας Πανεπιστημιούπολης του Δι.Πα.Ε. βρίσκεται στο κεντρικό κτίριο της Αλεξάνδρειας Πανεπιστημιούπολης. Διαθέτει πλήθος βιβλίων, καθώς και συνδρομή σε διεθνή επιστημονικά περιοδικά. Σε μεγάλο βαθμό, οι ανάγκες πρόσβασης στην διεθνή βιβλιογραφία καλύπτονται πλέον μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας Hellenic Academic Libraries Link (Heal-Link) και των βάσεων δεδομένων που υποστηρίζει (Web of Knowledge, Scopus). Με αυτόν τον τρόπο, δίνεται στα μέλη ΔΕΠ, στους ερευνητές και στους φοιτητές η δυνατότητα ηλεκτρονικής πρόσβασης σε έναν μεγάλο αριθμό ακαδημαϊκών εκδόσεων που καλύπτουν σε πλήρως τα γνωστικά αντικείμενα του Τμήματος.

### 12.3 Ιατροφαρμακευτική Περίθαλψη

Στην Αλεξάνδρεια Πανεπιστημιούπολη λειτουργεί Τμήμα Ιατροφαρμακευτικής Περίθαλψης με στόχο την υγειονομική περίθαλψη, αλλά και την ψυχολογική υποστήριξη των φοιτητών.

### 12.4 Κέντρο Λειτουργίας Δικτύου – Ηλεκτρονικές Υπηρεσίες

Το Κέντρο Λειτουργίας Δικτύου (NOC) της Αλεξάνδρειας Πανεπιστημιούπολης του Δι.Πα.Ε. έχει την ευθύνη της εύρυθμης λειτουργίας των δικτυακών και υπολογιστικών υποδομών και των ηλεκτρονικών υπηρεσιών των Τμημάτων καθώς και της οιασδήποτε υποστήριξης των χρηστών αντιστοίχων υπηρεσιών.

Το προσωπικό και οι φοιτητές δικαιούνται να αποκτήσουν Ιδρυματικό Λογαριασμό Χρήστη μέσω του οποίου παρέχονται όλες οι παραπάνω υπηρεσίες. Αναλυτικές πληροφορίες για τις παρεχόμενες υπηρεσίες πληροφορικής και τηλεπικοινωνιών στην Αλεξάνδρεια Πανεπιστημιούπολη είναι διαθέσιμες στην ιστοσελίδα του [Κέντρου Λειτουργίας Δικτύου](#).

### 13. ΔΙΕΘΝΗΣ ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ Π.Π.Σ. ΚΑΙ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΕΣ

Το Τμήμα είναι ενεργό μέλος του EFAD-Education Association Members (Δίκτυο Συνεργαζόμενων Πανεπιστημιακών Ιδρυμάτων του Ευρωπαϊκού Συνδέσμου Διαιτολόγων), ενός δικτύου Πανεπιστημίων με προγράμματα σπουδών στη Διατροφή και τη Διαιτολογία από όλη την Ευρώπη, με σκοπό τη συνεργασία για τη διαμόρφωση προγραμμάτων σπουδών που θα ανταποκρίνονται αποτελεσματικά στις ανάγκες της αγοράς εργασίας, σε διεθνές επίπεδο.

Το εύρος των συνεργασιών του Τμήματος στην έρευνα είναι μεγάλο και ακόμη περισσότερες είναι οι ευκαιρίες μελλοντικής συνεργασίας με φορείς του εσωτερικού αλλά και του εξωτερικού. Ενδεικτικά αναφέρεται ότι μόνο για την περίοδο από το 2019 και μετά, το Τμήμα συμμετέχει σε έργα μαζί με άλλους 198 φορείς εκ των οποίων οι 38 είναι από την Ελλάδα, οι 12 από την Ιταλία, οι 11 από την Αρμενία, οι 10 από τη Γερμανία, οι 9 από την Πορτογαλία και οι υπόλοιποι 103 φορείς από 29 άλλες χώρες (Βέλγιο, Γαλλία, Ρωσία, Ηνωμένο Βασίλειο, Ουζμπεκιστάν κ.ά.)

Οι διδάσκοντες έχουν συντονίσει με την ιδιότητα του επιστημονικά υπεύθυνου άνω των 90 ερευνητικών έργων και συμμετείχαν στην κύρια ερευνητική ομάδα άλλων 213 έργων. Από το 2019 και μετά, είναι ενεργά 41 ερευνητικά έργα με εθνική ή ευρωπαϊκή χρηματοδότηση. Από το περιεχόμενο των ενεργών έργων φαίνεται ότι η ερευνητική δραστηριότητα είναι προσανατολισμένη στα πεδία: αντιμετώπιση της παιδική παχυσαρκίας, ανάλυση δεδομένων εξατομικευμένης διατροφής, καταγραφή διατροφικών αναγκών και προτιμήσεων ειδικών πληθυσμιακών ομάδων, ανάπτυξη παρεμβάσεων φροντίδας, πρόληψης και θεραπευτικής διατροφής, βιοδραστικό περιεχόμενο τροφίμων, ανάδειξη χαρακτηριστικών παραδοσιακών τροφίμων, λειτουργικά τρόφιμα, αποτίμηση της ασφάλειας του περιβάλλοντος και των τροφίμων.

## 14. ΠΑΡΑΠΟΜΠΗ ΣΤΟΥΣ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΥΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ

Για την εύρυθμη λειτουργία του Τμήματος και για ενημέρωση των φοιτητών και του ευρύτερου κοινού, το Τμήμα εφαρμόζει τους παρακάτω [Κανονισμούς](#), οι οποίοι στην πλήρη ανάλυσή τους βρίσκονται διαθέσιμοι στην ιστοσελίδα του Τμήματος.

1. Εσωτερικός Κανονισμός του Διεθνούς Πανεπιστημίου της Ελλάδος
2. Κανονισμός Λειτουργίας Προγράμματος Σπουδών
3. Κανονισμός Εκπόνησης εργασίας στο πλαίσιο μαθήματος
4. Κανονισμός Εκπόνησης Πτυχιακών Εργασιών
5. Κανονισμός Πρακτικής Άσκησης
5. Κανονισμός Κινητικότητας Μέσω Προγράμματος Erasmus
6. Κανονισμός Λειτουργίας Θεσμού Ακαδημαϊκού Συμβούλου
7. Κανονισμός Λειτουργίας Μηχανισμού Διαχείρισης Παραπόνων και Ενστάσεων Φοιτητών
8. Κανονισμός Εκπόνησης Διδακτορικής Διατριβής

## 15. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

### ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ

#### 15.1 Μαθήματα 1ου Εξαμήνου

277-190101 - ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ  
277-190102 - ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ  
277-190103 - ΓΕΝΙΚΗ ΚΑΙ ΑΝΟΡΓΑΝΗ ΧΗΜΕΙΑ  
277-190104 - ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΥΤΤΑΡΟΥ  
277-190105 - ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ  
277-190106 - ΜΙΚΡΟΒΙΟΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ  
277-190107 - ΓΕΝΕΤΙΚΗ

##### 15.1.1 ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ (277-190101)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/el/course/277-190101/>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Βασικές έννοιες και αρχές της διατροφής. Η ιστορία της διατροφής. Η θέση της στη γραπτή και προφορική παράδοση. Η ιστορία της διατροφής ως επιστήμης. Διαχρονική εξέλιξη και επιτεύγματα. Διεθνείς οργανισμοί. Χρήση του διαδικτύου στην επιστήμη της διατροφής και διαιτολογίας.

Παράγοντες που επηρεάζουν τη διατροφή του ανθρώπου (ψυχολογικοί, κοινωνικοοικονομικοί, πολιτιστικοί, κ.ά.). Χαρακτηριστικά της σωστής διατροφής. Ενεργειακό ισοζύγιο, άσκηση και σωματικό βάρος.

Ο ρόλος των θρεπτικών συστατικών στην υγεία του ανθρώπου. Τα τρόφιμα ως πηγές θρεπτικών συστατικών. Ορισμός των ημερήσιων συνιστώμενων τιμών ανά φύλο, ηλικία, επίπεδο υγείας αλλά και άσκησης.

Μέθοδοι εκτίμησης των απαιτήσεων σε ενέργεια και θρεπτικά συστατικά. Χρήση πινάκων τροφίμων. Συνέπειες ανεπαρκούς πρόσληψης αλλά και υπερπρόσληψης ενέργειας και μακρο και μικρο θρεπτικών συστατικών.

Διαιτητικές οδηγίες για διατήρηση της υγείας και πρόληψη των ασθενειών. Ενίσχυση του ανοσοποιητικού συστήματος μέσω της ισορροπημένης διατροφής. Εισαγωγή στη διατροφική αγωγή στα πλαίσια της πρόληψης και αντιμετώπισης παθήσεων.

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το μάθημα «Εισαγωγή στην επιστήμη της Διατροφής και της Διαιτολογίας» στοχεύει στην εξοικείωση των φοιτητών με τις βασικές αρχές της διατροφής και διαιτολογίας, τα θρεπτικά συστατικά, και το βιολογικό τους ρόλο καθώς και τις διαιτητικές πηγές των θρεπτικών συστατικών. Επίσης στοχεύει στο να κατανοήσουν οι φοιτητές/τριες την επιρροή των κοινωνικοοικονομικών παραγόντων στην πρόσληψη τροφής και να εξοικειωθούν με τη βασική μεθοδολογία της διατροφικής έρευνας. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής/τρια θα έχει γνώση των διαιτητικών πηγών των μακρο και μικρο θρεπτικών συστατικών, το βιολογικό ρόλο των θρεπτικών συστατικών, τις συνέπειες της ανεπάρκειας αλλά και της υπερπρόσληψής τους. Τέλος θα είναι ικανός/ή να υπολογίσει τις απαιτήσεις σε ενέργεια και θρεπτικά συστατικά ενός ατόμου και να κατανοήσει την έννοια των θρεπτικών



αναγκών καθώς και των συνιστώμενων ημερήσιων τιμών στα θρεπτικά συστατικά και να χρησιμοποιεί τους πίνακες σύνθεσης τροφίμων για την ανάλυση της διατροφικής πρόσληψης του ατόμου.

### 15.1.2 ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ (277-190102)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190102>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Γενικά για τα τρόφιμα. Ζωικά και φυτικά τρόφιμα. Συστατικά των τροφίμων (νερό, πρωτεΐνες, σάκχαρα, λιπίδια, βιταμίνες, ανόργανα στοιχεία, φυσικές χρωστικές, ουσίες οσμής & γεύσης, τοξικές ενώσεις, αλλεργιογόνα, ουσίες που προκαλούν τροφική δυσανεξία).

Ομάδες τροφίμων (Κρέας, Γάλα, Αλιεύματα, Αυγά, Μέλι, Φρούτα-Λαχανικά, Δημητριακά, Όσπρια, Ξηροί καρποί, Ευφραντικά, Αρτυματικές ύλες).

Αίτια αλλοίωσης των τροφίμων (φυσικά, χημικά, βιολογικά). Πιθανές αλλοιώσεις των θρεπτικών συστατικών τους. Πιθανές αλλοιώσεις των ομάδων τροφίμων και οι συνέπειες των αλλοιώσεων. Μέθοδοι επεξεργασίας και συντήρησης των τροφίμων (αφυδάτωση, χαμηλές θερμοκρασίες, χρήση υψηλών θερμοκρασιών, ζυμώσεις, ακτινοβόληση, προσθήκη ουσιών, ειδικές μέθοδοι επεξεργασίας, νέες τεχνολογίες). Επίδραση των μεθόδων συντήρησης στη ποιότητα των τροφίμων.

Συσκευασία των τροφίμων. Υλικά συσκευασίας και αλληλεπιδράσεις με τα τρόφιμα. Οι εξελίξεις στη συσκευασία των τροφίμων.

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η κατανόηση της σύστασης των ζωικών και φυτικών τροφίμων και των αλλοιώσεων που μπορεί να υποστούν, καθώς και των αιτίων που προκαλούν τις αλλοιώσεις. Ανάλυση των σημαντικότερων μεθόδων επεξεργασίας των τροφίμων, που αποτελούν παράλληλα και μεθόδους συντήρησης. Κατανόηση της επίδρασης των μεθόδων επεξεργασίας και της συσκευασίας στην ποιότητα και τη θρεπτική αξία των τροφίμων.

### 15.1.3 ΓΕΝΙΚΗ ΚΑΙ ΑΝΟΡΓΑΝΗ ΧΗΜΕΙΑ (277-190103)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190103>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

*Θεωρία*

Η επιστήμη της Χημείας (γενική ανασκόπηση) Ταξινόμηση και καταστάσεις της ύλης.

Επιστημονικοί υπολογισμοί. Ατομικές θεωρίες.

Χημικοί δεσμοί και διαμοριακές δυνάμεις. Ονοματολογία ανόργανων ενώσεων.

Γραφή αντιδράσεων, κατηγορίες αντιδράσεων. Ιδιότητες αερίων, στερεών και υγρών.

Θερμοχημεία.

Διαλύματα και κolloειδή συστήματα διασποράς. Χημική κινητική και χημική ισορροπία.

Διάσταση και ιοντισμός ηλεκτρολυτών.

Αντιδράσεις εξουδετέρωσης, επίδραση κοινού ιόντος, ρυθμιστικά διαλύματα.

*Εργαστήριο*

Κανόνες ασφαλείας στο Χημικό Εργ/ριο, Ονοματολογία σκευών, Ζύγιση. Προσδιορισμός Πυκνότητας.

Ποιοτική ανάλυση στοιχείων. Διαλύματα.

Προσδιορισμός υγρασίας.

Σταθμικός προσδιορισμός Cu.

Προσδιορισμός Κρυσταλλικού νερού. Μέτρηση pH.

Φασματοσκοπία Υπεριώδους – Ορατού. Φασματοσκοπία Υπερύθρου.

Χημική Κινητική. Χημική Ισορροπία.

Ρυθμιστικά Διαλύματα.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Σκοπός του μαθήματος είναι η απόκτηση βασικών γνώσεων Χημείας και η κατανόηση των χημικών φαινομένων, η κατανόηση της σχέσης μικρόκοσμου και μακρόκοσμου, καθώς και η εξάρτηση που εμφανίζουν οι ιδιότητες των υλικών σωμάτων από τη δομή και την αλληλεπίδραση των μορίων που τα αποτελούν. Επίσης, σκοπός είναι η κατανόηση της κινητικής των αντιδράσεων και της συμπεριφοράς των χημικών ενώσεων. Στο εργαστηριακό μέρος του μαθήματος θα επιτευχθεί η σύνδεση της θεωρίας με την πρακτική εφαρμογή των γνώσεων, η εκμάθηση του τρόπου λειτουργίας και συμπεριφοράς σε ένα εργαστήριο χημείας και η επαφή των φοιτητών με βασικές εργαστηριακές τεχνικές της χημείας. Με την επιτυχή ολοκλήρωση της διδασκαλίας οι εκπαιδευόμενοι θα έχουν αποκτήσει βασικές γνώσεις χημείας, ώστε να κατανοούν τη συμπεριφορά των χημικών ενώσεων και των αντιδράσεων. Επιπρόσθετα, θα μπορούν σύμφωνα με τη δομή της ένωσης να αντιληφθούν τις χημικές διεργασίες στις οποίες λαμβάνουν μέρος και να περιγράψουν τα χημικά φαινόμενα. Τέλος, θα μπορούν να εφαρμόσουν τις βασικές εργαστηριακές τεχνικές, ακολουθώντας ορθή εργαστηριακή πρακτική.

#### 15.1.4 ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΥΤΤΑΡΟΥ (277-190104)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190104>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Η ΧΗΜΕΙΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ. Τα στοιχεία C, H, O, N. Ιεραρχία της μοριακής οργάνωσης του κυττάρου. Νερό και Ιδιότητες. Πρωτογενή Βιομόρια. Βιολογικά Μακρομόρια.

ΕΥΚΑΡΥΩΤΙΚΟ ΚΥΤΤΑΡΟ - ΔΟΜΗ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ. Κυτταρική Θεωρία. Γενικά Χαρακτηριστικά Ευκαρυωτικών Κυττάρων. Δομή και Σύσταση Βιολογικών Μεμβρανών. Λειτουργικότητα Πλασματικής Μεμβράνης. Μεταφορά ουσιών διαμέσου της κυτταρικής μεμβράνης (Διάχυση, Παθητική Μεταφορά, Ώσμωση, Ενεργός Μεταφορά, Ενδοκύττωση, Εξωκύττωση). Επικοινωνία Κυττάρων. Κυτταροπλασματικά Συστήματα Μεμβρανών - Δομή και Λειτουργία. Ενδοπλασματικό Δίκτυο. Συστήματα Golgi. Λυσοσώματα. Οργανίδια και Ενέργεια. Μιτοχόνδρια - Δομή και Λειτουργία. Πυρήνας. Ριβοσώματα. Υπεροξυσώματα. Κενοτόπια. Κυτταροσκελετός. Παραδείγματα νοσημάτων που συνδέονται με δυσλειτουργίες των κυτταρικών οργανιδίων.

ΚΥΤΤΑΡΙΚΟΙ ΚΥΚΛΟΙ ΚΑΙ ΚΥΤΤΑΡΙΚΗ ΔΙΑΙΡΕΣΗ. Μίτωση, Μείωση, Κυτταρικός θάνατος ΠΡΟΚΑΡΥΩΤΙΚΟΙ ΜΙΚΡΟΟΡΓΑΝΙΣΜΟΙ, ΙΟΙ, PRIONS. Βακτήρια. Δομή και λειτουργία, Ποικιλότητα Μεταβολισμού. Αρχαία. Ιοί: Δομή Ιών, Διπλασιασμός Ιών, Βακτηριοφάγοι, Ιοί Ζώων. PRIONS

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στο μάθημα παρέχονται βασικές γνώσεις της βιολογίας του κυττάρου. Με το πέρας της διδασκαλίας του μαθήματος οι φοιτητές θα γνωρίζουν τη δομή και τη λειτουργία των υποκυτταρικών οργανιδίων, καθώς επίσης και των μεταξύ τους αλληλεπιδράσεων για την οργάνωση και τη διατήρηση της κυτταρικής λειτουργίας. Γενικές ικανότητες : α) Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις, β) Λήψη αποφάσεων, γ) Αυτόνομη εργασία, δ) Ομαδική εργασία, ε) Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης, στ) Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών.

### 15.1.5 ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ (277-190105)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190105>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Εισαγωγή στην επιστήμη της Πληροφορικής

Είδη και τρόπος λειτουργίας των υπολογιστών και ηλεκτρονικών συσκευών

Προσδιορισμός αναγκών χρήστη και κριτήρια επιλογής εξοπλισμού

Δεδομένα και πληροφορία, διεργασίες συλλογής, καταγραφής και αποθήκευση

Λειτουργικά συστήματα και λογισμικό / εφαρμογές

Συσκευές εισόδου-εξόδου, αισθητήρες, νέες τεχνολογίες εισαγωγής και εξαγωγής δεδομένων

Επικοινωνία και δίκτυο

Παγκόσμιος ιστός, εφαρμογές και τεχνολογίες Ιστού

Χρήσεις Τεχνολογίας στις επιστήμες Υγείας

Ψηφιακή ασφάλεια, ηθική και ιδιωτικότητα

Σύγχρονα θέματα της επιστήμης της Πληροφορικής

*Εργαστηριακές ασκήσεις*

Εισαγωγή στο λειτουργικό σύστημα Windows και άλλα λειτουργικά συστήματα, βασικές αρχές

ενός παραθυρικού περιβάλλοντος, δημιουργία και διαχείριση αρχείων, δικτυακές λειτουργίες

Εισαγωγή σε βασικά λογισμικά Πληροφορικής (π.χ. εργαλεία Office) και παρουσίαση των

χαρακτηριστικών τους. Παρουσίαση και χρήση open-source / δωρεάν λογισμικών. Παρουσίαση

online λύσεων και εργαλείων workflow, versioning & backup

Δημιουργία και επεξεργασία εγγράφων κειμένου (MS Word). Εργασία με στηλοθέτες, εσοχές,

περιθώρια, σελίδες. Χρήση των εργαλείων διόρθωσης, πινάκων. Διαχείριση και εκτύπωση

εγγράφων. Παραδείγματα εφαρμογής word processing στη Διατροφή (σύνταξη διαιτολογίου)

Δημιουργία και επεξεργασία φύλλων (MS Excel). Βασικές αρχές λειτουργίας, δημιουργία

πινάκων και γραφημάτων, συναρτήσεις και υπολογιστικά εργαλεία. Παραδείγματα εφαρμογής

spreadsheets στη Διατροφή (ανάλυση μακροθρεπτικών συστατικών και διατροφικής

πρόσληψης).

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στόχος του μαθήματος είναι η ψηφιακή κατάρτιση των φοιτητών μέσα από την παρουσίαση,

τη μελέτη και την πρακτική εξάσκησή τους σε σειρά θεμάτων Πληροφορικής, όπως ο τρόπος

λειτουργίας των υπολογιστών και των κινητών / ψηφιακών συσκευών, οι μοντέρνες

τεχνολογίες εισόδου, εξόδου και αποθήκευσης δεδομένων, οι αισθητήρες και άλλες σύγχρονες

συσκευές και τεχνολογίες συλλογής και καταγραφής δεδομένων, τα δίκτυα επικοινωνιών

(συμπεριλαμβανομένου και του Παγκόσμιου Ιστού) και τα Κοινωνικά Δίκτυα. Αντικείμενο του

μαθήματος αποτελεί, επίσης, η γενικότερη χρήση των τεχνολογιών Πληροφορίας και

Επικοινωνιών (ΤΠΕ), όχι μόνο στον τομέα της Διατροφής, αλλά και σε συναφείς τομείς όπως η

υγεία, η εκπαίδευση, η ηλεκτρονική διακυβέρνηση, η υγειονομική περίθαλψη, κτλ. Στις

εργαστηριακές ασκήσεις του μαθήματος δίνονται παραδείγματα πρακτικής εφαρμογής της Πληροφορικής στο χώρο της Διατροφής και οι φοιτητές έχουν τη δυνατότητα να εξοικειωθούν με βασικά λογισμικά όπως αυτά της επεξεργασίας κειμένου (word processor) και των φύλλων επεξεργασίας (spreadsheet). Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής / -τρια θα είναι σε θέση να: Κατανοεί τα βασικά και κρίσιμα χαρακτηριστικά ενός υπολογιστή, μίας κινητής συσκευής και των αντίστοιχων λειτουργικών συστημάτων και εφαρμογών. Περιγράφει τη σχέση μεταξύ δεδομένων και πληροφοριών καθώς και των διεργασιών συλλογής, επεξεργασίας και παραγωγής πληροφορίας. Εξηγεί και να αναλύει το σκοπό των τεχνολογιών Ιστού και της χρήσης αυτών στις Επιστήμες Διατροφής. Κατανοεί και να περιγράφει τους ψηφιακούς κινδύνους ασφάλειας που σχετίζονται με ιούς και άλλο κακόβουλο λογισμικό, το απόρρητο, την υγεία και το περιβάλλον. Προσδιορίσει την τεχνολογία και τα εργαλεία που χρησιμοποιούν οι διαφορετικές.

#### 15.1.6 ΜΙΚΡΟΒΙΟΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ (277-190106)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190106>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Οι πιο σημαντικοί μικροοργανισμοί της μικροβιολογίας τροφίμων (βακτήρια, μύκητες, ζύμες).

Μορφολογικά, καλλιεργητικά, φυσιολογικά και βιοχημικά χαρακτηριστικά αυτών.

Αναπαραγωγή, σχέση με τα τρόφιμα και τη δημόσια υγεία.

Θρέψη των μικροβίων, τροφικοί τύποι αυτών και επίδραση φυσικοχημικών παραγόντων στην ανάπτυξη και τις δραστηριότητες των μικροβίων (θερμοκρασία, pH, ακτινοβολία, πίεση).

Η ανάπτυξη των μονοκύτταρων μικροοργανισμών και οι παράμετροι αυτής (αριθμός διαιρέσεων, χρόνος γενεάς, ποσοστό ανάπτυξης, ηλικία των βακτηρίων, καμπύλη και φάσεις ανάπτυξης).

Οι ιοί και οι ιογενείς λοιμώξεις.

Οι φυσικές πηγές μόλυνσης των τροφίμων (μικροβιώτες φυτών, ζώων, εδάφους, νερού, αέρα), οι αρχές συντήρησης των τροφίμων (θερμότητα, ψύχος, αναερόβιες συνθήκες κλπ.).

Τροφογενείς και υδατογενείς βακτηριακές ασθένειες (τροφολοιμώξεις και τροφοτοξινώσεις-μέτρα πρόληψης).

Ευκαρυωτικά παθογόνα: μυκητιακές και παρασιτικές ασθένειες.

Οι φυσικές πηγές μόλυνσης των χώρων δημόσιας υγείας, η ανάπτυξη ανθεκτικών μικροβίων.

Προβιοτικά - Πρεβιοτικά

*Μικροβιολογικές τεχνικές.*

Ταυτοποιήσεις των σημαντικότερων για τα τρόφιμα μικροοργανισμών.

Καταμέτρηση με την πρότυπη μέθοδο αρίθμησης αποικιών σε τρυβλία.

Μικροβιολογική εξέταση νερού.

Μικροβιολογική εξέταση προσωπικού μονάδας τροφίμων.

Μικροβιολογική εξέταση προσωπικού και χώρων νοσοκομείου.

Λήψη, κατεργασία και καλλιέργεια εκκρίμάτων του ανθρωπίνου σώματος.

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στο μάθημα παρέχονται βασικές γνώσεις της Μικροβιολογίας των Τροφίμων. Με το πέρας της διδασκαλίας του μαθήματος οι φοιτητές θα αποκτήσουν βασικές γνώσεις της μικροβιολογίας τροφίμων, με κύριους άξονες τη σχέση των μικροβίων με τα τρόφιμα, καθώς και με τον άνθρωπο.

### 15.1.7 ΓΕΝΕΤΙΚΗ (277-190107)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190107>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Η μοριακή βάση της κληρονομικότητας. Δομή και λειτουργία του DNA. Ο Mendel και η έννοια του γονιδίου. Μεντελική κληρονομικότητα και πρότυπα μονογονιδιακής κληρονόμησης. Λειτουργία των γονιδίων. Απενεργοποίηση γονιδίων και γονιδιωματική αποτύπωση. Ανθρώπινο γονιδίωμα. Από το γονίδιο στην πρωτεΐνη. Γενετική ποικιλότητα. Πολυμορφισμοί DNA. Επιδράσεις στην γονιδιακή έκφραση. Αιτίες μεταλλάξεων. Επιδιόρθωση του DNA

Πληθυσμιακή Γενετική και Πολυπαραγοντική κληρονόμηση. Επιγενετική - Σχέση περιβαλλοντικών παραγόντων, όπως η διατροφή, η κατανάλωση αλκοόλ και το κάπνισμα με τη γενετική προδιάθεση στην εκδήλωση των νοσημάτων.

Εφαρμογές της γενετικής στην Διατροφή. Παραδείγματα μονογονιδιακών, πολυγονιδιακών και πολυπαραγοντικών νοσημάτων όπως είναι η παχυσαρκία και οι μεταβολικές διαταραχές. Λήψη ατομικού και οικογενειακού ιστορικού - Γενεολογικά δέντρα. Εκτίμηση γενετικού κινδύνου.

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στο μάθημα παρέχονται βασικές γνώσεις της Γενετικής του Ανθρώπου (Κλασική και μοριακή προσέγγιση). Με το πέρας της διδασκαλίας του μαθήματος οι φοιτητές θα γνωρίζουν τους μηχανισμούς έκφρασης του γενετικού υλικού, τη ροή της γενετικής πληροφορίας και τη μεταβίβαση της στους απογόνους. Θα κατανοούν τους λόγους της διαφορετικότητας των ατόμων και τη σημασία των γενεολογικών δένδρων στην πρόληψη και αντιμετώπιση των νοσημάτων.

## 15.2 Μαθήματα 2ου Εξαμήνου

277-190201 - ΠΡΟΣΘΕΤΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΑΙ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ

277-190202 - ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΑ ΤΡΟΦΙΜΑ

277-190203 - ΟΡΓΑΝΙΚΗ ΧΗΜΕΙΑ

277-190204 - ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΧΗΜΕΙΑ & ΕΝΟΡΓΑΝΗ ΑΝΑΛΥΣΗ

277-190205 - ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ

277-190206 - ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΞΕΝΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ

### 15.2.1 ΠΡΟΣΘΕΤΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΑΙ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ (277-190201)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190201>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Είσοδοι τοξικών ουσιών στα βιολογικά συστήματα και ιδιαίτερα μέσω της τροφής, κατανομή και βιομετατροπές αυτών. Βιοσυσσώρευση. Βιομεγένθυνση. Βιοαποικοδόμηση. Δείκτες και κατηγορίες τοξικότητας. Αλληλεπιδράσεις τοξικών ουσιών και οι επιπτώσεις της εισόδου τους στα έμβια όντα και τον άνθρωπο.

Ορισμός και προέλευσης των προσθετικών υλών. Αποδεκτή ημερήσια πρόσληψη. Βασικές προϋποθέσεις και νομοθεσία εφαρμογής των πρόσθετων στα τρόφιμα. Ταξινόμηση και επισήμανση των πρόσθετων. Ουσίες που δεν θεωρούνται πρόσθετα.

Κατηγορίες πρόσθετων: Αντιοξειδωτικά, συντηρητικά, χρωστικές, πυκνωτικά, σταθεροποιητές, πηκτωματογόνα, σκληρυντικοί παράγοντες, γαλακτωματοποιητές, γαλακτωματοποιητικά άλατα, αφριστικές και αντιαφριστικές ουσίες, διογκωτικοί παράγοντες, διογκωτικά και βελτιωτικά των αλεύρων, ουσίες επικάλυψης, συμπλοκοποιητές, παράγοντες αντισυσσωμάτωσης, ουσίες οσμής και γεύσης, υγροσκοπικά μέσα, φορείς διάλυσης, αέρια συσκευασίας και προώθησης των τροφίμων, ενισχυτικά της αντίθεσης.

Τρόφιμα συμβατικής, εναλλακτικών μορφών, τοπικής και βιολογικής καλλιέργειας και εκτροφής. Νέα τρόφιμα. Γενετικά τροποποιημένα. Τρόφιμα ελάχιστα επεξεργασμένα, μαγειρεμένα, επεξεργασμένα και υπερ-επεξεργασμένα. Λειτουργικά τρόφιμα. Τρόφιμα ενισχυμένης θρεπτικής αξίας. Τρόφιμα ειδικών διατροφικών χρήσεων. Τροφοφάρμακα. Συμπληρώματα διατροφής. Η θέση των συμπληρωμάτων στον πληθυσμό. Επισήμανση και έλεγχος των συμπληρωμάτων.

Επισήμανση των διατροφικών στοιχείων. Επισήμανση λίστας συστατικών των τροφίμων. Ισχυρισμοί διατροφής και υγείας. Διαδικασία έγκρισης και επισήμανση των ισχυρισμών.

Νομοθεσία και ηθικές αξίες στο εμπόριο των τροφίμων. Νομοθεσία σε παγκόσμιο, ευρωπαϊκό και εθνικό επίπεδο και επίδραση στις διαδικασίες παραγωγής και εμπορίας των τροφίμων. Το ελεγκτικό και κυρωτικό σύστημα στη χώρα μας. Διάρθρωση του Κώδικα Τροφίμων και Ποτών. Προϋποθέσεις και διαδικασία έγκρισης κυκλοφορίας νέου προϊόντος

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Βασικές αρχές τοξικολογίας για κατανόηση των τοξικολογικών ελέγχων που προηγούνται της έγκρισης των πρόσθετων. Γνωριμία με τα λειτουργικά χαρακτηριστικά των διαφόρων κατηγοριών πρόσθετων και της νομοθεσίας που τα διέπει. Κατανόηση της σύστασης, της νομοθεσίας και των κανόνων εμπορίας διαφόρων κατηγοριών τροφίμων, με κριτήρια

κατηγοριοποίησης την προέλευση (συμβατικά, ενναλακτικών μορφών και τοπικής καλλιέργειας, βιολογικά, γενετικά τροποποιημένα, νέα τρόφιμα), το βαθμό επεξεργασίας (ελάχιστα επεξεργασμένα, επεξεργασμένα, υπερεπεξεργασμένα) και τη διατροφική τους αξία (συμβατικά, με ενισχυμένη θρεπτική αξία, λειτουργικά, ειδικών διατροφικών χρήσεων, τροφοφάρμακα, συμπληρώματα διατροφής), καθώς και της νομοθεσίας που σχετίζεται με την επισήμανση των διατροφικών στοιχείων, των ισχυρισμών διατροφής και υγείας και άλλων πληροφοριών. Κατανόηση της νομοθεσίας των τροφίμων σε παγκόσμιο, ευρωπαϊκό και εθνικό επίπεδο, του ελεγκτικού και κυρωτικού συστήματος στη χώρα μας και της διάρθρωσης του Κώδικα Τροφίμων και Ποτών και των λειτουργιών του.

### 15.2.2 ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΑ ΤΡΟΦΙΜΑ (277-190202)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190202>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Εισαγωγή στα Λειτουργικά Τρόφιμα: Ορισμοί, κατηγοριοποίηση, ρόλος, ανάπτυξη. Το νομοθετικό πλαίσιο των λειτουργικών τροφίμων: Οδηγίες της Ευρωπαϊκής αρχής για την ασφάλεια των τροφίμων (EFSA) και ισχύουσα νομοθεσία. Ισχυρισμοί διατροφής και υγείας και κανονισμοί για την επισήμανση. Διαδικασίες έγκρισης λειτουργικών τροφίμων.

Ενεργά (λειτουργικά) συστατικά των λειτουργικών τροφίμων και δράση αυτών. Παραδείγματα λειτουργικών τροφίμων (μαργαρίνες με φυτικές στερόλες, λειτουργικά ψάρια με ενισχυμένες προστατευτικές ιδιότητες έναντι των καρδιαγγειακών νοσημάτων, τρόφιμα και ποτά με διαιτητικές ίνες, τρόφιμα με λυκοπένιο, όξινα καλλιεργημένα γαλακτοκομικά, κ.α. Αναφορά σε προϊόντα της αγοράς.

Σχεδιασμός νέων λειτουργικών τροφίμων και διαδικασία έγκρισης των ισχυρισμών τους. Βασικά στάδια της διαδικασίας ανάπτυξης νέων προϊόντων. Σχεδιασμός και ανάπτυξη μοντέλου. Αξιολόγηση ενός νέου προϊόντος. Scale up στην παραγωγή. Είσοδος στην αγορά. Κύκλος ζωής.

Βιταμίνες και ανόργανα μεγαλο- και ιχνοστοιχεία. Ο ρόλος τους στην υγεία. Διαιτητικές ίνες: φυτικές ίνες (διαλυτές-αδιάλυτες). Επίδραση στην πρόληψη του διαβήτη και της καρδιαγγειακής νόσου. Φυτικές στερόλες και στανόλες. Η επίδραση των φυτοστερολών στην μείωση του κινδύνου εμφάνισης καρδιαγγειακών παθήσεων. Ω-λιπαρά οξέα. Η επίδραση των μονοακόρεστων και των πολυακόρεστων λιπαρών οξέων στην υγεία. Οι ευεργετικές επιδράσεις της κατανάλωσης ελαιολάδου και ιχθυρών στην υγεία.

Πρεβιοτικά και προβιοτικά. Προβιοτικά τρόφιμα και πρόληψη εκφυλιστικών ασθενειών. Φλαβονοειδή και φυτοοιστρογόνα. Αντιοξειδωτική, αντιφλεγμονώδης, αντικαρκινική δράση.

Λειτουργικά Τρόφιμα: Τάσεις και προοπτικές στη σύγχρονη πραγματικότητα: Υπερτρόφιμα (superfoods): Πρόσφατα δεδομένα για το ρόλο τους στην πρόληψη ασθενειών (ρόδι, μύρτιλο, κράνμπερι, τσάι, γκότζι μπέρι, ιπποφάες κ.α.). Νεοφανή Τρόφιμα (novel foods), Τροφοφάρμακα (nutraceuticals) και Γενετικά Τροποποιημένα Τρόφιμα.

Τα λειτουργικά τρόφιμα στη βιομηχανία τροφίμων: Μικροενθυλάκωση βιοδραστικών συστατικών, νανοτεχνολογία, τεχνολογία κυκλοδεξτρινών, αξιοποίηση παραπροϊόντων της βιομηχανίας ως λειτουργικά συστατικά. Κίνδυνοι από τη μη ορθή χρήση, παραγωγή και κατανάλωση των λειτουργικών τροφίμων.

Σύγχρονες διατροφικές απόψεις που υπαγορεύουν τον σχεδιασμό νέων προϊόντων τροφίμων. Βασικές αρχές και έννοιες σχετικές με την έρευνα για την ανάπτυξη καινοτόμων προϊόντων διατροφής. Προγραμματισμός έρευνας, κατάστρωση ερευνητικού προγράμματος, εκτέλεση.

Το νομοθετικό πλαίσιο για τα νέα προϊόντα διατροφής. - Καινοτόμα προϊόντα διατροφής: Μη συμβατικές πηγές πρωτεϊνών και η χρήση τους σε διάφορα τρόφιμα. Υδρολυμένες πρωτεΐνες. Ειδικά προϊόντα που περιέχουν υδρολυμένες πρωτεΐνες. Ανάκτηση πρώτων υλών (πρωτεΐνες, υδατάνθρακες) από απόβλητα βιομηχανιών τροφίμων και η χρήση τους στα τρόφιμα. Αξιοποίηση τυρογάλακτος. Σόγια και τα προϊόντα της. Σουρίμι, τεχνολογία παραγωγής του, προϊόντα αυτού. Συστατικά που υποκαθιστούν τη ζάχαρη, προϊόντα από γλυκαντικές ύλες. Υποκατάστατα του λίπους, προϊόντα χαμηλής λιποπεριεκτικότητας.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Σκοπός του μαθήματος είναι να εξοικειώσει τους φοιτητές με τον τομέα αιχμής των λειτουργικών και νεοφανών τροφίμων ο οποίος αποτελεί μια από τις πτυχές της καινοτομίας στην Επιστήμη των Τροφίμων και της Διατροφής του ανθρώπου και με τα νέα δεδομένα που οδηγούν στην μετάβαση από τα παραδοσιακά τρόφιμα στα νεοφανή προϊόντα και τις καινοτόμες τεχνολογίες. Επίσης, αποσκοπεί στην παρουσίαση των αντιπροσωπευτικότερων σημείων του ισχύοντος νομοθετικού πλαισίου σχετικά με τα λειτουργικά τρόφιμα καθώς και στην περιγραφή του τρόπου δράσης των λειτουργικών συστατικών τους. Με την επιτυχή ολοκλήρωση της διδασκαλίας οι εκπαιδευόμενοι αναμένεται να έχουν γνωρίσει και να έχουν κατανοήσει την σημασία των λειτουργικών τροφίμων στην διατροφή και την πρόληψη της υγείας ώστε να μπορούν να τα εντάξουν κατάλληλα στα διατροφικά σχήματα που αναμένεται να διαμορφώνουν ως επαγγελματίες, αλλά και να έχουν εκτιμήσει την σημασία της καινοτομίας στην ανάπτυξη νέων προϊόντων. Επίσης, αναμένεται η εξοικείωση με την διαδικασία της ανάπτυξης νέων προϊόντων και ειδικότερα προϊόντων με χρήση πρώτων υλών που προέρχονται από μη συμβατικές πηγές ή περιέχουν νέα συστατικά. Οι γνώσεις, επιστημονικές ικανότητες και δεξιότητες που θα έχουν αποκτήσει οι φοιτητές με αυτό το εισαγωγικό μάθημα θα μπορούν να αξιοποιηθούν εάν επιθυμήσουν να οδηγηθούν σε επόμενο κύκλο σπουδών σε αυτό ή σε συναφή επιστημονικά αντικείμενα.

## 15.2.3 ΟΡΓΑΝΙΚΗ ΧΗΜΕΙΑ (277-190203)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190203>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Γενικά για την Οργανική Χημεία

Ταξινόμηση και Ονοματολογία των Οργανικών Ενώσεων

Συντακτική Ισομέρεια - Γεωμετρική Ισομέρεια

Στερεοχημεία - Στερεοϊσομέρεια.

Μηχανισμοί Οργανικών Αντιδράσεων

Αντιδράσεις Αλκανίων και Αλκενίων

Αντιδράσεις Αλκινίων, Αλκαδιενίων και Αλκυλαγονιδίων

Αντιδράσεις Αλκοολών και Αιθέρων.

Αντιδράσεις Αλδιδών και Κετονών

Αντιδράσεις Καρβοξυλικών Οξέων και Εστέρων

Αντιδράσεις Αμινών και Φαινολικών Ενώσεων

*Εργαστήριο*

Ταξινόμηση, χρήση και χαρακτηριστικά οργανικών διαλυτών

Κρυστάλλωση - Ανακρυστάλλωση



Εκχύλιση υδατικού διαλύματος με οργανικό διαλύτη  
Απλή Απόσταξη - Απόσταξη με υδρατμούς - Κλασματική Απόσταξη  
Χρωματογραφία λεπτής Στοιβάδος  
Εξάχνωση  
Αντιδράσεις Αλκοολών - Αιθέρων  
Αντιδράσεις Αλδεϋδών - Κετονών  
Αντιδράσεις Σακχάρων  
Αντιδράσεις Οξείων  
Αντιδράσεις Εστέρων - Εστεροποίηση - Σαπωνοποίηση  
Χρήση Φασματοσκοπίας για διευκρίνιση δομής οργανικών ενώσεων. Παρασκευή  
Γαλακτώματος

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η απόκτηση βασικών γνώσεων Οργανικής Χημείας, όπως η ονοματολογία και η ισομέρεια, η δυνατότητα κατανόησης των απλών οργανικών αντιδράσεων και των κανόνων που τις διέπουν. Η κατανόηση της κατάταξης των οργανικών ενώσεων σε ομόλογες σειρές και η επισήμανση των κυριότερων από αυτές που απαντώνται στα τρόφιμα. Στο εργαστηριακό μέρος του μαθήματος θα επιτευχθεί η σύνδεση της θεωρίας με την πρακτική εφαρμογή των γνώσεων, η εκμάθηση βασικών διεργασιών της Οργανικής Χημείας καθώς και τεχνικές διάκρισης διαχωρισμού και παραλαβής οργανικών ενώσεων. Με την επιτυχή ολοκλήρωση της διδασκαλίας οι εκπαιδευόμενοι: α) Μπορούν να αναγνωρίζουν και να ονομάζουν τις οργανικές ενώσεις, β) Αναγνωρίζουν τις διαφορετικές διατάξεις των ενώσεων στο επίπεδο και τον χώρο, γ) Γνωρίζουν τις χαρακτηριστικές αντιδράσεις των οργανικών ενώσεων ανάλογα με τη δομή και την χαρακτηριστική τους ομάδα. Το μάθημα δίνει τα απαραίτητα εφόδια στον εκπαιδευόμενο, ώστε να αναγνωρίζουν και να προβλέπουν τη συμπεριφορά των οργανικών ενώσεων που εμφανίζονται στον οργανισμό και τα τρόφιμα, επιτρέποντας την καλύτερη κατανόηση της αλληλεπίδρασης, θρεπτικών συστατικών, τροφίμων και φαρμάκων καθώς και των αντιδράσεων του ανθρώπινου οργανισμού.

## 15.2.4 ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΧΗΜΕΙΑ & ΕΝΟΡΓΑΝΗ ΑΝΑΛΥΣΗ (277-190204)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190204>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Αναλυτικές τεχνικές στην επιστήμη των τροφίμων: Κλασσικές μέθοδοι, Ενόργανες Τρόποι έκφρασης της συγκέντρωσης συστατικών (φυσικές μονάδες, χημικές μονάδες)  
Πρωτόκολλο αναλυτικής μεθόδου (δειγματοληψία, προκατεργασία και επιλεκτική απομόνωση μικροθρεπτικών και μακροθρεπτικών συστατικών, επικύρωση μεθόδου, ανάλυση πραγματικών δειγμάτων)  
Αξιολόγηση των αναλυτικών δεδομένων: Σφάλματα και στατιστική επεξεργασία αναλυτικών δεδομένων (ακρίβεια, αναπαραγωγιμότητα, πιστότητα)  
Επιλογή Μεθόδου: Κλασσικές Μέθοδοι: σταθμική ανάλυση και εφαρμογές σε τρόφιμα, ογκομετρήσεις ασθενών οξέων – βάσεων, εξουδετέρωσης, καμπύλες ογκομέτρησης, ογκομετρήσεις καθίζησης, συμπλοκομετρία  
Ενόργανες Μέθοδοι ανάλυσης: Τεχνικές ποσοτικοποίησης μετρήσεων (άμεση τεχνική, τεχνική καμπύλη αναφοράς, τεχνική γνωστής προσθήκης, τεχνική εσωτερικού προτύπου). Μέθοδος ελαχίστων τετραγώνων. Σφάλματα και σημαντικά ψηφία. Όρια ανίχνευσης (LOD) και

προσδιορισμού (LOQ) (στατιστική ανάλυση αποτελεσμάτων). Δοκιμές σημαντικότητας και ποσοτικοί προσδιορισμοί στην Ενόργανη Ανάλυση Ποτενσιομετρία, Κουλομετρία. Φασματοφωτομετρία ορατού-υπεριώδους, φασματοφωτομετρία υπερύθρου, φθορισμομετρία, φλογοφωτομετρία - ατομική απορρόφηση και εκπομπή, υγρή και αέρια χρωματογραφία φασματομετρία μάζας. Αρχές μεθόδων και εφαρμογές στον προσδιορισμό μικροθρεπτικών και μακροθρεπτικών συστατικών.

#### *Εργαστήριο*

Προσδιορισμός Υγρασίας και ολικών στερεών

Προσδιορισμός οξύτητας χυμού και λακτικού οξέος γάλακτος με τιτλοδότηση

Προσδιορισμός σκληρότητας στο πόσιμο νερό

Προσδιορισμός ασκορβικού οξέος με φασματοφωτομετρία, μέτρηση άγνωστου δείγματος χυμού

Φασματοφωτομετρικός προσδιορισμός καφεΐνης σε δείγματα καφέ και αφεψήματα.

Εφαρμογή πρωτοκόλλου προκατεργασίας

Μέτρηση pH όξινων και αλκαλικών τροφών

Προσδιορισμός μετάλλων σε λίχνο Bunsen

Προσδιορισμός λιπών και πρωτεϊνών

Χρωματογραφική μελέτη και διαχωρισμός χρωστικών τροφίμων

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Μετά το τέλος του μικτού αυτού μαθήματος οι φοιτητές θα μπορούν να κατανοήσουν τις βασικές αρχές της αναλυτικής χημείας και ορισμένες από τις εφαρμογές της στα τρόφιμα και στη διατροφή.

## 15.2.5 ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ (277-190205)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190205>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Βασικές αρχές κυτταρικής φυσιολογίας: Κύτταρα, ιστοί, συστήματα και ομοιόσταση, Πηγές ενέργειας, Μεταφορά μέσω της κυτταρικής μεμβράνης χημικά σήματα (κυτταρικοί υποδοχείς) Φυσιολογία του καρδιαγγειακού: Όγκος και σύσταση αίματος, συστατικά του πλάσματος, ερυθρά και λευκά αιμοσφαίρια, ανοσολογικές απαντήσεις, αιμοπετάλια και αιμόσταση, Ανατομικά στοιχεία καρδιαγγειακού, συστατικότητα της καρδιάς, καρδιακός κύκλος, καρδιακή παροχή, έλεγχος της αρτηριακής πίεσης, έλεγχος της τοπικής ροής αίματος, λειτουργία των τριχοειδών αγγείων, φλεβικό σύστημα, λεμφαγγεία ροή αίματος και άσκηση.

Φυσιολογία του αναπνευστικού: σωματικής άσκηση και αναπνοή, ανταλλαγή των αερίων κατά τη διάρκεια της άσκησης, ο έλεγχος της αναπνοής κατά την άσκηση, χρέος σε O<sub>2</sub>, κυτταρική αναπνοή, ανταλλαγή ενέργειας και ρυθμός του μεταβολισμού.

Φυσιολογία των νεφρών: Υγρά του σώματος και η κατανομή τους, Χρήσιμα ανατομικά στοιχεία, πειραματική διήθηση, τροποποίηση του διηθήματος, νεφρική κάθαρση, ούρηση, άλλες νεφρικές λειτουργίες, ισορροπία υγρών και ηλεκτρολυτών, οξεοβασική ισορροπία.

Φυσιολογία του νευρομυϊκού: Ανατομικά στοιχεία και οργάνωση των νευρώνων, Αγωγιμότητα και νευροδιαβίβαση, Έλεγχος της κινητικής λειτουργίας, Αυτόνομο νευρικό σύστημα.

Φυσιολογία των ενδοκρινών αδένων: Βασικές αρχές λειτουργίας, υποθάλαμος και λειτουργίες υπόφυσης, θυρεοειδική λειτουργία, ορμονική ρύθμιση των ιόντων Ca<sup>+2</sup>, λειτουργίες του φλοιού και του μυελού των επινεφριδίων.

Φυσιολογία της αναπαραγωγής: Η ανάπτυξη του φύλου, το αναπαραγωγικό σύστημα του άνδρα, γενετήσια πράξη, το αναπαραγωγικό σύστημα της γυναίκας, εγκυμοσύνη, τοκετός και γαλουχία, φυσιολογία του νεογνού.

*Εργαστηριακές ασκήσεις*

Μελέτη προπλασμάτων και σκελετού

Μικροσκοπική παρατήρηση νωπών παρασκευασμάτων

Μικροσκοπική παρατήρηση ιστολογικών παρασκευασμάτων

Ωσμωμοριακότητα και κυτταρικός όγκος

Μέτρηση της πυκνότητας κυττάρων σε διάλυμα

Μέτρηση της αρτηριακής πίεσης

Μέτρηση του αρτηριακού σφυγμού κατά την άσκηση

Προσδιορισμός της ομάδας αίματος

Ανάλυση αιματολογικών εξετάσεων

Ατομική εργασία

Κατάθεση εργαστηριακών εκθέσεων/αναφορών, με ανάλυση των δεδομένων που συλλέχθηκαν σε κάθε εργαστηριακή άσκηση.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η γνώση του τρόπου λειτουργίας των συστημάτων του ανθρώπινου σώματος και της συνεργασίας τους για την ομοιόσταση, είναι απαραίτητη για να κατανοηθεί από έναν Διαιτολόγο η επίδραση της δίαιτας στην ομοιόσταση. Στα πλαίσια του μαθήματος διδάσκονται η ανατομία του σώματος, οι βασικές αρχές της κυτταρικής φυσιολογίας και οι μηχανισμοί της ομοιόστασης στα συστήματα του σώματος που συνδέονται πιο άμεσα με τη Διατροφή. Ο στόχος του εργαστηριακού μέρους είναι η πρακτική εξάσκηση σε πεδία από τους παραπάνω τομείς όπως: η μελέτη προπλασμάτων και ο εντοπισμός οργάνων, η μικροσκοπική παρατήρηση σε υποκυτταρικό επίπεδο και στο επίπεδο των ιστών, η ανταλλαγή ουσιών, η μέτρηση της πυκνότητας κυττάρων σε διάλυμα, η μέτρηση της συγκέντρωσης ουσιών στο αίμα, η ερμηνεία αιματολογικών αναλύσεων, η μέτρηση του σφυγμού και της αρτηριακής πίεσης, η μεθοδολογία συλλογής, ανάλυσης και παρουσίασης πειραματικών δεδομένων, η συγγραφή τεχνικών εκθέσεων, κ.ά.. Με την ολοκλήρωση της διδασκαλίας ο φοιτητής/τρια: α) θα γνωρίζει τη μορφή, τη θέση και τη λειτουργία σημαντικών οργάνων, β) θα έχει γνώση της φυσιολογίας των οργάνων σε κυτταρικό επίπεδο, γ) θα γνωρίζει τους βασικούς ομοιοστατικούς μηχανισμούς του καρδιαγγειακού και άλλων συστημάτων υπό την επίδραση ειδικών καταστάσεων (άσκηση, νοσήματα, διατροφικές διαταραχές, κ.ά.), δ) θα μπορεί να εφαρμόζει μεθόδους ανάλυσης της λειτουργίας των οργάνων.

## 15.2.6 ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΞΕΝΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ (277-190206)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190206>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Κείμενα σχετικά με την επιστήμη της διατροφής και της διαιτολογίας, όπως: Διατροφή και εγκυμοσύνη. Διατροφή, τηλεόραση και παιδιά. Διατροφικές αλλεργίες. Διατροφή και αλκοόλ. Διατροφή και αθλητισμός. Διατροφή και τρίτη ηλικία. Διατροφή και φάρμακα. Διατροφή και πρόληψη ασθενειών. Διατροφή και καρκίνος. Διατροφή και υπέρταση. Διαβήτης, Χοληστερόλη και Τριγλυκερίδια.

Συμπλήρωση αίτησης και βιογραφικού σημειώματος στη ξένη γλώσσα. Κατανόηση κειμένου με ερωτήσεις και ασκήσεις.

Λεξιλογικές ασκήσεις για την εκμάθηση της ορολογίας.

Γραμματικές ασκήσεις επί της ύλης των προηγούμενων εξαμήνων. Συγγραφή εργασιών σχετικών με τη διατροφή-διαιτολογία.

Δυνατότητα παρακολούθησης θέματος μέσω οπτικοακουστικών συστημάτων.

Μέθοδοι εκτίμησης των απαιτήσεων σε ενέργεια και θρεπτικά συστατικά. Χρήση πινάκων τροφίμων. Συνέπειες ανεπαρκούς πρόσληψης αλλά και υπερπρόσληψης ενέργειας και μακρο και μικρο θρεπτικών συστατικών.

Διαιτητικές οδηγίες για διατήρηση της υγείας και πρόληψη των ασθενειών. Ενίσχυση του ανοσοποιητικού συστήματος μέσω της ισορροπημένης διατροφής. Εισαγωγή στη διατροφική αγωγή στα πλαίσια της πρόληψης και αντιμετώπισης παθήσεων.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Να αποκτήσουν οι φοιτητές τη δυνατότητα ανάγνωσης, επικοινωνίας και παρακολούθησης διάλεξης σε ξένη γλώσσα, πάνω σε θέματα που σχετίζονται με τη διατροφή και τη διαιτολογία.

### 15.3 Μαθήματα 3ου Εξαμήνου

277-190301 - ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΚΑΙ ΣΥΝΤΑΞΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟΥ  
277-190302 - ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ  
277-190303 - ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ  
277-190304 - ΤΟΞΙΚΟΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ  
277-190305 - ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΒΙΟΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ  
277-190306 - ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ  
277-190307 - ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ  
277-190308 - ΞΕΝΗ ΓΛΩΣΣΑ

#### 15.3.1 ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΚΑΙ ΣΥΝΤΑΞΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟΥ (277-190301)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190301>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Καταγραφή ιατρικού και οικογενειακού ιστορικού

Εισαγωγή στη Διατροφική αξιολόγηση: Ανάκληση 24ώρου, ημερολόγιο καταγραφής τροφίμων (με ή χωρίς ζύγιση), σχεδιασμός και χρήση ερωτηματολογίων συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων

Ανάλυση και αξιολόγηση της διαιτητικής πρόσληψης σε μακροθρεπτικά και μικροθρεπτικά συστατικά

Εκτίμηση της εγκυρότητα μεθόδων διαιτητικής πρόσληψης

Σύσταση σώματος: Μέτρηση και αξιολόγηση βάρους, ύψους, δείκτη μάζα σώματος, και δερματικών πτυχών

Χρήση νέων τεχνολογιών, όπως η βιοηλεκτρική εμπέδηση (BIA), η απορροφησιμετρία ακτινών Χ διπλής ενέργειας (DXA) και των υπερήχων στη διατροφική αξιολόγηση

Αιματολογικοί, βιοχημικοί και κλινικοί δείκτες: Αξιολόγηση εργαστηριακών και κλινικών δεικτών που σχετίζονται με τον κίνδυνο εμφάνισης ασθενειών (πχ.αναιμία,οστεοπόρωση,δυσλιπιδαιμία)

Αρχές σύνταξης διατολογίου με βάση την διατροφική αξιολόγηση.

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Τα μάθημα αποσκοπεί στην εξοκείωση των φοιτητών με τις μεθόδους της αξιολόγηση της διατροφικής κατάστασης ενός ατόμου σ' ολο τον κύκλο ζωής (εγκυμοσύνη, θηλασμός, βρέφος, παιδί, ενήλικας και υπερήλικας) ή ομάδας ατόμων ή πληθυσμού. Στοχεύει, επίσης, στην εκπαίδευση των φοιτητών στην χρήση επιμέρους τεχνικών και εργαλείων για την ακριβή εκτίμηση της διατροφικής κατάστασης όπως: α) το ιατρικό και το οικογενειακό ιστορικό, β) τη διαιτητική πρόσληψη και τις διαιτητικές συνήθειες, γ) την εκτίμηση της φυσικής δραστηριότητας και της ενεργειακής δαπάνης, δ) την εκτίμηση του ενεργειακού ισοζυγίου, ε) τους ανθρωπομετρικούς δείκτες και δείκτες σύστασης σώματος, στ) τους αιματολογικούς και βιοχημικούς δείκτες, ζ) την εκτίμηση ψυχολογικών και περιβαλλοντικών παραμέτρων, η) την εκτίμηση της διατροφικής συμπεριφοράς.

### 15.3.2 ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (277-190302)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190302>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Εισαγωγή στη Ψυχολογία: Ιστορική αναδρομή, αντικείμενο, επικρατέστερες σχολές σκέψης και τομείς ψυχολογίας

Δεοντολογία και μεθοδολογία Ψυχολογίας

Γνωστική Συμπεριφορική Προσέγγιση: Θεωρία και πρακτικές

Γνωστικές στρεβλώσεις

Γνωστικές Λειτουργίες I: αίσθηση, αντίληψη, προσοχή

Γνωστικές Λειτουργίες II: μάθηση, μαθησιακές δεξιότητες, μνήμη, λήθη, αναπαράσταση, γλώσσα και σκέψη

Κοινωνική Ψυχολογία: κοινωνική νόηση, κοινωνική αντίληψη, κοινωνική απόδοση, κοινωνική επιρροή

Διαταραχές πρόσληψης και ρύθμισης τροφής

Διαταραχές σίτισης και πρόσληψη τροφής: κλινική εκτίμηση και αντιμετώπιση

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Σκοπός του μαθήματος Ψυχολογία και Διατροφή είναι να προσφέρει στο φοιτητή γνώσεις της επιστήμης της Ψυχολογίας προκειμένου να: α) αξιολογεί και διαχειρίζεται τα διαιτολογικά περιστατικά με ενσυναίσθηση και εξατομίκευση υπό το πλαίσιο της κατανόησης και συναισθηματικής διερεύνησης, β) ενισχυθεί γνωστικά και συναισθηματικά ώστε να γίνει ικανός να διαχειριστεί τον εαυτό του με επιτυχία μέσα στο απαιτητικό περιβάλλον της διαχείρισης θεμάτων διατροφής, γ) προσφέρει γνώσεις και προβληματισμό γύρω από θέματα που αφορούν στη διεκπεραίωση γνωστικών λειτουργιών όπως η νοημοσύνη, οι γνωστικές στρεβλώσεις, δ) προσφέρει γνώσεις γύρω από θέματα που αφορούν στις διατροφικές διαταραχές, το ψυχολογικό τους υπόβαθρο και τους τρόπους διαχείρισής τους, ε) εκπαιδευθεί σε θέματα συναισθηματικής νοημοσύνης και να παρουσιάσει τις εφαρμογές της στην ανάπτυξη επικοινωνιακών δεξιοτήτων, στ) ευαισθητοποιηθεί σε θέματα επικοινωνίας μέσα από βιωματικές ασκήσεις.

### 15.3.3 ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ (277-190303)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190303>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Υγεία και νόσος. Διαγνωστικά κριτήρια. Ιατρικό ιστορικό. Γενικά αίτια των νόσων. Τρόποι μετάδοσης.

Λοιμώδη νοσήματα. Ιώσεις. Παρασιτώσεις. Μυκητιάσεις.

Παθήσεις αίματος (αναιμία, απλαστική αναιμία, σιδηροπενική αναιμία, αιμολυτικές αναιμίες, ανεπάρκεια B12 και φυλικού οξέος, λευχαιμίες). Διαταραχές της αιμόστασης (μηχανισμός πήξης, κληρονομικές και επίκτητες διαταραχές της αιμόστασης, θρομβοφιλία, αντιπηκτικά φάρμακα).

Παθήσεις του οισοφάγου, του στομάχου και των χοληφόρων. Διάρροια, δυσκοιλιότητα και δυσσαπορρόφηση, Νοσήματα του λεπτού και του παχέος εντέρου (Δυσανεξία στη λακτόζη, φλεγμονώδης νόσος του εντέρου, ευερέθιστο έντερο, εκκολπωμάτωση, κοιλιοκάκη), Παθήσεις του ήπατος και του παγκρέατος.

Νοσήματα των αρθρώσεων, των οστών και του κολλαγόνου (ρευματικές παθήσεις, ουρική αρθρίτιδα, ρευματοειδής αρθρίτιδα, οστεοαρθρίτιδα). Οστεοπόρωση, οστεομαλακία. Ερυθηματώδης λύκος, δερματομυοσίτιδα).

Παθήσεις ενδοκρινών αδένων (θυρεοειδούς, παραθυρεοειδών, επινεφριδίων, υπόφυσης). Διαταραχές της ενδοκρινικής ρύθμισης. Οξεοβασική ισορροπία διαταραχές του ύδατος και των ηλεκτρολυτών.

Παθήσεις ουροποιητικού συστήματος (νεφρίτιδα, πυελονεφρίτιδα, κυστίτιδα, νεφρολιθίαση, οξεία και χρόνια νεφρική ανεπάρκεια).

Νοσήματα του αναπνευστικού συστήματος (βρογχίτιδα, πνευμονία, βρογχικό άσθμα, φυματίωση πνεύμονα).

Νεοπλασματικά νοσήματα, Νεοπλάσματα καλοήθη, κακοήθη, αιτιολογία, πρώιμη διάγνωση, ηλικιακές εκδηλώσεις, διαγνωστικές μέθοδοι, θεραπεία).

Νευρολογικές διαταραχές (επιληψία, νοητική άνοια, νόσος Parkinson, νοσήματα μυών και κινητικών νευρώνων, σκλήρυνση κατά πλάκας).

Ψυχικές παθήσεις και διαταραχές συμπεριφοράς. Ρύθμιση της όρεξης και του σωματικού βάρους. Αύξηση και απώλεια σωματικού βάρους, παχυσαρκία– ψυχογενής βουλιμία και ψυχογενής ανορεξία.

Ωρίμανση του ανοσολογικού συστήματος-μητρικός θηλασμός. Αντιδράσεις του ανοσολογικού στις τροφές (τροφική αλλεργία και δυσανεξία, σύνδρομο επίκτητης ανοσολογικής ανεπάρκειας. Ανοσία. Αντιδράσεις υπερευαισθησίας (αναφυλαξία, ορονοσία, αλλεργία).

Νοσήματα του ανοσολογικού συστήματος που χρήζουν ιδιαίτερης διατροφικής φροντίδας.

Δερματικές παθήσεις.

Μεταβολικά νοσήματα (αλκαπτονουρία, φαινυλκετονουρία, αιμοχρωμάτωση).

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στα πλαίσια του μαθήματος παρουσιάζονται και αναλύονται τα νοσήματα των συστημάτων του ανθρώπου. Ο σκοπός της διδασκαλίας είναι να εφοδιαστεί ο φοιτητής/-τρια, με γνώσεις για την αιτιολογία, τη γένεση και τη φυσιολογία των νοσημάτων και να αναπτύξει υπόβαθρο γνώσεων που θα του δώσει τη δυνατότητα να αναπτύξει διατροφικές παρεμβάσεις για την πρόληψη και την αντιμετώπιση των νοσημάτων. Ιδιαίτερη έμφαση θα δοθεί σε ομάδες νοσημάτων που σχετίζονται με τη διαιτητική έλλειψη ή περίσσεια αλλά και με νοσήματα που χρήζουν ιδιαίτερης διατροφικής παρέμβασης (προληπτικής ή θεραπευτικής). Με την ολοκλήρωση της διδασκαλίας ο φοιτητής/τρια θα διαθέτει εξειδικευμένες γνώσεις και θα έχει αναπτύξει δεξιότητες, χρήσιμες για τη διατροφική υποστήριξη της πρόληψης ή/και της αντιμετώπισης των νοσημάτων.

#### 15.3.4 ΤΟΞΙΚΟΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ (277-190304)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190304>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Γενικές Αρχές Τοξικολογίας. Καμπύλη Δόσης – Απόκρισης. Όρμηση. Φάσεις Τοξικής Δράσης. Εκτίμηση Τοξικότητας. Αξιολόγηση και Διαχείριση Επικινδυνότητας Τροφίμων: Σύστημα HACCP. Στοιχεία Τοξικοκινητικής ξενοβιωτών στον ανθρώπινο οργανισμό: Έκθεση. Απορρόφηση. Κατανομή. Βιομετατροπή. Απέκκριση. Αποθήκευση. Στοιχεία Τοξικοδυναμικής ξενοβιωτών στον ανθρώπινο οργανισμό: Στάδια εκδήλωση τοξικότητας σε μοριακό, ιστικό, και επίπεδο οργανισμού. Μόρια στόχοι. Κυτταρική δυσλειτουργία. Απώλεια Κυτταρικής ομοιόστασης. Τοξική βλάβη κυττάρου. Μηχανισμοί επιδιόρθωσης σε κυτταρικό και ιστικό

επίπεδο. Παραδείγματα: Οξειδωτικό stress – Αντιοξειδωτικά ένζυμα και συστατικά τροφίμων. Χημική Καρκινογένεση. Αντιστρεπτότητα τοξικού αποτελέσματος. Αλληλεπιδράσεις τοξικών ουσιών. Τροφική Αλλεργία-Δυσανεξία.

Κατηγορίες Τοξικών Ουσιών: Ενδογενείς Φυσικές Τοξίνες, Τοξίνες Βακτηρίων, Κυανοβακτηρίων, Μυκήτων, Φυτοπλαγκτού, Ιχθύων, Φυτών. Γενετικά τροποποιημένα τρόφιμα. Δημιουργία τοξικών ουσιών κατά την επεξεργασία τροφίμων. Περιβαλλοντικοί ρύποι. Κατάλοιπα-Υπολείμματα, Πρόσθετα Τροφίμων.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στο μάθημα παρέχονται βασικές γνώσεις της Τοξικολογίας των Τροφίμων. Με το πέρας της διδασκαλίας του μαθήματος οι φοιτητές θα αποκτήσουν βασικές γνώσεις για τη βλαπτική δράση διαφόρων ουσιών στον άνθρωπο.

## 15.3.5 ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΒΙΟΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ (277-190305)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190305>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Περιγραφή, παρουσίαση και σύνοψη δεδομένων

Μέτρα κεντρικής θέσης και διασποράς

Κανονική κατανομή

Έλεγχος υποθέσεων

Παραμετρικές δοκιμασίες ενός δείγματος

Παραμετρικές δοκιμασίες δύο δειγμάτων

Ανάλυση διακύμανσης

Συντελεστής συσχέτισης

Σχέση μεταξύ ποιοτικών μεταβλητών

Μη παραμετρικές δοκιμασίες

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Ο στόχος του μαθήματος είναι η κατάρτιση των φοιτητών μέσα από την παρουσίαση, τη μελέτη και την πρακτική άσκηση στις κυριότερες στατιστικές μεθόδους, όπως είναι η περιγραφική στατιστική και η στατιστική συμπερασματολογία. Στα πλαίσια του μαθήματος ο φοιτητής διδάσκεται πως να συλλέγει δεδομένα, πως να επεξεργάζεται και να περιγράφει αποτελεσματικά τα δεδομένα και πως να αναλύει τα δεδομένα με σκοπό την εξαγωγή χρήσιμων συμπερασμάτων. Στα πλαίσια του μαθήματος δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στην κατανόηση των συλλογισμών της στατιστικής ανάλυσης και της συμπερασματολογίας, μέσα: (α) από τη διατύπωση ερευνητικών ερωτημάτων από το πεδίο της διατροφής και (β) από την επεξεργασία των δεδομένων, χρησιμοποιώντας τα σχετικά μαθηματικά εργαλεία (τύποι και πίνακες) χωρίς τη χρήση λογισμικών στατιστικής ανάλυσης στον υπολογιστή. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής / τρια θα είναι σε θέση να: α) Κατανοεί τα περισσότερα βασικά θέματα της ιατρικής, βιολογικής βιβλιογραφίας, β) Ερμηνεύει την ερευνητική βιβλιογραφία με κριτική ματιά. Σχεδιάζει και να πραγματοποιεί εφαρμοσμένη έρευνα, επιλέγοντας την κατάλληλη στατιστική δοκιμασία για την ανάλυση των δεδομένων του.



(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190306>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Θεωρητικό Μέρος Μαθήματος:

Χημική σύσταση και δομή των κυττάρων – βακτηριακά κύτταρα, ευκαρυωτικά κύτταρα, ζωικά κύτταρα, φυτικά κύτταρα. Αμινοξέα. Πεπτιδικός δεσμός. Πρωτεΐνες – λειτουργίες, διαλυτότητα, προσδιορισμός, δομή και μετουσίωση των πρωτεϊνών.

Ένζυμα – Συμπαράγοντες, συνένζυμα και προσθετικές ομάδες.

Στρατηγικές κατάλυσης. Κινητική ενζυμικών αντιδράσεων, επίδραση του pH, θερμοκρασίας.

Ενζυμική παρεμπόδιση. Αλλοστερικά ένζυμα.

Στρατηγικές ρύθμισης των ενζύμων και των πρωτεϊνών.

Υδατάνθρακες, δομή και ονοματολογία των υδατανθράκων. Απλά ζάχαρα, αντιδράσεις απλών ζαχάρων. Ολιγοσακχαρίτες και πολυσακχαρίτες.

Λιπίδια, λιπαρά οξέα, τρι-ακυλο γλυκερόλες, φωσφολιπίδια, γλυκολιπίδια.

Βιταμίνες. Διάκριση με βάση τη διαλυτότητα στο νερό. Βιταμίνες – προβιταμίνες – ενώσεις με βιταμινική δράση. Απώλειες βιταμινών.

Λειτουργίες των βιταμινών.

Κυτταρικές μεμβράνες και διαμεμβρανική μεταφορά. Λιπιδική διπλοστιβάδα. Μεμβρανική μεταφορά (αντλία νατρίου-καλίου). Μεταφορά με κυστίδια.

Κυτταρική επικοινωνία – ορμόνες. Μεταβίβαση σήματος. Ενδοκρινής επικοινωνία. Παρακρινής επικοινωνία. Αυτοκρινής επικοινωνία. Νευρωνική επικοινωνία. Επικοινωνία που εξαρτάται από επαφή. Μοριακοί μηχανισμοί μεταβίβασης σήματος.

Ορμόνες – ινσουλίνη, γλυκαγόνη – επινεφρίνη.

*Εργαστηριακό Μέρος:*

Προσδιορισμός αμινοξέων:

Αντίδραση νινυδρίνης.

Αντίδραση με φορμαλδεύδη Απορρόφηση στο UV.

Προσδιορισμός πρωτεϊνών:

Απορρόφηση στο UV. Αντίδραση διουρίας

Αντίδραση FOLIN – CIOCALTEU.

Διαχωρισμός πρωτεϊνών με απεσταγμένο νερό και διαλύματα αλάτων. Εκχύλιση – μετουσίωση πρωτεϊνών.

Υδατάνθρακες:

Μελέτη της δομής του γλυκογόνου. Εργαστηριακές τεχνικές στη βιοχημεία: Χρωματογραφία TLC.

Ηλεκτροφόρηση.

Χρωματογραφία μοριακής διήθησης

Αεριοχρωματογραφικός προσδιορισμός λιπαρών οξέων τροφίμων

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Μετά το τέλος του μικτού αυτού μαθήματος οι φοιτητές θα μπορούν να κατανοήσουν τα χαρακτηριστικά και τις βασικές ιδιότητες των βιολογικών μορίων (πρωτεΐνες, ένζυμα, νουκλεϊκά οξέα, υδατάνθρακες, λιπίδια, βιταμίνες), το ρόλο τους στη λειτουργία της ζωής και τη σημασία τους ως συστατικά της διατροφής όλων των ζώντων οργανισμών. Επίσης θα έχουν εκπαιδευθεί σε μεθόδους με τις οποίες μπορούν να ανιχνευθούν, να διαχωριστούν και να

προσδιοριστούν ποσοτικά αμινοξέα, πρωτεΐνες και άλλα βιολογικά μόρια όπως τα λιπαρά οξέα στα τρόφιμα.

### 15.3.7 ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ (277-190307)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190307>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

*Θωρία:*

Δεοντολογία και ηθική στην Επιστημονική Έρευνα

Αρχές Μεθοδολογίας της Έρευνας

Σχεδιασμός μίας ερευνητικής εργασίας. Κριτήρια αξιολόγησης Συνεδρίων.

Κριτήρια αξιολόγησης Επιστημονικών Περιοδικών και άρθρων. Μηχανές Αναζήτησης Επιστημονικών άρθρων.

Δομή Ερευνητικής Εργασίας.

Δομή Εργασίας Βιβλιογραφικής Επισκόπησης.

Συγγραφή Εργασίας Βιβλιογραφικής Επισκόπησης. Συγγραφή Εργασίας Συνεδρίου.

Συγγραφή άρθρου σε Επιστημονικό Περιοδικό.

Παρουσίαση Προφορικής και Γραπτής Εργασίας σε Συνέδριο.

*Εργαστήριο:*

Βάσεις Δεδομένων Επιστημονικών Άρθρων

Χρήση εφαρμογών γραφείου για τη συγγραφή Επιστημονικού Άρθρου

Χρήση εφαρμογών γραφείου για την παρουσίαση Επιστημονικού Άρθρου

Χρήση λογισμικών διαχείρισης βιβλιογραφίας

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Ο σχεδιασμός και η εκτέλεση μίας ερευνητικής εργασίας, η επιστημονική δεοντολογία και ηθική. Κριτήρια αξιολόγησης επιστημονικών συνεδρίων και περιοδικών. Η εξοικείωση των φοιτητών με την πρόσβαση στην επιστημονική βιβλιογραφία (έντυπη και ηλεκτρονική) της διατροφής και διαιτολογίας αλλά και άλλων συναφών επιστημών, η συγγραφή εργασίας βιβλιογραφικής ανασκόπησης και η παρουσίασή της. Στο εργαστηριακό μέρος του μαθήματος θα επιτευχθεί η σύνδεση της θεωρίας με την πρακτική εφαρμογή των γνώσεων, η χρήση μηχανών αναζήτησης επιστημονικών άρθρων, η χρήση των εργαλείων που διαθέτουν οι εφαρμογές γραφείου για τη συγγραφή και παρουσίαση επιστημονικής εργασίας καθώς η χρήση λογισμικών αυτόματης εισαγωγής βιβλιογραφικών αναφορών. Με την επιτυχή ολοκλήρωση της διδασκαλίας οι εκπαιδευόμενοι θα: α) Γνωρίζουν τον βασικό σχεδιασμό μίας ερευνητικής εργασίας, β) Αντιλαμβάνονται τα θέματα δεοντολογίας και ηθικής στην έρευνα, γ) Μπορούν να εντοπίσουν και να συνθέσουν επιστημονικά άρθρα, δ) Γνωρίζουν τις βασικές αρχές συγγραφής και παρουσίασης επιστημονικών εργασιών.

### 15.3.8 ΞΕΝΗ ΓΛΩΣΣΑ (277-190308)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190308>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Χρήση επιστημονικών κειμένων σχετικών με την επιστήμη της διατροφής και της διαιτολογίας, της άσκησης, της φυσιολογίας, της βιολογίας και της χημείας. όπως: Διατροφή και εγκυμοσύνη. Διατροφή, τηλεόραση και παιδιά. Διατροφικές αλλεργίες. Διατροφή και αλκοόλ.

Διατροφή και αθλητισμός. Διατροφή και τρίτη ηλικία. Διατροφή και φάρμακα. Διατροφή και πρόληψη ασθενειών. Διατροφή και καρκίνος. Διατροφή και υπέρταση. Διαβήτης, Χοληστερόλη και

Τριγλυκερίδια.

Συμπλήρωση αίτησης και βιογραφικού σημειώματος στη ξένη γλώσσα. Κατανόηση κειμένου με ερωτήσεις και ασκήσεις.

Λεξιλογικές ασκήσεις για την εκμάθηση της ορολογίας.

Γραμματικές ασκήσεις επί της ύλης των προηγούμενων εξαμήνων. Συγγραφή εργασιών σχετικών με τη διατροφή-διαιτολογία.

Δυνατότητα παρακολούθησης θέματος μέσω οπτικοακουστικών συστημάτων.

Μέθοδοι εκτίμησης των απαιτήσεων σε ενέργεια και θρεπτικά συστατικά. Χρήση πινάκων τροφίμων. Συνέπειες ανεπαρκούς πρόσληψης αλλά και υπερπρόσληψης ενέργειας και μακρο και μικρο θρεπτικών συστατικών.

Διαιτητικές οδηγίες για διατήρηση της υγείας και πρόληψη των ασθενειών. Ενίσχυση του ανοσοποιητικού συστήματος μέσω της ισορροπημένης διατροφής. Εισαγωγή στη διατροφική αγωγή στα πλαίσια της πρόληψης και αντιμετώπισης παθήσεων.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Απόκτηση ευχέρειας στην ανάγνωση, επικοινωνία και παρακολούθηση διαλέξεων σε ξένη γλώσσα, σε θέματα που σχετίζονται με την επιστήμη της διατροφής και διαιτολογίας. Αύξηση λεξιλογίου (ιατρικοί, τεχνικοί και επιστημονικοί όροι) και επιλογή κατάλληλων εκφράσεων για επιστημονικές συζητήσεις. Παράλληλοι στόχοι μαθήματος: α) Να εξοικειώσει τους φοιτητές με αυθεντικά κείμενα σχετικά με το αντικείμενο των σπουδών τους, β) Να οδηγήσει, μέσω ειδικής μεθοδολογίας, στην κατανόηση των κειμένων αυτών και στην επίλυση των ασκήσεων που τα συνοδεύουν, γ) Να βοηθήσει στην αποτελεσματική χρήση της σχετικής με τη Διατροφή ξένης βιβλιογραφίας, κατά τη διάρκεια των σπουδών τους, δ) Να εφοδιάσει τους φοιτητές με την ικανότητα παραγωγής γραπτού και προφορικού λόγου στην ξένη γλώσσα και Ορολογία, στο εργασιακό τους περιβάλλον.

## 15.4 Μαθήματα 4ου Εξαμήνου

- 277-190401 - ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΕΓΚΥΟΥ ΚΑΙ ΠΑΙΔΙΟΥ
- 277-190402 - ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ
- 277-190403 - ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΗΜΟΣΙΑ ΥΓΕΙΑ
- 277-190404 - ΑΡΧΕΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ
- 277-190405 - ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ ΜΑΚΡΟΘΡΕΠΤΙΚΩΝ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ
- 277-190406 - ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΘΡΕΨΗΣ

### 15.4.1 ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΕΓΚΥΟΥ ΚΑΙ ΠΑΙΔΙΟΥ (277-190401)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190401>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Γενικές αρχές διατροφής. Εισαγωγικά στοιχεία για τη διατροφή του ανθρώπου, θρεπτικά συστατικά και κατευθυντήριες οδηγίες.

Η διατροφή πριν τη σύλληψη. Γενικά στοιχεία, φυσιολογία αναπαραγωγής, διατροφή και γονιμότητα, αντισυλληπτικά και κατάσταση θρέψης, συνιστώμενη διατροφική πρόσληψη πριν τη σύλληψη.

Η διατροφή πριν τη σύλληψη: Διαταραχές και παρεμβάσεις. Προεμμηνορρυσιακό σύνδρομο, Σωματικό βάρος και γονιμότητα, Ενεργειακό ισοζύγιο και γονιμότητα, Σύνδρομο Πολυκυστικών Ωοθηκών, Φαιυλκετονουρία, Κοιλιοκάκη, Σακχαρώδης διαβήτης πριν την κύηση.

Η διατροφή κατά τη διάρκεια της κύησης. Εκβάσεις κύησης, Φυσιολογία κύησης, Αύξηση και ανάπτυξη εμβρύου, Πρόσληψη βάρους, Διατροφικές ανάγκες στην κύηση, Παράγοντες που επηρεάζουν τη διατροφική πρόσληψη, Υγιεινή διατροφή, Εκτίμηση διατροφικής κατάστασης, Άσκηση και έκβαση κύησης, Συνήθη προβλήματα υγείας.

Η διατροφή κατά την κύηση: διαταραχές και παρεμβάσεις. Παχυσαρκία και κύηση, Υπερτασικές διαταραχές κύησης, Σακχαρώδης Διαβήτης Κύησης, Πολύδυμες κυήσεις, HIV/AIDS στην κύηση, Διαταραχές λήψης τροφής, Διαταραχές Εμβρυϊκού Αλκοολικού Συνδρόμου, Διατροφή στην έφηβη έγκυο.

Η διατροφή κατά τη διάρκεια της γαλουχίας. Φυσιολογία γαλουχίας, σύνθεση γάλακτος, οφέλη θηλασμού, παροχή γάλακτος και απαιτήσεις βρέφους, Διαδικασία θηλασμού, Θηλάζον βρέφος, Διατροφή της μητέρας, Προαγωγή και υποστήριξη θηλασμού.

Η διατροφή κατά την γαλουχία: διαταραχές και παρεμβάσεις. Συνήθεις διαταραχές θηλασμού, Λήψη φαρμάκων από τη μητέρα, Θεραπεία με βότανα, Έκθεση στο αλκοόλ και σε εξαρτησιογόνες ουσίες, Νεογνικός και πυρηνικός ίκτερος, Θηλασμός σε πολύδυμα νεογνά, Βρεφικές αλλεργίες, Όψιμα-πρώωρα νεογνά, Ιατρικές αντενδείξεις θηλασμού.

Βρεφική διατροφή. Εκτίμηση υγείας νεογνού, βρεφική ανάπτυξη, θρεπτικές απαιτήσεις, Εκτίμηση σωματικής αύξησης, Σίτιση στην πρόωρη βρεφική ηλικία, Ανάπτυξη δεξιοτήτων σίτισης, Συνήθη διατροφικά προβλήματα και ζητήματα.

Διατροφή νηπίων και παιδιών προσχολικής ηλικίας. Φυσιολογική αύξηση και ανάπτυξη, Βιολογική και νοητική ανάπτυξη, Θρεπτικές απαιτήσεις, Συνηθισμένα διατροφικά προβλήματα, Πρόληψη διαταραχών που σχετίζονται με τη διατροφή.

Διατροφή στην παιδική και προεφηβική ηλικία. Φυσιολογική αύξηση και ανάπτυξη, Νοητική ανάπτυξη, Συνήθη διατροφικά προβλήματα, Πρόληψη διατροφικών διαταραχών, Διατροφικές συστάσεις, Ανάγκες σε θρεπτικά συστατικά.

Διατροφή στην εφηβεία: Φυσιολογική σωματική αύξηση και ανάπτυξη, Φυσιολογική ψυχοκινητική ανάπτυξη, Διατροφικές απαιτήσεις, Διατροφική αξιολόγηση.

Διατροφή στην εφηβεία: Διαταραχές και παρεμβάσεις. Υπερβάλλον βάρος και παχυσαρκία, Κατανάλωση συμπληρωμάτων διατροφής, Διαταραχές λήψης τροφής, Διατροφή σε έφηβους αθλητές, Ειδικοί διατροφικοί προβληματισμοί στην εφηβεία.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το μάθημα παρέχει γνώσεις για τις αλληλεπιδράσεις της διατροφής κατά την περίοδο πριν τη σύλληψη, την υπογονιμότητα, την αναπαραγωγή, την κύηση και την παιδική ηλικία. Συγκεκριμένα, στο μάθημα αναλύεται η σημασία της διατροφής στη θεραπευτική αντιμετώπιση παθολογικών καταστάσεων πριν τη σύλληψη, η διατροφή στη θεραπεία της υπογονιμότητας αντρών και γυναικών (όταν αυτή σχετίζεται με διατροφικούς παράγοντες), η συμβολή της διατροφής για μία υγιή κύηση, ο μεταβολικός προγραμματισμός και η υπόθεση λιτών γονιδίων, η σημασία της περιγεννητικής διατροφής, η διατροφή ως θεραπεία για τις παθολογικές καταστάσεις της κύησης (παχυσαρκία, προεκλαμψία, σακχαρώδης διαβήτης κύησης), η συμβολή της διατροφής στο θηλασμό και την αντιμετώπιση προβλημάτων σχετιζόμενων με το θηλασμό, η ανάπτυξη του βρέφους έως την ενήλικη ζωή, τα διατροφικά προβλήματα σε κάθε στάδιο ζωής του βρέφους έως και την εφηβεία, οι διατροφικές απαιτήσεις, η αντιμετώπιση των συνηθισμένων προβλημάτων του παιδιού/εφήβου που σχετίζονται με τη διατροφή. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής/τρια θα είναι σε θέση να: α) αντιλαμβάνεται τη φυσιολογία κύησης, θηλασμού και τα στάδια της ανάπτυξης των βρεφών έως την ενηλικίωση, β) να αναγνωρίζει τα διατροφικά προβλήματα που σχετίζονται με την υπογονιμότητα, την αναπαραγωγή, την κύηση, και τα πρώτα 18 έτη ζωής, γ) να μπορεί να θεραπεύσει ή να προτείνει τεκμηριωμένες διατροφικές θεραπείες για την αντιμετώπιση των προβλημάτων υγείας που σχετίζονται με τη διατροφή στην κύηση, το θηλασμό, τη βρεφική, παιδική και εφηβική ηλικία, δ) να υπολογίζει τις διατροφικές απαιτήσεις εγκύων γυναικών, γυναικών σε γαλουχία, βρεφών, παιδιών και εφήβων, ε) να εποπτεύει και να αξιολογεί την κατάσταση θρέψης εγκύων γυναικών, βρεφών, παιδιών και εφήβων, στ) να θέτει στόχους διατροφικής θεραπείας για έγκυες γυναίκες, θηλάζουσες, βρέφη, παιδιά και εφήβους, ζ) να χρησιμοποιεί πλάνο διατροφικής φροντίδας αξιολογώντας τις παρεμβάσεις του/της, η) να αναγνωρίζει τους κοινωνικούς και πολιτισμικούς παράγοντες που περιορίζουν τη διατροφή στην κύηση, το θηλασμό και την παιδική ηλικία, θ) να συνθέτει τα δεδομένα των ασθενών για να προτείνει ένα ανθρωποκεντρικό πλάνο φροντίδας, ι) να χρησιμοποιεί γνώσεις διατροφής για την πρόληψη εμφάνισης νοσημάτων στην κύηση και την παιδική ηλικία.

#### 15.4.2 ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ (277-190402)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190402>

#### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Διατροφική αξιολόγηση ασθενών με τη χρήση βιοχημικών, αιματολογικών, ανθρωπομετρικών, κλινικών και διατροφικών δεικτών.

Διερεύνηση κινδύνου υποθρεψίας και εξάσκηση στην ερμηνεία αιματολογικών και βιοχημικών εξετάσεων.

Ανίχνευση διατροφικού κινδύνου. Εκτίμηση διατροφικών αναγκών και της θρεπτικής κατάστασης των ασθενών.

Σωματομετρικές μέθοδοι για εκτίμηση θρεπτικής κατάστασης ασθενών. Μέθοδοι υπολογισμού ενεργειακών αναγκών σε ασθενείς καθώς και εκτίμηση ενεργειακών αναγκών σε υπερκαταβολικά νοσήματα.

Υπολογισμοί συντελεστή τραύματος νοσημάτων και εφαρμογή εξειδικευμένων τεστ αξιολόγησης (screening tests) σε διάφορες πληθυσμιακές ομάδες.

Νοσοκομειακές δίαιτες.

Αλληλεπίδραση Διατροφής και Ασθένειας. Τροποποίηση μεταβολικών μοντέλων (στρες, σήψη, υπερκαταβολικές καταστάσεις).

Αλληλεπίδραση Διατροφής και Φαρμάκων.

Εισαγωγή σε τροφικές αλλεργίες και τροφικές δυσανεξίες

Θρεπτική Υποστήριξη. Εντερική και Παρεντερική Διατροφή.

Εισαγωγή στη διαδικασία διατροφικής φροντίδας. Σχεδιασμός κατάλληλων διαιτολογίων με τροποποιήσεις του συνηθισμένου σιτηρεσίου των ασθενών ώστε να καλύπτει τις ανάγκες τους.

*Εργαστήριο*

Σωματομετρία σε Παθολογικές Καταστάσεις

Υπολογισμός αναγκών ενέργειας και θρεπτικών συστατικών σε Παθολογικές Καταστάσεις

Χρήση Screening Tests αξιολόγησης

Εκτίμηση Παραγόντων Κινδύνου Υποθρεψίας

Χρήση εντερικής και παρεντερικής διατροφής, εκτίμηση βιοχημικών και αιματολογικών εξετάσεων

Εφαρμογή των παραπάνω σε Case Studies παθολογικών καταστάσεων νοσηλευόμενων ασθενών.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το μάθημα έχει σαν στόχο την εξοικείωση των φοιτητών με την αξιολόγηση, τα εργαλεία (μέθοδοι) και τους δείκτες αξιολόγησης της διατροφικής κατάστασης του ασθενούς (βιοχημικούς και άλλους δείκτες διατροφικής κατάστασης) για την έγκαιρη αναγνώριση του διατροφικού κινδύνου και τη διαδικασία διατροφικής φροντίδας. Επίσης, στοχεύει στην παροχή γνώσεων στους φοιτητές για την εφαρμογή διατροφικών παρεμβάσεων ανάλογα με τις ανάγκες των ασθενών. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής / τρια θα έχει αποκτήσει δεξιότητες για την αναγνώριση των ατόμων που βρίσκονται σε διατροφικό κίνδυνο και την αξιολόγηση της θρεπτικής τους κατάστασης, καθώς και για τον σχεδιασμό κατάλληλων διατροφικών παρεμβάσεων.

## 15.4.3 ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΗΜΟΣΙΑ ΥΓΕΙΑ (277-190403)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190403>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Τεκμηρίωση στη διατροφική και διαιτολογική θεραπεία. Εργαλεία τεκμηριωμένης διατροφικής έρευνας.

Δηλώσεις σύγκρουσης συμφερόντων και διατροφική έρευνα.

Ορισμοί και στόχοι της Κοινωνικής και Προληπτικής Ιατρικής. Επιστημονικά πεδία κοινωνικής και προληπτικής ιατρικής. Επίπεδα πρόληψης. Δημόσια υγεία. Βασικοί στόχοι για την υγεία τον 21ο αιώνα. Χαρακτηριστικά δεικτών υγείας στην Ευρώπη. Χρόνια ζωής σε αναπηρία (DALY). Στόχοι του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας

Επιδημιολογία: Σχεδιασμός και μεθοδολογία έρευνας. Ορισμός επιδημιολογίας και πεδία εφαρμογής. Αναλογίες, ποσοστά, δείκτες (ratios, proportions, rates). Μέτρηση συχνότητας νοσημάτων. Επιπολασμός. Δείκτες επίπτωσης  
Επιδημιολογία διατροφής. Κριτήρια Bradford Hill. Πυραμίδα τεκμηρίων. Πείραμα Μινεσότα. Μελέτη 7 χωρών. Ο Ολλανδικός λιμός της πείνας. Θεωρία Barker. Υπόθεση λιτών γονιδίων. Διατροφή και καρκίνος. Αιτιολογικοί παράγοντες στην επιδημιολογία διατροφής. Παχυσαρκία – Γέννημα ή θρέμμα;  
Μελέτες κοόρτης. Διαμόρφωση υπόθεσης. Επιλογή δείγματος. Πλεονεκτήματα-μειονεκτήματα μελετών κοόρτης  
Συγχρονικές μελέτες. Τύποι συγχρονικών μελετών. Αξιοπιστία και επαναληψιμότητα μεθόδων. Δειγματοληψία. Πλεονεκτήματα-μειονεκτήματα συγχρονικών μελετών. Μελέτες ασθενών-μαρτύρων. Ορισμός και επιλογή ασθενών. Ορισμός και επιλογή μαρτύρων. Εμφωλιασμένες μελέτες ασθενών-μαρτύρων.  
Πλεονεκτήματα-μειονεκτήματα μελετών ασθενών-μαρτύρων  
Παρεμβατικές μελέτες. Τυχαιοποιημένες κλινικές δοκιμές. Φάσεις τυχαιοποιημένων κλινικών δοκιμών. Βασικά βήματα RCT. Άλλοι τύποι παρεμβατικών μελετών. Ηθικά ζητήματα  
Μετα-ανάλυση. Περιγραφική μελέτη τεκμηρίων. Παρουσίαση αποτελεσμάτων. Πλεονεκτήματα-μειονεκτήματα μετα-ανάλυσης.  
Ανισότητες στην υγεία. Επίδραση κοινωνικών παραμέτρων στην υγεία. Επίδραση οικονομικών παραμέτρων στην υγεία. Η ανεργία ως παράγοντας πρόκλησης ασθενειών. Επίδραση δημογραφικών παραμέτρων στην υγεία. Η αντιμετώπιση των ανισοτήτων στην υγεία  
Δημογραφία. Χρησιμότητα ιατρικής δημογραφίας. Πηγές ιατροδημογραφικών στοιχείων. Ελληνικά δημοσιεύματα δημογραφικών στοιχείων  
Ιατροδημογραφικοί συντελεστές και δείκτες. Παράγοντες που επηρεάζουν τη γεννητικότητα. Παράγοντες που επηρεάζουν τη θνησιμότητα  
Επιδημιολογία και πρόληψη στεφανιαίας νόσου. Η θνησιμότητα στεφανιαίας νόσου στον Ελληνικό πληθυσμό

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το μάθημα παρέχει γνώσεις για τις έννοιες της επιδημιολογίας και της επιδημιολογίας διατροφής, την ιστορική διαδρομή τους, τον τρόπο αξιολόγησης των διατροφικών μελετών και τα είδη τους, το σχεδιασμό ερευνητικών υποθέσεων και διατροφικών μελετών, τα εργαλεία που χρησιμοποιούνται στις διατροφικές μελέτες, τα σφάλματα στη διατροφική έρευνα, και την πυραμίδα τεκμηρίωσης των ερευνητικών δεδομένων, χρησιμοποιώντας πάντα παραδείγματα από γνωστές διατροφικές μελέτες και πραγματικά περιστατικά. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής/τρια θα είναι σε θέση να: α) αντιλαμβάνεται την έννοια της επιδημιολογίας και της διατροφικής επιδημιολογίας, β) αντιλαμβάνεται τους περιορισμούς των διατροφικών μελετών, γ) μπορεί να αξιολογήσει το βαθμό τεκμηρίωσης κάθε διατροφικής παρέμβασης, δ) αξιολογεί κριτικά τα ερευνητικά δεδομένα, ε) μπορεί να θεραπεύσει ή να προτείνει τεκμηριωμένες διατροφικές θεραπείες για τα προβλήματα υγείας, στ) θέτει ερευνητικά ερωτήματα και να σχεδιάζει διατροφικές μελέτες, ζ) χρησιμοποιεί γνώσεις διατροφής για την πρόληψη εμφάνισης νοσημάτων στον κύκλο ζωής, η) χρησιμοποιεί ηλεκτρονικές πηγές για τη συστηματική επικαιροποίηση των διατροφικών γνώσεων και παρεμβάσεων που προτείνει.

#### 15.4.4 ΑΡΧΕΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ (277-190404)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190404>

## (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

### *Θεωρία:*

Νερό: Δομή. Αλληλεπίδραση με άλλα μόρια. Φυσικοχημικές ιδιότητες. Ενεργότητα του νερού. Ρόλος του στα τρόφιμα και τον ανθρώπινο οργανισμό. Κατηγορίες πόσιμου νερού.

Πρωτεΐνες: Δομές. Φυσική διαμόρφωση και μετουσίωση. Λειτουργικές ιδιότητες (δέσμευση νερού, διαλυτότητα, αύξηση ιξώδους, σχηματισμός πηκτής, γαλακτωματοποιητική και αφριστική ικανότητα, ιξωδοελαστικές ιδιότητες, προσρόφηση λίπους, δέσμευση αρωματικών ουσιών). Λειτουργικές ιδιότητες πρωτεϊνών του κρέατος, του γάλακτος, των αυγών και των δημητριακών

καρπών. Επίδραση αυτών στην ποιότητα και τη θρεπτική αξία των τελικών προϊόντων.

Υδατάνθρακες: Διατροφική σημασία και λειτουργικές ιδιότητες υδατανθράκων. Ταξινόμηση. Μονοσακχαρίτες και δισακχαρίτες. Ολιγοσακχαρίτες. Σακχαροαλκοόλες. Άμυλο και αρτοσκευάσματα. Κυτταρίνη και προϊόντα της. Ημικυτταρίνες. Πηκτινικά συστατικά. Διαιτητική ίνα. Το φυτικό κύτταρο. Μεταβολές των φυτικών ιστών κατά την ωρίμανση και την επεξεργασία. Βιομηχανικές ζυμώσεις υδατανθράκων.

Λιπίδια: Ταξινόμηση. Λιπαρά οξέα. Γλυκερίδια. Φυσικές ιδιότητες λιπιδίων και ποιότητα τροφίμων (σχετικό ειδικό βάρος, άρωμα, χρώμα, ιξώδες, σημείο τήξης, πολυμορφισμός, πλαστικότητα, γαλακτωματοποιητική ικανότητα). Χημικές ιδιότητες λιπιδίων και ποιότητα τροφίμων (υδρόλυση, υδρογόνωση, οξειδωση, πολυμερισμός, επανεστεροποίηση). Τηγάνισμα και τηγανόλαδα. Λιπίδια και γαλακτώματα. Λάδια σαλατών. Σάλτσες σαλατών. Μαγιονέζα.

Φυσικές χρωστικές: Γενικά για το χρώμα. Οι χλωροφύλλες από τεχνολογική και διατροφική άποψη. Τα καροτενοειδή από τεχνολογική και διατροφική άποψη. Οι φαινολικές ενώσεις από τεχνολογική και διατροφική άποψη. Οι βεταλαΐνες από τεχνολογική και διατροφική άποψη. Επίδραση της επεξεργασίας και των εξωτερικών παραγόντων στις φυσικές χρωστικές.

### *Εργαστήριο:*

Πρωτεΐνες των αλεύρων: Βαθμός ενυδάτωσης και επίδραση διαφόρων προσθέτων στα λειτουργικά χαρακτηριστικά τους.

Πρωτεΐνες του κρέατος: Επίδραση των συνθηκών θερμικής επεξεργασίας στην ΙΣΝΕ, την ποιότητα και την απόδοση του κρέατος.

Πρωτεΐνες του ασπραδιού αυγού: Επίδραση του βαθμού χτυπήματος και διαφόρων πρόσθετων ουσιών στον όγκο και τη σταθερότητα των αφρών ανάλογων προϊόντων.

Άμυλα δημητριακών και πατάτας: Επίδραση της ζελατινοποίησης του αμύλου στη δομή των αμυλόκοκκων και τα οργανοληπτικά χαρακτηριστικά των αρτοσκευασμάτων.

Πολυσακχαρίτες φυτικών ιστών: Επίδραση της μεθόδου μαγειρέματος και διαφόρων προσθέτων στην ποιότητα των λαχανικών.

Ζύμωση της λακτόζης του γάλακτος: Επίδραση της σύστασης του γάλακτος και των συνθηκών ζύμωσης στην ποιότητα της γιαούρτης.

Κρέμα γάλακτος: Παράγοντες που επιδρούν στον όγκο και τη σταθερότητα των αφρών κρέμας σαντιγί.

Λιπίδια και τηγάνισμα πατάτας: Επίδραση της ποιότητας και της ανθεκτικότητας του τηγανόλαδου στα ποιοτικά χαρακτηριστικά του τελικού προϊόντος.

Γαλακτώματα - Παρασκευή μαγιονέζας: Επίδραση της παρουσίας διαφόρων συστατικών στη σταθερότητα και τα ποιοτικά χαρακτηριστικά της

Φυσικές χρωστικές φρούτων και λαχανικών: Επίδραση του περιβάλλοντος και διαφόρων συστατικών στο χρώμα και τη σταθερότητα των χρωστικών.



### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η κατανόηση της φυσικοχημικής συμπεριφοράς και των λειτουργικών ιδιοτήτων των θρεπτικών συστατικών των τροφίμων πριν, κατά και μετά την επεξεργασία τους στη μονάδα παραγωγής. Η κατανόηση των μεταβολών που ασκούν η σύσταση, η δομή και οι αλληλεπιδράσεις διαφόρων συστατικών στη φυσικοχημική και λειτουργική συμπεριφορά τους και γενικά στην ποιότητα και τη θρεπτική αξία των τελικών προϊόντων. Η εισαγωγή στις διαδικασίες εκτίμησης της οργανοληπτικής ποιότητας των τελικών προϊόντων.

#### 15.4.5 ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ ΜΑΚΡΟΘΡΕΠΤΙΚΩΝ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ (277-190405)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190405>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

#### *Θεωρία:*

Γενικά για τον μεταβολισμό. Στάδια του καταβολισμού. Μεταβολικοί δρόμοι. Πέψη και εντερική απορρόφηση

Κυτταρικοί μηχανισμοί που συμμετέχουν στη μεταβολική ρύθμιση Όργανα και ιστοί

Σημαντικά ενδοκρινή όργανα και ορμόνες Το νευρικό σύστημα και μεταβολισμός Μεταβολισμός υδατανθράκων

Γλυκόλυση. Μεταβολισμός του γλυκογόνου. Γλυκονεογέννεση. Μεταβολισμός φρουκτόζης, γαλακτόζης, γλυκερίνης και φωσφορικών πεντοζών. Κύκλος του κιτρικού οξέος. Κύκλος του γλυοξυλικού οξέος.

Μεταβολισμός λιπών.

β-Οξειδωση. Οξείδωση ακόρεστων λιπαρών οξέων. Μεταβολισμός της αλκοόλης. Βιοσύνθεση των λιπαρών οξέων. Μεταβολισμός των τριγλυκεριδίων. Βιοσύνθεση των εικοσανοειδών και συμμετοχή ω-3 και ω-6 λιπαρών οξέων. Δομή λιποπρωτεϊνών.

Μεταβολισμός αμινοξέων

Δυναμική ισορροπία αμινοξέων-πρωτεϊνών. Απαμίνωση αμινοξέων. Κύκλος της ουρίας. Αποικοδόμηση του ανθρακικού σκελετού τους. Παράγωγα αμινοξέων. Βιοσύνθεση.

Μεταβολικές δραστηριότητες των κυρίων οργάνων. Επίδραση των ορμονών. Αλληλεξάρτηση των μεταβολικών δρόμων. Αλληλεξάρτηση του μεταβολισμού μεταξύ διαφορετικών ιστών.

Ενοποίηση του μεταβολισμού υδατανθράκων, λιπών και πρωτεϊνών στη φυσιολογική καθημερινή ζωή

Μακροχρόνια ρύθμιση του μεταβολισμού Μεταβολισμός λιποπρωτεϊνών

#### *Εργαστηριακές ασκήσεις*

Επίδραση της σύνθεσης του λίπους στη διαπερατότητα της λιπιδικής μονοστοιβάδας. Μελέτη της διαπερατότητας των λιποσωματίων. Προσδιορισμός ολικής και HDL χοληστερόλης. Ένζυμα: παράγοντες που επηρεάζουν τη δραστηριότητα των ενζύμων, ποσότητα ενζύμου, θερμοκρασία, pH, συγκέντρωση υποστρώματος χρόνος δράσης, παρουσία αναστολέων. Νουκλεϊνικά οξέα. Απομόνωση DNA. Έλεγχος καθαρότητας και μετουσίωση του DNA. Προσδιορισμός της δραστηριότητας του αναστολέα της τρυψίνης. Απομόνωση και καθαρισμός μιας πρωτεΐνης (όξινη φωσφατάση). Αντιδράσεις του κύκλου του Krebs.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Σκοπός του μαθήματος είναι η μελέτη του μεταβολισμού των μακροθρεπτικών συστατικών σε μοριακό, κυτταρικό και σε επίπεδο ανθρώπινου οργανισμού με έμφαση στο μεταβολισμό της ενέργειας. Ακόμη, η μελέτη της ρύθμισης διαχείρισης του μεταβολισμού της ενέργειας από τον

ανθρώπινο οργανισμό μεταγευματικά, σε νηστεία, κατά την άσκηση κλπ βραχυχρόνια και μακροχρόνια σε φυσιολογικές και παθολογικές καταστάσεις. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές θα είναι σε θέση να: α) γνωρίζουν τις βιοχημικές διεργασίες με τις οποίες μεταβολίζονται πρωτεΐνες, λίπη και υδατάνθρακες, β) κατανοούν τους κανόνες που διέπουν τον έλεγχο και τη λειτουργία των βιοχημικών διεργασιών, γ) οργανώνουν, αναλύουν και εξηγούν πειραματικά δεδομένα, δ) κατανοούν την αλληλεπίδραση και αμοιβαία ρύθμιση των βιοχημικών μεταβολικών οδών για την κάλυψη των ενεργειακών αναγκών του ατόμου, χρησιμοποιώντας τα συστατικά της διατροφής ή ενεργοποιώντας τα σωματικά αποθέματα.

#### 15.4.6 ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΘΡΕΨΗΣ (277-190406)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190406>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

ΤΟ ΠΕΠΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ. Ανατομία-διαδικασίες και λειτουργίες του πεπτικού συστήματος: Η δομή του γαστρεντερικού σωλήνα (ΓΕΣ), η διαστρωμάτωση του τοιχώματος, η πέψη και η απορρόφηση, η κινητικότητα του ΓΕΣ. Ρύθμιση της λειτουργίας του γαστρεντερικού σωλήνα. Το εντερικό νευρικό σύστημα, και τα πεπτίδια του ΓΕΣ. Ολοκληρωμένη λειτουργία του γαστρεντερικού σωλήνα: κεφαλική, γαστρική και εντερική φάση, το σάλιο, η κατάποση, οι γαστρικές εκκρίσεις στο στόμαχο, η ισορροπία πέψης και άμυνας στο στόμαχο, οι εκκρίσεις στο έντερο, ο ρόλος του παγκρέατος και του ήπατος, η απορρόφηση των υδατανθράκων, των λιπών, των πρωτεϊνών, των νουκλεϊνικών οξέων, η απορρόφηση των βιταμινών, η απορρόφηση των ιόντων και του νερού, η ρύθμιση της εντερικής φάσης, ο ρόλος του παχέος εντέρου. Ανοσοποιητικές λειτουργίες του ΓΕΣ, η δράση των Μ κυττάρων στο περιεχόμενο του εντέρου, ο έμετος

ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ -Όρεξη και κορεσμός. Ενεργειακό ισοζύγιο: Η αντανάκλαση της χρήσης ενέργειας μέσα από την κατανάλωση οξυγόνου, οι παράγοντες που επηρεάζουν το μεταβολισμό, η αποθήκευση της ενέργειας στο γλυκογόνο και στο λίπος. Μεταβολισμός: χρησιμοποίηση ή αποθήκευση της προσλαμβανόμενης ενέργειας, ο έλεγχος της κατεύθυνσης του μεταβολισμού από τα ένζυμα. Μεταβολισμός στη φάση πρόσληψης της τροφής: σύνθεση ATP από υδατάνθρακες, πρωτεϊνών από αμινοξέα, αποθήκευση της ενέργειας με σύνθεση λιπών, ο προγνωστικός χαρακτήρας της χοληστερόλης του πλάσματος. Μεταβολισμός στη φάση της νηστείας: η μετατροπή του γλυκογόνου σε γλυκόζη, η χρήση των πρωτεϊνών για τη σύνθεση ATP, η αποθήκευση περισσότερης ενέργειας των λιπών από τη γλυκόζη και τις πρωτεΐνες. Ομοιοστατικός έλεγχος του μεταβολισμού: Η έκκριση ινσουλίνης και γλυκαγόνης από το πάγκρεας και ο λόγος ινσουλίνης-γλυκαγόνης στη ρύθμιση του μεταβολισμού, η προώθηση του αναβολισμού από την ινσουλίνη, η επικράτηση της γλυκαγόνης στη φάση νηστείας, ο σακχαρώδης διαβήτης ως οικογένεια ασθενειών, τύπου 1 διαβητικοί και κετοξέωση, τα αυξημένα επίπεδα ινσουλίνης στον διαβήτη τύπου 2, η σύνδεση του διαβήτη με τις καρδιαγγειακές παθήσεις μέσω του μεταβολικού συνδρόμου, η επίδραση διαφόρων ορμονών στο μεταβολισμό. Ρύθμιση της θερμοκρασίας του σώματος: Η ισορροπία της παραγωγής θερμότητας από τη θερμοκρασία του σώματος, η ομοιοστατική ρύθμιση της θερμοκρασίας του σώματος, η θερμότητα από την κίνηση και τον μεταβολισμό.

ΕΝΔΟΚΡΙΝΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΚΑΙ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΣ: αρχές της ενδοκρινολογίας, επινεφριδικά γλυκοκορτικοειδή, θυρεοειδικές ορμόνες, αυξητική ορμόνη, αύξηση των ιστών και των οστών, ισορροπία του ασβεστίου.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Ο στόχος του μαθήματος είναι η ανάδειξη της επίδρασης των τροφίμων στο μεταβολισμό του ανθρώπου. Η σημασία της διατροφής στην αύξηση, την ανάπτυξη και τη γήρανση του ανθρώπινου σώματος έχει μεγάλο ενδιαφέρον. Τελευταία, γίνεται όλο και πιο προφανές ότι η υγεία του σώματος εξαρτάται από ένα υγιές και λειτουργικό έντερο και ότι πολλές από τις σημερινές ασθένειες (όπως η καρδιακή ανεπάρκεια, το εγκεφαλικό επεισόδιο, ο καρκίνος και ο διαβήτης), σχετίζονται με τη λειτουργία του εντέρου και τη διατροφή. Στο μάθημα διδάσκεται ο τρόπος με τον οποίο το σώμα αφομοιώνει τα θρεπτικά συστατικά των τροφίμων, ο τρόπος με τον οποίο λαμβάνει την απαραίτητη ενέργεια, ο τρόπος χρησιμοποίησης των θρεπτικών συστατικών και η συσχέτιση όλων αυτών με την υγεία και τη νόσο του σώματος. Ειδικότερα, στο μάθημα διδάσκεται η δομή, η λειτουργία και η ρύθμιση του γαστρεντερικού σωλήνα, η πέψη των τροφών, η αφομοίωση των θρεπτικών συστατικών, οι γενικές αρχές του μεταβολισμού των θρεπτικών συστατικών, στη φάση λήψης της τροφής και στη φάση της νηστείας, και οι γενικές αρχές του ενδοκρινικού ελέγχου της ανάπτυξης του σώματος. Μετά την επιτυχή ολοκλήρωση της διδασκαλίας, ο φοιτητής/-τρια, θα είναι σε θέση: α) να περιγράψει πληροφορίες για τις φυσιολογικές διαδικασίες της πέψης, της αφομοίωσης, του μεταβολισμού των θρεπτικών και του ενδοκρινολογικού ελέγχου της ανάπτυξης, β) να αναλύει τους παράγοντες που επηρεάζουν την όρεξη και την πέψη των τροφών, την αφομοίωση και τον μεταβολισμό των θρεπτικών συστατικών και τέλος τον ενδοκρινικό έλεγχο της ανάπτυξης του σώματος, γ) να ερμηνεύει καταστάσεις σε περίπτωση διαταραχών, εντοπίζοντας και περιγράφοντας το πρόβλημα, δ) να διατυπώνει αξιολογικά την κρίση του για την κατεύθυνση που πρέπει να έχει η επίλυση των προβλημάτων, που ανακύπτουν στις προαναφερόμενες φυσιολογικές διαδικασίες.

## 15.5 Μαθήματα 5ου Εξαμήνου

- 277-190501 - ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΤΗΝ ΕΝΗΛΙΚΗ ΚΑΙ ΥΠΕΡΗΛΙΚΗ ΖΩΗ
- 277-190502 - ΔΙΑΤΡΟΦΗ, ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ
- 277-190503 - ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΗΘΙΚΗ
- 277-190504 - ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΑΘΟΛΟΓΙΚΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ Ι
- 277-190505 - ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΑΙ ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ
- 277-190506 – ΔΙΑΤΡΟΦΟΓΕΝΕΤΙΚΗ

### 15.5.1 ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΤΗΝ ΕΝΗΛΙΚΗ ΚΑΙ ΥΠΕΡΗΛΙΚΗ ΖΩΗ (277-190501)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190501>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Προληπτική διατροφή και παράγοντες που επηρεάζουν τη διατροφή. Ημερήσιες συνιστώμενες προσλήψεις (DRI).

Ενεργειακό ισοζύγιο και έλεγχος σωματικού βάρους.

Φυσιολογικός και Ρυθμιστικός έλεγχος της πρόσληψης τροφής.

Αναγκες σε Θρεπτικά συστατικά (Υδατάνθρακες, Λίπη, Πρωτεΐνες, Βιταμίνες, Ανόργανα συστατικά, φυτικές ίνες).

Χορτοφαγία και άλλες διατητικές επιλογές.

Χαρακτηριστικά του γήρατος. Αλλαγές στη σύνθεση του σώματος με την ηλικία. Μεταβολές των κυριότερων λειτουργιών του σώματος με την ηλικία.

Ενεργειακές ανάγκες υπερηλίκων. Ανάγκες των υπερηλίκων σε θρεπτικά συστατικά.

Χρόνια νοσήματα στην τρίτη ηλικία που σχετίζονται με τη διατροφή. Διατροφή και μακροζωία.

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η μελέτη της διατροφής των ενηλίκων και υπερηλίκων και των παραγόντων που την επηρεάζουν. Μετά την επιτυχή ολοκλήρωση της διδασκαλίας, οι φοιτητές, θα είναι σε θέση: α) να γνωρίζουν τις διαιτητικές ανάγκες των ενηλίκων ατόμων, για την διατήρηση της υγείας τους και την επίτευξη της μακροζωίας και β) να είναι σε θέση να συντάξουν, να αναλύσουν και να παρασκευάσουν διαιτολόγια για ενήλικες και υπερηλίκους.

### 15.5.2 ΔΙΑΤΡΟΦΗ, ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ (277-190502)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190502>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Εισαγωγή στους ορισμούς ποιότητα ζωής και ευεξία. Συνιστώσες της ποιότητας ζωής και της ευεξίας.

Υγεία, Ευρωστία και Ευεξία και υγιεινός τρόπος ζωής. Υγιεινή διατροφή και άσκηση ως τρόπος ζωής. Άσκηση ως τρόπος ζωής, Προσήλωση στην πυραμίδα της διατροφής και στην Πυραμίδα της άσκησης.

Οφέλη της διατροφής και της άσκησης στην υγεία. Ο μεταβολισμός της άσκησης. Θρεπτικά συστατικά και άσκηση. Κατάλληλα προγράμματα άσκησης για βελτίωση της σωματική

σύστασης. Η άσκηση στον κύκλο ζωής, στην παιδική και εφηβική ηλικία. Η άσκηση στην ενήλικη και υπερήλικη ζωή.

Η άσκηση στην πρόληψη και καταπολέμηση διαφόρων καρδιομεταβολικών και χρόνιων παθήσεων. Άσκηση και κάπνισμα. Άσκηση και ευφορία και χαλάρωση από το στρες. Άσκηση και αυτοεκτίμηση.

Άσκηση και εικόνα του σώματος. Ποιότητα ζωής, ευχαρίστηση και ψυχολογικά οφέλη από την άσκηση.

Προγράμματα άσκησης, διατροφής και υγείας. Στρατηγικές παρέμβασης με συμπεριφορική θεραπεία.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η ποιότητας ζωής είναι πολυδιάστατος όρος, που αναφέρεται στην αίσθηση ευημερίας και στην ικανοποίηση που αντλούν τα άτομα από το περιβάλλον τους, την αυτοαντίληψη και την αυτοεκτίμηση, τις γενετικές προδιαθέσεις και γενικότερα τη δυναμική των επιμέρους προσωπικοτήτων, τη μη ύπαρξη ασθενειών. Συνδέεται, επίσης, με την ικανοποίηση που αντλείται σε σχέση με τις πολιτισμικές και κοινωνικές απαιτήσεις αναφορικά με την υλική ευημερία, την κοινωνική θέση και τη σωματική ευεξία. Η άσκηση παίζει καθοριστικό ρόλο στη βελτίωση της ποιότητας ζωής του ατόμου. Τα οφέλη της άσκησης είναι πολλαπλά; στο μυϊκό, καρδιαγγειακό, αναπνευστικό σύστημα και στο μεταβολισμό, αλλά και στη ψυχολογική και συναισθηματική κατάσταση του ατόμου. Σκοπός του μαθήματος είναι: α) η απόκτηση γνώσεων για τους τρόπους με τους οποίους η άσκηση μπορεί να επηρεάσει και να καθορίσει την υγεία και την ποιότητα ζωής, β) η απόκτηση γνώσεων για τη σύνδεση της άσκησης με τη σωματική, συναισθηματική, πνευματική αλλά και ψυχική υγεία των ατόμων, γ) Η διατροφική υποστήριξη και η εξοικείωση με προγράμματα άσκησης για πληθυσμιακές ομάδες με ιδιαίτερα χαρακτηριστικά ώστε να είναι αποτελεσματικά και να οδηγούν στη βελτίωση της ποιότητας της ζωής τους, Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές θα: α) έχουν αποκτήσει δεξιότητες για τη διατροφική κάλυψη των πολυποίκιλων αναγκών όλων των ασκούμενων ανάλογα με το φύλο, την ηλικία αλλά και το επίπεδο υγείας τους, β) είναι ικανοί να συστήσουν αλλαγές στον τρόπο ζωής που σχετίζονται με την πρόληψη ασθενειών και προάγουν την ευρωστία και την ευεξία, γ) εφοδιαστούν με γνώσεις μεθοδολογίας της έρευνας για το σχεδιασμό ερευνητικών πρωτοκόλλων σε θέματα διατροφής, άσκησης και υγείας.

## 15.5.3 ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΗΘΙΚΗ (277-190503)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190503>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Ιστορική ανασκόπηση του κλάδου. Δραστηριότητες και επαγγελματικά δικαιώματα και υποχρεώσεις διατροφολόγου-δαιτολόγου. Ορισμοί ηθικής και δεοντολογίας. Αρχές και κανόνες επαγγελματικού κώδικα ηθικής. Κοινωνικές αξίες. Κώδικες δεοντολογίας. Η θέση των βασικών ανθρωπιστικών αξιών στο προφίλ του δαιτολόγου (υπευθυνότητα, εμπιστοσύνη, επικοινωνία, αυτοκυριαρχία, συνεργασία, κ.ά.). Σύγχρονη βιοηθική και επαγγελματική δεοντολογία. Αυτονομία του Ασθενούς και Προστασία της Ιδιωτικότητας. Βασικές αρχές δεοντολογίας (ιατρικό απόρρητο, ενημερωμένη συναίνεση, τήρηση αρχείου). Προστασία της Υγείας. Σχέσεις δαιτολόγου με τα επαγγέλματα υγείας. Σχέσεις δαιτολόγου με τον ασθενή και το συγγενικό περιβάλλον. Λειτουργία ομάδας θεραπευτικής υποστήριξης ασθενών (σύνθεση, μέσα, συνεργασία, συντονισμός). Αξιολόγηση και βελτίωση διατροφικής φροντίδας.

Συνεργασία με άλλους επαγγελματίες υγείας, με άλλους τομείς Σχέση με ιδρύματα και επιχειρήσεις ιατρικών υπηρεσιών. Αποφάσεις με ηθική σημασία στο εργασιακό περιβάλλον. Ηθικά διλήμματα και μέθοδοι εκτιμήσεως και επιλύσεως αυτών. "Βελτίωση" του Ανθρώπινου Οργανισμού. Αποφάσεις στο Τέλος της Ζωής. Έλεγχος Δεοντολογίας της Έρευνας - Έρευνα σε Ζώα - Κλινικές Μελέτες.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η ραγδαία πρόοδος των βιολογικών επιστημών ανέδειξε τη σημασία των ηθικών, και νομικών προβλημάτων και την ανάγκη αντιμετώπισής τους. Σκοπός του μαθήματος «Δεοντολογία και Ηθική» είναι η απόκτηση βασικών γνώσεων και η συνειδητοποίηση των ηθικών στάσεων, αξιών και κανόνων δεοντολογίας που πρέπει να διέπουν την επαγγελματική συμπεριφορά στην καθημερινή πράξη, με στόχο την αναβάθμιση, την ομαλή και αποδοτική λειτουργία των ιδρυμάτων ή χώρων εργασίας και την επίτευξη υψηλής ποιότητας έργου προς όφελος του κοινωνικού συνόλου. Με το πέρας των μαθημάτων οι φοιτητές του τμήματος θα μπορούν να αντιλαμβάνονται ηθικούς προβληματισμούς και να εκτιμούν τη σημασία της ηθικότητας στην άσκηση του επαγγέλματος τους διατροφολόγου-διαιτολόγου. Η γνώση των διαφορετικών απόψεων που αντιπαρατίθενται σε καθένα από αυτά τα ηθικά διλήμματα συμβάλει στην ορθή κρίση των θεμάτων και οδηγεί τον φοιτητή να έχει μια εμπειριστατωμένη άποψη σε θέματα που απασχολούν τον επαγγελματία διατροφολόγο-διαιτολόγο αλλά και το ευρύτερο κοινωνικό σύνολο.

## 15.5.4 ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΑΘΟΛΟΓΙΚΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ I (277-190504)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190504>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Το περιεχόμενο του μαθήματος δίνει έμφαση στη διατροφική αξιολόγηση, διάγνωση, παρέμβαση και παρακολούθηση ασθενών που πάσχουν από: παχυσαρκία, αρτηριακή υπέρταση, διαταραχές των λιπιδίων, υπερουριχαιμία, αναιμία, αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο, στεφανιαία νόσο, περιφερική αρτηριακή νόσο και αυξημένο καρδιαγγειακό κίνδυνο.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το μάθημα έχει σαν στόχο να προσφέρει γνώσεις για τη διαιτητική διαχείριση οξέων και χρόνιων νοσημάτων. Σκοπός είναι να μελετήσουν οι φοιτητές τον τρόπο παροχής διατροφικής φροντίδας ατόμων που πάσχουν από διάφορα νοσήματα, συνδυάζοντας τις γνώσεις που απέκτησαν από τη βιοχημεία, τη φυσιολογία και την παθοφυσιολογία και να εφαρμόσουν κατάλληλες διατροφικές παρεμβάσεις σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο. Το μάθημα ενισχύει την: α) Αναγνώριση της σύνδεσης ανάμεσα στην πρόληψη και τη θεραπεία, β) Αντίληψη της εξελικτικής δυναμικής του επιστημονικού γνωστικού πεδίου της Διαιτολογίας Διατροφής, μέσα από κλινικές εφαρμογές/μελέτες, γ) Παροχή αναλυτικής και προηγμένης γνώσης του επιστημονικού πεδίου της Διαιτολογίας - Διατροφής σχετικά με ειδικές ομάδες πληθυσμού που νοσούν ή που είναι σε αυξημένο κίνδυνο να νοσήσουν μέσα από τη διαδικασία της διατροφικής και διαιτολογικής φροντίδας και της θεραπευτικής διατροφής.

## 15.5.5 ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΑΙ ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ (277-190505)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190505>

## (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Το νερό των τροφίμων (Δέσμευση νερού, Ενεργότητα νερού) - Μέθοδοι προσδιορισμού του.

Αρχές φασματοφωτομετρίας.

Υδατάνθρακες (Αντιδράσεις μονοζαχαριτών. Γλυκοζίδια. Αντίδραση Maillard. Ενζυμικό μαύρισμα. Ολιγοζαχαρίτες. Πολυζαχαρίτες) - Μέθοδοι ανάλυσης.

Πρωτεΐνες (Σφαιρίνες. Σκληροπρωτεΐνες. Πρωτεΐδια. Διαίρεση με κριτήριο τη διαλυτότητα.

Χημικές μεταβολές των πρωτεϊνών. Αποικοδόμηση των πρωτεϊνών. Βιογενείς αμίνες) - Μέθοδοι ανάλυσης.

Λίπη & έλαια (Σύνθεση, διάσπαση, αλκαλική υδρόλυση, ενζυμική υδρόλυση. Φωσφατίδια.

Στερίνες. Αλκοόλες και γλυκερινοαιθέρες. Λιποχρώματα. Χημική μετατροπή των λιπών και ελαίων. Αυτοξείδωση) - Μέθοδοι ανάλυσης.

Ανόργανα στοιχεία (Νάτριο, Κάλιο, Μαγνήσιο, Ασβέστιο, Χλώριο, Φωσφόρος, Σίδηρος) - Μέθοδοι ανάλυσης. Ιχνοστοιχεία (Ιώδιο, Χαλκός, Φθόριο, Ψευδάργυρος, Μαγγάνιο, Κοβάλτιο, Μολυβδαίνιο, Χρώμιο, Νικέλιο, Σελήνιο) - Μέθοδοι ανάλυσης.

Μέθοδοι μοριακής βιολογίας στην ανάλυση των τροφίμων: νοθεία τροφίμων με άλλα τρόφιμα, το θέμα της φέτας.

Case study: Διατροφικές κρίσεις (νόσος Creutzfeld-Jakob, Τσερνομπίλ, μελανίνη σε γάλα, αφλατοξίνες κλπ.).

*Εργαστηριακές ασκήσεις*

Προσδιορισμός ακρίβειας, πιστότητας και ορθότητας αναλυτικών μεθόδων, σύγκριση αποτελεσμάτων.

Ιδιότητες λιπών και ελαίων. Έγχρωμες ενώσεις στα τρόφιμα. Στατιστικός έλεγχος χημικών αναλύσεων. Υγρασία των τροφίμων

Προσδιορισμός της υγρασίας με τη σταθμική μέθοδο και με αζεοτροπική απόσταξη.

Τέφρα των τροφίμων - Προσδιορισμός της τέφρας με απ' ευθείας αποτέφρωση.

Προσδιορισμός ολικής οξύτητας στα τρόφιμα. Ανίχνευση συστατικών σε τρόφιμα.

Φυτικές ίνες - Προσδιορισμός των φυτικών ινών.

Λίπη και έλαια στα τρόφιμα - Προσδιορισμός του λίπους ή ελαίου με τη μέθοδο Soxhlet.

Πρωτεΐνες στα τρόφιμα- Προσδιορισμός της ολικής πρωτεΐνης τροφίμου με τη μέθοδο Kjeldahl.

Ζάχαρα στα τρόφιμα - Ιωδομετρικός προσδιορισμός ζαχάρων. Πολωσιμετρικός προσδιορισμός ζαχάρων.

Διαχωρισμός λιποδιαλυτών βιταμινών με TLC.

Φασματοφωτομετρικοί προσδιορισμοί: α) βιταμίνης Β6, β) καροτενοειδών. Ανίχνευση και ποσοτικός προσδιορισμός ασκορβικού οξέος. Ιωδομετρικός προσδιορισμός του ολικού θειώδους

οξέος. Ανόργανες ουσίες στα τρόφιμα.

## (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Σκοπός του μαθήματος είναι η μελέτη των μεθόδων για την ανάλυση και για τον έλεγχο των τροφίμων από τις αρμόδιες Ευρωπαϊκές και Ελληνικές αρχές με σκοπό την προστασία της δημόσιας υγείας. Στα πλαίσια του μαθήματος θα παρουσιαστούν οι μέθοδοι ανάλυσης τροφίμων και θα εξεταστεί η αντιμετώπιση των διατροφικών κρίσεων σε σχέση με τις μεθόδους πρόληψης που εφαρμόζονται και τις αναλυτικές μεθόδους εντοπισμού κινδύνου και νοθείας των τροφίμων. Ακόμη, γίνεται εργαστηριακή άσκηση στην εφαρμογή κλασικών μεθόδων ανάλυσης τροφίμων και στην εφαρμογή της στατιστικής ανάλυσης στη χημική

ανάλυση τροφίμων. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές θα είναι σε θέση να: α) κατανοούν τον τρόπο λειτουργίας του κρατικού ελέγχου τροφίμων, β) εφαρμόζουν αναλυτικές μεθόδους σε δείγματα τροφίμων, γ) αξιολογούν την εγκυρότητα της δημόσιας ενημέρωσης με βάση τα επιστημονικά ευρήματα, δ) ενημερώνουν το κοινό σε θέματα που αφορούν την ποιότητα και ασφάλεια των τροφίμων.

#### 15.5.6 ΔΙΑΤΡΟΦΟΓΕΝΕΤΙΚΗ (277-190506)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190506>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Μοριακοί μηχανισμοί αλληλεπίδρασης γονιδίων και θρεπτικών συστατικών: Διατροφογενετική και διατροφογενωμική: Αναλυτική περιγραφή και σύγκριση των δύο εννοιών-κλάδων της διατροφικής γονιδιωματικής. Μοριακοί μηχανισμοί δράσης διατροφικών συστατικών στην έκφραση του ανθρώπινου γονιδιώματος. Αλληλεπίδραση τρόπου ζωής, διατροφής και γονιδιώματος για μια καλύτερη υγεία.

Αντίκτυπος μεταβολών των γονιδίων: Επίδραση των μεταβολών των γονιδίων στον τρόπο ζωής και διατροφής καθώς και στην ανάπτυξη χρόνιων νοσημάτων. Πολυμορφικά γονίδια με διατροφογενετικές επιπτώσεις (MTHFR, γονίδια που επηρεάζουν τα επίπεδα χοληστερόλης, ινσουλίνης και την απορρόφηση  $Ca^{+2}$ ).

Εξατομικευμένη διατροφή I: Διαμόρφωση διατροφικών συστάσεων ανάλογα με το γενετικό υπόβαθρο Χημειοπροφύλαξη μέσω διατροφικών συστατικών. Παραδείγματα μελετών για καρκίνο, φαιυλκετονουρία, δυσανεξία στη λακτόζη και στη γλουτένη, ανάγκη σε αντιοξειδωτικές ουσίες, βιταμίνες και ιχνοστοιχεία. Διατροφή και έκφραση λιποκυτταρικών γονιδίων.

Εξατομικευμένη διατροφή II: Διαμόρφωση διατροφικών συστάσεων και επιγενετική. Επίδραση του υποσιτισμού και συγκεκριμένων διατροφικών συστατικών στην έκφραση γονιδίων (Διαιτητικός ψευδάργυρος, σίδηρος, σελήνιο, βιταμίνη A και D, ω-3 λιπαρά οξέα, πολυφαινόλες, αλκοόλ, καφεΐνη). Διατροφική επιγενετική και πρόληψη παιδικών ασθενειών.

Νομικές και κοινωνικές επιπτώσεις της διατροφογενετικής - Προοπτικές έρευνας: Η χρήση της πρωτεομικής στην ταυτοποίηση βιοενεργών μορίων στα τρόφιμα. Εμπορική πλευρά της διατροφογενετικής στην εφαρμογή εξατομικευμένων διατροφικών παρεμβάσεων. Νομικό πλαίσιο που ισχύει για τη διατροφογενετική στην Ελλάδα και στην ΕΕ. Αξιολόγηση των ερευνητικών τάσεων σε αυτόν το τομέα.

Παρουσίαση εργασιών: Παρουσίαση των καλύτερων εργασιών.

Εκπαιδευτική επίσκεψη: Εκπαιδευτική επίσκεψη σε Εργαστήριο Γενετικής.

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Ο σκοπός του μαθήματος είναι να παρουσιάσει τη σημασία της διατροφογενετικής στην υγεία του ανθρώπου και συγκεκριμένα την αλληλεπίδραση της διατροφής με το γονιδίωμα. Οι φοιτητές θα έρθουν σε επαφή με τα νέα δεδομένα από την αποκωδικοποίηση του ανθρώπινου γονιδιώματος και θα κατανοήσουν την επίδραση διατροφικών συστατικών στη γονιδιακή έκφραση καθώς και τη σχέση της διατροφής με τα γονίδια και τις ασθένειες του ανθρώπου. Ο απώτερος στόχος είναι να δοθούν γνώσεις και να αποκτηθούν δεξιότητες που θα επιτρέψουν στους φοιτητές να δημιουργήσουν εξατομικευμένα προγράμματα διατροφής και τρόπου ζωής για την πρόληψη των κοινών, πολυπαραγοντικών ασθενειών. Μετά την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι φοιτητές θα μάθουν να περιγράφουν τις βασικές αρχές της διατροφογενετικής και της διατροφογενωμικής, θα γνωρίζουν την αλληλεπίδραση του τρόπου ζωής και της



διατροφής με τη γονιδιακή έκφραση, θα μπορούν να περιγράψουν το ρόλο συγκεκριμένων διατροφικών συστατικών (π.χ. ιχνοστοιχεία, βιταμίνες, μέταλλα) στη γονιδιακή ρύθμιση και στη γενετική έκφραση, θα γνωρίζουν τις βασικές τεχνικές και τις μεθόδους που χρησιμοποιούνται στη διατροφογενετική και στη μελέτη των γονιδιακών αλλαγών, θα μπορούν να εκτιμούν τη γενετική προδιάθεση για διατροφο-εξαρτώμενες ασθένειες με τη βοήθεια γενετικών δεικτών, θα έχουν αποκτήσει το θεωρητικό υπόβαθρο για τη διαμόρφωση εξατομικευμένων διατροφικών παρεμβάσεων, θα έχουν ενημερωθεί για τις νομικές και τις κοινωνικές επιπτώσεις από την εφαρμογή της διατροφογενετικής καθώς και για τις προοπτικές έρευνας σε αυτόν το τομέα.

## 15.6 Μαθήματα 6<sup>ου</sup> Εξαμήνου

277-190601 - ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΑΘΟΛΟΓΙΚΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ II  
277-190602 - ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΓΩΓΗ - ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ  
277-190603 - ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ  
277-190604 - ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ  
277-190605 - ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ  
277-190606 - ΑΝΘΡΩΠΙΝΟ ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ  
277-190607 - ΤΡΟΦΙΜΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ  
277-190608 - ΕΡΓΟΜΕΤΡΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

### 15.6.1 ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΑΘΟΛΟΓΙΚΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ II (277-19060)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190601>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

*Θεωρία:*

Το περιεχόμενο του μαθήματος δίνει έμφαση στη διατροφική αξιολόγηση, διάγνωση, παρέμβαση και παρακολούθηση ασθενών που πάσχουν από: σακχαρώδη διαβήτη (τύπου I, τύπου 2 και κύησης), προδιαβήτη, οξεία και χρόνια νεφρική νόσο, άσθμα, χρόνια αναπνευστική πνευμονοπάθεια, υπνική άπνοια, μη αλκοολική λιπώδη διήθηση του ήπατος, νοσήματα του ανώτερου και κατώτερου πεπτικού συστήματος

*Εργαστήριο:*

Σχεδιασμός κατάλληλου διαιτολογίου: Υποθερμιδικά/Υπερθερμιδικά διαιτολόγια.

Διαιτολόγια χαμηλής περιεκτικότητας πρωτεΐνης (π.χ. νεφρική ανεπάρκεια, διαταραχή του κύκλου ουρίας).

Διαιτολόγια χαμηλής περιεκτικότητας λίπους (π.χ. παγκρεατίτιδα).

Διαιτολόγια αποκλεισμού (π.χ. λακτόζης, πρωτεΐνης γάλακτος, γλουτένης, φρουκτόζης).

Προσαρμογή διαιτολογίου σε ειδικές απαιτήσεις κατανομής γευμάτων.

Σχεδιασμός διαιτολογίου σε ασθενείς με σύνθετα διατροφικά προβλήματα.

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το μάθημα στοχεύει στην εκμάθηση των φοιτητών να αναλύουν και να σχεδιάζουν τη διατροφική φροντίδα ατόμων με διάφορα νοσήματα που σχετίζονται με τη διατροφή. Οι φοιτητές θα μάθουν να συντάσσουν το κατάλληλο διαιτολόγιο ή θεραπευτικό σχήμα με βάση τις διεθνείς συστάσεις, με σκοπό τη διατροφική υποστήριξη του ασθενούς. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής/τρια θα είναι σε θέση να αναγνωρίζει τον ρόλο της διατροφής, της δίαιτας και των διαφόρων θρεπτικών συστατικών στην αντιμετώπιση μίας παθολογικής κατάστασης. Τέλος, θα είναι ικανός/ή να αξιολογεί τη διατροφική κατάσταση του ασθενούς, να συντάσσει τη διατροφική διάγνωση, να υπολογίσει τις απαιτήσεις του σε ενέργεια και θρεπτικά συστατικά και να διαμορφώνει το πλάνο παρακολούθησής του.

### 15.6.2 ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΓΩΓΗ - ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ (277-190602)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190602>

## (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Διατροφική Εκπαίδευση: η σημασία της

Καθοριστικοί παράγοντες στην επιλογή τροφίμων και τις διατροφικές αλλαγές: οι επιπτώσεις αυτών στο αποτέλεσμα της διατροφικής αγωγής

Επισκόπηση της Διατροφικής Εκπαίδευσης με στόχο την αναζήτηση μεθόδων διευκόλυνσης κινήτρων, ικανότητας και υποστήριξης για αλλαγή διατροφικής συμπεριφοράς

Μέθοδοι αύξησης της ευαισθητοποίησης και ενίσχυσης των κινήτρων για την ενδυνάμωση της αλλαγής διατροφικής συμπεριφοράς και ανάληψη σχετικής δράσης

Μέθοδοι διευκόλυνσης της ικανότητας αλλαγής συμπεριφοράς και ανάληψης δράσης.

Περιβάλλον και αλλαγή διατροφικής συμπεριφοράς

Διερεύνηση σύγχρονων ερευνητικών δεδομένων για τη διατροφική εκπαίδευση. Έρευνα και θεωρία στη δράση: πραγματοποιώντας διατροφική αγωγή στην πράξη

## (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών. α) Λήψη αποφάσεων, β) Ομαδική εργασία, γ) Παραγωγή νέων ερευνητικών ιδεών, δ) Σχεδιασμός και διαχείριση έργων, ε) Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα, στ) Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου, ζ) Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής, η) Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης.

### 15.6.3 ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (277-190603)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190603>

## (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Ενεργειακά υποστρώματα άσκησης. Ενεργειακή δαπάνη άσκησης, Εκτίμηση των ενεργειακών αναγκών. Ενεργειακό ισοζύγιο.

Ανάγκες σε μακρο και μικρο θρεπτικά συστατικά ανάλογα με το τύπο του αθλήματος, την προπονητική περίοδο, την ηλικία του αθλητή και την κατάσταση υγείας του. Υδατανθράκωση.

Εκτίμηση θρεπτικής κατάστασης αθλητών. Βιοχημικοί δείκτες στο αίμα και στα ούρα.

Απώλεια υγρών κατά την άσκηση και υδρικό ισοζύγιο αθλητών. Ιδιαίτερες ανάγκες άσκησης σε ακραίες συνθήκες. Θερμορύθμιση και εγκλιματισμός.

Διατροφή για τον υπερήλικα αθλητή

Ο ρόλος της άσκησης και της διατροφής στην αντιμετώπιση των διατροφικών Διαταραχών: Νευρική ανορεξία και Βουλιμία. Αθλητική Τριάδα. Ορισμός, συμπτώματα, επιπλοκές, διατροφική αντιμετώπιση, ψυχολογική στήριξη. Υπερκόπωση και Υπερπροπόνηση. Κατάλληλη διατροφική αγωγή, παρακολούθηση και επανεξέταση.

Κατάρτιση εξατομικευμένων διαιτολογίων σε αθλήματα ταχυδύναμης, αντοχής, σε αθλοπαιδιές σε αθλήματα κατηγοριοποίησης σωματικού βάρους, σε αθλήματα που η εξωτερική εμφάνιση επηρεάζει τη βαθμολογία Κατάρτιση γευμάτων πριν , κατά και μετά τον αγώνα

Εργογόνα βοηθήματα και ο ρόλος τους στη μεγιστοποίηση της απόδοσης

*Εργαστηριακές Ασκήσεις*

Αναπνευστικό πηλίκιο - Θερμιδικό ισοδύναμο οξυγόνου και διοξειδίου του άνθρακα. Μέτρηση βασικού μεταβολισμού και μεταβολισμού άσκησης.

Εκτίμηση θρεπτικής κατάστασης αθλητών. Αρχές σύνταξης διαιτολογίου αθλητών.

Διατήρηση αγωνιστικού σωματικού βάρους.

Σχεδιασμός διαιτολογίου για αθλητές και αθλήτριες , άρσης βαρών, body building.

Σχεδιασμός διαιτολογίου για αθλητές και αθλήτριες ποδοσφαίρου, μπάσκετ , βόλει, στίβου, μπαλέτου.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η κάλυψη των ενεργειακών και θρεπτικών αναγκών των αθλητών σύμφωνα με την ηλικία, το φύλο, τον τύπο του αθλήματος, το προπονητικό τους φορτίο, τις κλιματολογικές συνθήκες, την προπονητική περίοδο, τον προπονητικό τους στόχο καθώς και το επίπεδο υγείας αλλά και φυσικής τους κατάστασης, συμβάλλει στη βελτιστοποίηση της αθλητικής απόδοσης. Στόχος του μαθήματος «Αθλητική Διατροφή» είναι η κατανόηση των διατροφικών αναγκών των αθλητών υψηλού επιπέδου, καθώς και η απόκτηση απαραίτητων γνώσεων και δεξιοτήτων για τη σύνταξη διαιτολογίων και τη χρήση εργογόνων σκευασμάτων για τη μεγιστοποίηση του προπονητικού αποτελέσματος. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, οι φοιτητές θα έχουν αποκτήσει δεξιότητες για τη διατροφική κάλυψη των πολυποίκιλων αναγκών των αθλητών επιπέδου πρωταθλητισμού. Επίσης, θα είναι ικανοί να συστήσουν τα κατάλληλα εργογόνα βοηθήματα και θα είναι σε θέση να συνεργαστούν με την προπονητική ομάδα, συνεισφέροντας στην ανάπτυξη και εφαρμογή νέων πρακτικών στο χώρο της αθλητικής διατροφής.

## 15.6.4 ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (277-190604)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190604>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

#### *Διαλέξεις*

Εισαγωγή στην Πληροφορική στη Διατροφή. Τομείς της Πληροφορικής που εφάπτονται της επιστήμης της Διατροφής & Διαιτολογίας.

Βάσεις Δεδομένων στη Διατροφή. Τεχνικές καταγραφής στοιχείων ασθενών και μετρήσεων σε βάσεις δεδομένων.

Σύνταξη και ανάλυση διαιτολογίου υποβοηθούμενη από «έξυπνο» λογισμικό.

Διαχείριση και συλλογή δεδομένων από αισθητήρες (sensors) και ένδυτες (wearable) συσκευές.

Δημιουργία on-line ερωτηματολογίων και η διεξαγωγή online έρευνας / παρέμβασης, κτλ.

Ηλεκτρονική Υγεία - Φάκελος Ασθενούς.

Παγκόσμιος Ιστός και Διατροφή. Open data, πηγές πληροφορίας και αξιοπιστία.

Κοινωνικά Δίκτυα και Διατροφή. Συλλογή δεδομένων και διεξαγωγή μελετών.

GDPR, Data privacy, Data protection και επιπτώσεις στο επάγγελμα του Διαιτολόγου-Διατροφολόγου.

Αισθητήρες (Sensors) & Ένδυτες (Wearable) συσκευές – Nutrition, Physical Activity & Lifestyle monitoring.

Big Data, Προσωποποιημένη Διατροφή (Personalised Nutrition).

Ερευνητικά προγράμματα, ερευνητικές τάσεις και προοπτικές στην Πληροφορική στη Διατροφή.

#### *Ομαδική εργασία*

Δημιουργία, υλοποίηση και αξιολόγηση ενός μοντέλου παρακολούθησης της διατροφικής πρόσληψης, του τρόπου ζωής και της φυσικής δραστηριότητας ασθενών (nutrition, lifestyle

and physical activity monitoring) με τη χρήση ΤΠΕ όπως Κινητές (mobile) και Ένδυτες (wearable) συσκευές.

#### *Εργαστηριακές ασκήσεις*

Εισαγωγή στις Βάσεις Δεδομένων (ΒΔ) και αντίστοιχο λογισμικό

Σχεδιασμός και χρήση ΒΔ στη Διατροφή

Περιγραφή, πλοήγηση και ερωτήματα (queries) σε ΒΔ που χρησιμοποιούνται στη Διατροφή & Διαιτολογία όπως Food composition tables (π.χ. USDA Food Database), ΒΔ αποτελεσμάτων μελετών/ερευνητικών προγραμμάτων (π.χ. COSI)

Σχεδιασμός και δημιουργία ΒΔ και υποστηρικτικού υλικού για τις ανάγκες ενός Διαιτολογικού γραφείου και τις μελέτες/διατροφικές παρεμβάσεις (καταγραφή ασθενών/συμμετεχόντων, επισκέψεων/μετρήσεων)

Δημιουργία ερωτηματολογίων και συλλογή δεδομένων online (π.χ. 24recall)

Παρουσίαση και χρήση δωρεάν/in-house/open-source λογισμικού για: α) καταγραφή διατροφικών συνηθειών και φυσικής δραστηριότητας, β) σύνταξη διαιτολογίου, γ) άλλες εφαρμογές (π.χ. physical activity monitoring)

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το μάθημα παρουσιάζει και μελετά την ειδικότερη εφαρμογή των τεχνολογιών Πληροφορικής σε προχωρημένα θέματα που σχετίζονται με τις Επιστήμες Διατροφής και τη Διαιτολογία, όπως η Προσωποποιημένη Διατροφή (Personalised Nutrition), η Ηλεκτρονική Υγεία (e-Health), η παρακολούθηση ασθενών με τεχνολογικά μέσα (ICT-supported patient monitoring) και οι Βάσεις Δεδομένων στη Διατροφή. Τα διεπιστημονικά αυτά θέματα μελετώνται όχι μόνο ως προς το επιστημονικό τους περιεχόμενο αλλά και ως εργαλεία για την επαγγελματική απασχόληση, την έρευνα, τις μελέτες και τις διατροφικές παρεμβάσεις στις οποίες θα κληθούν να συμμετέχουν οι απόφοιτοι του τμήματος. Στόχος του εργαστηριακού μέρους του μαθήματος είναι η πρακτική εξάσκηση σε εξειδικευμένες εφαρμογές και λογισμικό στους παραπάνω τομείς, όπως η καταγραφή στοιχείων ασθενών και μετρήσεων σε βάσεις δεδομένων, η σύνταξη και ανάλυση διαιτολογίου υποβοηθούμενη από «έξυπνο» λογισμικό, η διαχείριση και συλλογή δεδομένων από αισθητήρες (sensors) και ένδυτες (wearable) συσκευές, η δημιουργία ερωτηματολογίων, η διεξαγωγή online έρευνας / παρέμβασης, κτλ. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής / -τρια θα είναι σε θέση να: α) Συνεργαστεί σε ομάδα φοιτητών (στο πλαίσιο εργασίας του μαθήματος) για τη δημιουργία, υλοποίηση και παρακολούθηση ενός μοντέλου παρακολούθησης ασθενών υποβοηθούμενο από Κινητές και Ένδυτες (wearable) συσκευές, β) Κατανοεί προχωρημένες αρχές και τεχνολογίες της Πληροφορικής και την εφαρμογή τους στην επιστήμη της Διατροφής & Διαιτολογίας, γ) Έχει γνώση των σύγχρονων εργαλείων και τεχνικών της Πληροφορικής στη Διατροφή (Βάσεις Δεδομένων, Εφαρμογές σύνταξης διαιτολογίου, online ερωτηματολογίων κτλ), δ) Χρησιμοποιεί τις τεχνικές αυτές για τη διεξαγωγή έρευνας ή/και την επαγγελματική ενασχόληση στον τομέα της Διατροφής & Διαιτολογίας.

## 15.6.5 ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (277-190605)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190605>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Γενικά για την Φαρμακολογία - Αρχές, Σημασία, Θεμελιώδεις και Σύγχρονοι όροι

Η έννοια της Φαρμακοκινητικής

Εφαρμογή των αρχών της Φαρμακοκινητικής στην πρόβλεψη της συμπεριφοράς του φαρμάκου

Η έννοια της Φαρμακοδυναμικής

Κατανόηση των μηχανισμών αλληλεπίδρασης στόχου-δραστικής ουσίας

Πρόβλεψη της επίδρασης ενός φαρμάκου στο σώμα βάσει του μηχανισμού δράσης του

Αρχές Φαρμακοθεραπείας - Ενδείξεις, αντενδείξεις και ανεπιθύμητες ενέργειες εφαρμογών φαρμάκων στην κλινική πράξη

Αυτόχθονα βιοδραστικά μόρια - Ισταμίνη-Αντιισταμινικά, Σεροτονίνη-Αντισεροτονινεργικά, Κινίνες-Προσταγλανδίνες

Ιδιότητες των Βιταμινών και των ιχνοστοιχείων - σχετιζόμενες παθήσεις

Χημειοθεραπευτικά και αντινεοπλασματικά φάρμακα - ενδείξεις, ανεπιθύμητες ενέργειες

Φάρμακα διεγερτικά του Κεντρικού Νευρικού Συστήματος - Αντιψυχωσικά-Αγχολυτικά, Αντικαταθλιπτικά, Κατασταλτικά - Διεγερτικά, Ουσίες κοινωνικής κατάχρησης, Αντιεπιληπτικά, και φάρμακα κατά των νόσων Parkinson και Alzheimer's - δράση, ενδείξεις και ανεπιθύμητες ενέργειες

Φάρμακα του Αυτόνομου Νευρικού Συστήματος - Χολινεργικά φάρμακα, Αντιχολινεργικά, Φάρμακα νευρομυϊκών συνάψεων, Αδρενεργικά, Αδρενολυτικά

Αναλγητικά και Αντιφλεγμονώδη φάρμακα

Φάρμακα του γαστρεντερικού συστήματος, αντιβιοτικά και συσχέτιση με προβιοτικά

Φάρμακα κατά της παχυσαρκείας και αντιδιαβητικά

Αιματολογικά φάρμακα

Αντιυπερτασικά, αντιυπερλιπιδαιμικά, αντιαρρυθμικά, αντιστηθαγικά, και αντιπηκτικά φάρμακα

Δραστικές ουσίες που απαντώνται σε βότανα, τρόφιμα και σκευάσματα - πρόβλεψη συμπεριφοράς κατά την συγχορήγηση με φάρμακα

Συνταγογράφηση φαρμάκων – παράμετροι

Μηχανισμοί αλληλεπίδρασης φαρμάκων - πρόβλεψη και στρατηγική συγχορήγησης φαρμάκων

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Σκοπός του μαθήματος είναι η απόκτηση γνώσεων σχετικά με: α) τους τρόπους δράσης των φαρμακευτικών -δραστικών ουσιών στον ανθρώπινο οργανισμό, β) την κατανόηση των αρχών της φαρμακοκινητικής και φαρμακοδυναμικής, γ) τους τύπους των φαρμάκων, την σημασία τους στην κλινική πράξη (ενδείξεις) και στην αναγνώριση και αναφορά των ανεπιθύμητων ενεργειών (φαρμακοεπαγρύπνηση), δ) τη φαρμακολογική δράση συστατικών που εμπεριέχονται σε συμπληρώματα διατροφής, ε) την τοξικότητα των φαρμάκων και την αλληλεπίδραση των δραστικών ουσιών μεταξύ τους, αλλά και με τα φυσικά συστατικά που απαντώνται σε τρόφιμα ή σε σκευάσματα διατροφής, στ) την αναγνώριση και κατάταξη των φαρμάκων ανά θεραπευτική κατηγορία, ζ) την αναζήτηση έγκυρων πηγών πληροφοριών αναφορικά με τα φάρμακα με αναφορά στην πλαστικότητα και τα ψευδεπίγραφα. Το μάθημα εφοδιάζει τον εκπαιδευόμενο με την απαραίτητη γνώση των αρχών της γενικής φαρμακολογίας, της φαρμακοθεραπείας, της τοξικότητας και της κατάταξής τους ανά ομάδα ή σύστημα, έτσι ώστε να μπορεί να αναγνωρίζει τους μηχανισμούς δράσης των φαρμάκων και την αλληλεπίδραση που μπορεί να έχουν με συστατικά των τροφίμων και των συμπληρωμάτων διατροφής που λαμβάνονται από τον άνθρωπο.

### 15.6.6 ΑΝΘΡΩΠΙΝΟ ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ (277-190606)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190606>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Φυσιολογικές αλληλεπιδράσεις ανθρώπου – μικροβίων. Ευεργετικές αλληλεπιδράσεις, παθογονικότητα και μολυσματικότητα. Μικροβίωμα του δέρματος, της στοματικής κοιλότητας, του γαστρεντερικού σωλήνα, των βλεννογόνων ιστών. Χρήση μικροοργανισμών ως θεραπευτική αγωγή. Παράγοντες κινδύνου για λοίμωξη: Ηλικία, γενετική σύσταση, στρες, διατροφή.

Αλληλεπίδραση διατροφής και μικροβιώματος. Προβιοτικά – Πρεβιοτικά.

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στο μάθημα παρέχονται βασικές γνώσεις του ανθρώπινου μικροβιώματος. Με το πέρας της διδασκαλίας του μαθήματος οι φοιτητές θα αποκτήσουν βασικές γνώσεις για την ποικιλομορφία του ανθρώπινου μικροβιώματος και το ρόλο του στην υγεία και την ασθένεια.

### 15.6.7 ΤΡΟΦΙΜΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ (277-190607)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190607>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Ποιότητα ζωής σε σχέση με την ασφάλεια τροφίμων και περιβάλλον. Κύριοι τοξικοί χημικοί ρυπαντές στο περιβάλλον που μέσω της τροφικής αλυσίδας προσβάλλουν τον άνθρωπο: Βαρέα μέταλλα (μόλυβδος, κάδμιο, αρσενικό και υδράργυρος), Παρασιτοκτόνα φυτοφάρμακα, Διοξίνες - Πολυχλωριωμένα διφαινύλια (PCBs)

Οικολογικό αποτύπωμα. Αποτύπωμα άνθρακα και αποτύπωμα νερού.

Πηγές μόλυνσης των τροφίμων από το περιβάλλον: Κλιματολογικές αλλαγές, μόλυνση από γενετικά τροποποιημένους οργανισμούς, ραδιενεργός μόλυνση, μόλυνση από χημικά προϊόντα, μόλυνση κατά την επεξεργασία, μόλυνση από την συσκευασία, συνθήκες υγιεινής χώρων, εξοπλισμού και προσωπικού, μόλυνση από ακατάλληλες συνθήκες συντήρησης.

Υλικά συσκευασίας και περιβάλλον.

Το πλαστικό ως υλικό συσκευασίας τροφίμων. Φυσικά και χημικά πολυμερή υλικά που χρησιμοποιούνται στις συσκευασίες. Ο κίνδυνος μεταφοράς τοξικών ουσιών στα τρόφιμα και ποτά και η αισθητική ρύπανση του περιβάλλοντος.

Παρουσία της τοξικής ουσίας «ακρυλαμίδιο» στα διάφορα είδη τροφίμων. Μηχανισμοί σχηματισμού του ακρυλαμιδίου στα τρόφιμα. Τι μπορεί να προταθεί στους καταναλωτές αναφορικά με τους τρόπους μείωσης σχηματισμού του ακρυλαμιδίου στα διάφορα είδη των τροφίμων. Ο Κανονισμός Ε.Ε.2017/2158 για τη θέσπιση μέτρων άμβλυνσης του κινδύνου και επιπέδων αναφοράς για τον περιορισμό της παρουσίας ακρυλαμιδίου στα τρόφιμα.

Βιοκαύσιμα και διαθεσιμότητα τροφίμων.

Αξιοποίηση αποβλήτων τροφίμων με μετατροπή σε βιο-πλαστικό για 3D εκτύπωση.

Φαγητό στα απορρίμματα – χαμένα τρόφιμα: Πρωτοβουλίες για μείωση της σπατάλης τροφίμων.

Θέματα βιοηθικής ζώων και ανθρώπων στην παραγωγή τροφίμων.

Κίνδυνοι και επιπτώσεις της κλιματικής μεταβολής στη βιοποικιλότητα.

Διαχείριση αποβλήτων: Διαχείριση και διάθεση αστικών απορριμμάτων από την κατανάλωση τροφίμων, κύκλος ζωής τροφίμων.

Η ανάλυση κύκλου ζωής ως εργαλείο εκτίμησης των περιβαλλοντικών επιπτώσεων

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Σκοπός του μαθήματος είναι να δώσει τις απαραίτητες γνώσεις στον ειδικό διατροφής σχετικά με την χρησιμοποίηση των πόρων και τις επιπτώσεις στο περιβάλλον για την παραγωγή, διακίνηση και κατανάλωση των τροφίμων, τις αλληλεπιδράσεις μεταξύ του περιβάλλοντος και των τροφίμων, την δημιουργία των αποβλήτων και τις διατροφικές κρίσεις. Επίσης, αναμένεται οι φοιτητές να μπορούν να διαμορφώσουν προτάσεις για την προστασία αφενός του περιβάλλοντος και αφετέρου των τροφίμων. Στόχος επίσης είναι να προβληθούν τα επιτεύγματα επιστημονικών ερευνών και να συζητηθούν τα δεδομένα που προκύπτουν από την τρέχουσα επιστημονική γνώση, σχετικά με τα σύγχρονα περιβαλλοντικά προβλήματα και τον βαθμό που αυτά επηρεάζουν την ποιότητα των τροφίμων. Περαιτέρω, συζητώνται οι μηχανισμοί επίδρασης των διαφόρων τεχνολογιών παραγωγής, διανομής και κατανάλωσης τροφίμων στο περιβάλλον.

## 15.6.8 ΕΡΓΟΜΕΤΡΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (277-190608)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190608>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Εισαγωγή στο Μάθημα Εργομετρία και Διατροφή: Ανάλυση σκοπού, στόχων μερών του μαθήματος, υποχρεώσεις φοιτητών, εισαγωγή στην έννοια, σκοπό και στόχο της εργομετρίας, ανάλυση του αντικειμένου της εργομετρίας, η σημασία της εργομετρίας στην συνταγογράφηση και στην πορεία των παρεμβάσεων διατροφής και άσκησης, χρήση των αποτελεσμάτων των εργομετρικών αξιολογήσεων στην διατροφική και αθλητική επιστήμη, ανάλυση εννοιών της αξιολόγησης και της εκτίμησης

Προ-Εργομετρικός Έλεγχος και Ασφάλεια: Μεθοδικά ζητήματα που πρέπει να πραγματοποιηθούν πριν την έναρξη των εργομετρικών αξιολογήσεων, βασικά ζητήματα που θα πρέπει να τηρηθούν από τους εξεταζόμενους πριν την πραγματοποίηση των διάφορων εργομετρικών αξιολογήσεων, κατάταξη ασκούμενων, παθόντων και αθλητών με βάση τους προ-εργομετρικούς ελέγχους, προ-εργομετρικοί έλεγχοι, ασφάλεια κατά την διενέργεια των εργομετρικών αξιολογήσεων, αντιμετώπιση κρίσιμων και ανεπιθύμητων περιστατικών κατά της διενέργεια των εργομετρικών αξιολογήσεων

Βασικά Ζητήματα Εργομετρικών Αξιολογήσεων: Ανάλυση των εννοιών βαθμονόμηση, εγκυρότητα, αξιοπιστία, αντικειμενικότητα, παράγοντες που τις επηρεάζουν, συσχέτιση εγκυρότητας – αξιοπιστίας – αντικειμενικότητας, σφάλμα μέτρησης, πηγές σφάλματος, ακούσιο/συστηματικό/τυχαίο σφάλμα, τυπική απόκλιση, συντελεστής συσχέτισης, έλεγχος σφαλμάτων

Αξιολόγηση Ανθρωπομετρικών Στοιχείων-Σύσταση Σώματος: Φυσιολογία σύστασης σώματος, παχυσαρκία και χρόνια προβλήματα υγείας, αξιολόγηση ανθρωπομετρικών στοιχείων, τρόποι αξιολόγησης σύστασης σώματος (ΔΜΣ, δερματοπτυχές 3-7-12 σημείων, υδροστατική ζύγιση, DEXA, βιοηλεκτρικής αγωγιμότητας κ.τ.λ.), ανάλυση μεθοδολογίας και κρίσιμων στοιχείων και παραμέτρων της αξιολόγησης της σύστασης σώματος για κάθε ένα τρόπο, κατάταξη ατόμων σε εκατοστημοριαίες κλίμακες, τεκμηρίωση επιθυμητού βάρους και ποσοστού λιπώδους μάζας



Αξιολόγηση Μεταβολισμού: Βασικά βιολογικά στοιχεία που επηρεάζουν τον μεταβολισμό, βασικά ζητήματα θερμοδομετρίας, έμμεση και άμεση θερμοδομετρία, καταγραφείς φυσικής δραστηριότητας, ανάλυση διαδικασίας μέτρησης μεταβολισμού ηρεμίας, βασικού μεταβολικού ρυθμού, μεταβολισμού κατά την φυσική δραστηριότητα και την άσκηση, αξιολόγηση αναπνευστικού πηλίκου ηρεμίας, ανάλυση και χρήση μεταβολικών εξισώσεων για την τεκμηρίωση της συνολικής ημερήσιας ενεργειακής δαπάνης, καύση υδατανθράκων (αμύλου, γλυκόζης, σακχαρόζης κτλ), λιπών και πρωτεϊνών, αντιστοιχία Οξυγόνου-Ενέργειας, gr τροφής- Ενέργειας κτλ, ποσοτικά παραδείγματα.

Αξιολόγηση Καρδιοαν/ικής Λειτουργίας Ηρεμίας: Επισκόπηση Καρδιοαναπνευστικού συστήματος, ανάλυση βασικών παραμέτρων αξιολόγησης και δεικτών καρδιαγγειακής και αναπνευστικής λειτουργίας, ανάλυση παραμέτρων που επηρεάζουν την καρδιαγγειακή και αναπνευστική λειτουργία και τους δείκτες της, ανάλυση ηλεκτροκαρδιογραφικής αξιολόγησης και των αποτελεσμάτων της (επίδειξη ηλεκτροκαρδιογραφημάτων υγείων και μη ατόμων, αθλητών), χρήση καρδιοσυχνόμετρου και holter, αξιολόγηση αρτηριακής πίεσης, διπλού γινομένου και κατάταξη ατόμων σε εκατοστημοριαίες κλίμακες, ανάλυση αξιολογήσεων αναπνευστικής λειτουργίας και των αποτελεσμάτων της (επίδειξη αποτελεσμάτων υγείων και μη ατόμων, αθλητών).

Αξιολόγηση Αερόβιας Ικανότητας: Συνοπτική ανάλυση του αερόβιου μηχανισμού παραγωγής ενέργειας, ανάλυση αερόβιας ικανότητας και της σημασίας της στην υγεία και στον αθλητισμό, βασικά φυσιολογικά ζητήματα που επηρεάζουν την αερόβια ικανότητα, ανάλυση του αερόβιου, αναερόβιου και του αναπνευστικού αερόβιου κατωφλιού, επίδραση του είδους της συστηματικής άσκησης στην αερόβια ικανότητα, πρωτόκολλα αξιολόγησης αερόβιας ικανότητας (εργαστηριακά και πεδίου, μέγιστα και υπομέγιστα) για διάφορες πληθυσμιακές ομάδες (αγύμναστοι, αθλητές διάφορων αθλημάτων, ηλικιωμένα άτομα κ.τ.λ.), τεκμηρίωση αερόβιου, αναερόβιου και αναπνευστικού αερόβιου κατωφλιού, καταγραφή αναπνευστικού πηλίκου και κρίσιμα σημεία μεταβολής τους κατά την διενέργεια των αξιολογήσεων αερόβιας ικανότητας, αξιολόγηση του ρυθμού επαναφοράς, εξαγωγή σωστών και αξιόπιστων αποτελεσμάτων και συμπερασμάτων, κατάταξη ατόμων σε εκατοστημοριαίες κλίμακες, χρήση των αποτελεσμάτων στην προπονητική διαδικασία, επιπτώσεις των αποτελεσμάτων στην διατροφική παρέμβαση.

Αξιολόγηση Αναερόβιας Ικανότητας: Ανάλυση του αναερόβιου μηχανισμού παραγωγής ενέργειας, ανάλυση της αναερόβιας ικανότητας και της σημασίας της στην υγεία και στον αθλητισμό, βασικά φυσιολογικά ζητήματα που επηρεάζουν την αναερόβια ικανότητα, ανάλυση πρωτοκόλλων αξιολόγησης αναερόβιας ικανότητας εργαστηριακού τύπου και πεδίου, ανάλυση των κρίσιμων σημείων κατά την διενέργεια των αξιολογήσεων αναερόβιας ικανότητας, εξαγωγή σωστών και αξιόπιστων αποτελεσμάτων και συμπερασμάτων, κατάταξη ατόμων σε εκατοστημοριαίες κλίμακες, χρήση των αποτελεσμάτων στην προπονητική διαδικασία, επιπτώσεις των αποτελεσμάτων στην διατροφική παρέμβαση.

Αξιολόγηση Μυϊκής Δύναμης και Μυϊκής Αντοχής: Ανάλυση των μορφών δύναμης, βιολογικοί παράγοντες που επηρεάζουν την μυϊκή δύναμη, τον ρυθμό εφαρμογής της δύναμης και την μυϊκή αντοχή, η σημασία της μέγιστης μυϊκής δύναμης και κυρίως στην σχετικής μέγιστης και του ρυθμού εφαρμογής της δύναμης στην σωματική απόδοση και αθλητική επίδοση, ισομετρική αξιολόγηση της μέγιστης δύναμης σε μονοαρθρικές και πολύαρθρικές ασκήσεις, έμμεσος και άμεσος τρόπος τεκμηρίωσης της μέγιστης ισοτονικής δύναμης, αξιολογήσεις της μυϊκής αντοχής, ανάλυση των κρίσιμων σημείων κατά την διενέργεια των αξιολογήσεων αυτών, εξαγωγή σωστών και αξιόπιστων αποτελεσμάτων και συμπερασμάτων, κατάταξη

ατόμων σε εκατοστημοριαίες κλίμακες, χρήση των αποτελεσμάτων στην προπονητική διαδικασία, επιπτώσεις των αποτελεσμάτων στην διατροφική παρέμβαση

Αξιολόγηση Μυϊκής Ισχύος - Αλτικότητας: Ανάλυση της μυϊκής ισχύος - αλτικότητας, βιολογικοί παράγοντες που επηρεάζουν την παραγωγή μυϊκής ισχύος, ανάλυση ταχοδυναμικής σχέσης, βιολογικοί παράγοντες που επηρεάζουν την ταχοδυναμική σχέση, ανάλυση πρωτοκόλλων αξιολόγησης της μυϊκής ισχύος - αλτικότητας είτε σε εργαστήριο είτε μέσω αξιολογήσεων πεδίου, αξιολόγηση της ταχοδυναμικής σχέσης, ανάλυση των κρίσιμων σημείων κατά την διενέργεια των αξιολογήσεων αυτών, εξαγωγή σωστών και αξιόπιστων αποτελεσμάτων και συμπερασμάτων, κατάταξη ατόμων σε εκατοστημοριαίες κλίμακες, χρήση των αποτελεσμάτων στην προπονητική διαδικασία, επιπτώσεις των αποτελεσμάτων στην διατροφική παρέμβαση.

Αξιολόγηση της Ευλυγισίας και της Κινητικότητας: Ανάλυση των όρων ευλυγισία και κινητικότητα, βιολογικοί παράγοντες που τις επηρεάζουν, η σημασία της ευλυγισίας και της κινητικότητας στην σωματική απόδοση και στην αθλητική επίδοση, ανάλυση πρωτοκόλλων αξιολόγησης της ευλυγισίας και της κινητικότητας, εξαγωγή σωστών και αξιόπιστων αποτελεσμάτων και συμπερασμάτων, κατάταξη ατόμων σε εκατοστημοριαίες κλίμακες, χρήση των αποτελεσμάτων στην προπονητική διαδικασία

Αξιολόγηση Ενεργειακής Δαπάνης Άσκησης – Μεταβολικές Εξισώσεις: Ανάλυση της χρήσης των αποτελεσμάτων των αξιολογήσεων του μεταβολισμού, της αερόβιας και αναερόβιας ικανότητας στην τεκμηρίωση της ενεργειακής δαπάνης, χρήση μεταβολικών εξισώσεων για την τεκμηρίωση της ενεργειακής δαπάνης κατά την πραγματοποίηση διάφορων ειδών φυσικής δραστηριότητας και άσκησης, μεταβολικό ισοδύναμο και η χρήση του στην διατροφική και αθλητική επιστήμη, χρήση μεταβολικών εξισώσεων για την εξακρίβωση των θερμιδών που πρέπει να δαπανηθούν κατά την άσκηση ή/και να μειωθούν μέσω μια διατροφικής παρέμβασης για την απώλεια σωματικού λίπους, χρήση μεταβολικών εξισώσεων για την πρόβλεψη του απαιτούμενου χρόνου για την επίτευξη της επιθυμητής απώλειας σωματικού βάρους και λίπους, υπολογισμός ρυθμού μείωσης σωματικού βάρους και λιπώδους μάζας, χρήση μεταβολικών εξισώσεων για την εξακρίβωση του απαιτούμενου χρόνου για την επίτευξη της επιθυμητής μείωσης σωματικού βάρους και λίπους.

Μεθοδολογία Επιλογής Εργομετρικών Αξιολογήσεων: Ανάλυση της μεθοδολογίας για την επιλογή των κατάλληλων κατά περίπτωση εργομετρικών αξιολογήσεων (υγιή και μη άτομα, αθλητές ατομικών και ομαδικών κ.τ.λ.), εκμάθηση της μεθοδολογίας ανίχνευσης και ανάλυσης αναγκών, εκμάθηση χρήσης αλγόριθμου επιλογής, σειρά πραγματοποίησης εργομετρικών αξιολογήσεων, τεκμηρίωση των χρονικών περιόδων για τις επαναξιολογήσεις.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Σκοπός του μαθήματος «Εργομετρία και Διατροφή» είναι η κατανόηση της σημασίας και της συμβολής των εργομετρήσεων, στην υγεία, στην αθλητική επίδοση και σωματική απόδοση. Σημαντικός σκοπός του μαθήματος είναι να γίνει κατανοητό και να υπάρχει μια εκ βάθους γνώση του πως τα αποτελέσματα των εργομετρικών αξιολογήσεων μπορούν να χρησιμοποιηθούν από τους ιατρούς, διατροφολόγους, εργοφυσιολόγους και γυμναστές ως μέσο τεκμηρίωσης της υφιστάμενης κατάστασης υγεία και απόδοσης, κατάταξης σε εκατοστημοριές κλίμακες και σύγκρισης ατόμων μεταξύ τους, αλλά και ως ένα από τα πιο χρήσιμα εργαλεία για την συνταγογράφηση και παρακολούθηση της πορείας των παρεμβατικών διαδικασιών της διατροφής και της άσκησης, σε υγιή και μη άτομα. αλλά και αθλητές. Τέλος, το μάθημα αυτό σκοπεύει στην απόκτηση πρακτικών δεξιοτήτων μέτρησης βιολογικών παραγόντων που επηρεάζουν τη σωματική απόδοση και υγεία. Οι στόχοι του μαθήματος «Εργομετρία και Διατροφή» είναι να εφοδιαστούν οι φοιτητές της σχολής

Διατροφής και Διαιτολογίας, με τις απαραίτητες γνώσεις, θεωρητικές και πρακτικές, για τους παράγοντες που επηρεάζουν την αξιοπιστία και εγκυρότητα μιας αξιολόγησης, τους βιολογικούς παράγοντες που επηρεάζουν την απόδοση κατά την διάρκεια των εργομετρικών αξιολογήσεων, την μεθοδολογία επιλογής των κατάλληλων εργομετρικών αξιολογήσεων ανα περίπτωση, την διεξαγωγή ασφαλών και αξιόπιστων εργομετρικών αξιολογήσεων, την τεκμηρίωση ολοκλήρωσης των διάφορων αξιολογήσεων, την διαδικασία ανάλυσης των αποτελεσμάτων και εξαγωγής σωστών και έγκυρων αποτελεσμάτων-συμπερασμάτων, την χρήση των αποτελεσμάτων στην συνταγογράφηση της διατροφής και της άσκησης και τέλος την χρήση των επαναληπτικών εργομετρικών αξιολογήσεων και των αποτελεσμάτων τους, για την επίβλεψη της πορείας της παρέμβασης της διατροφής ή/και της άσκησης, ώστε να γίνονται οι απαραίτητες ενέργειες από αυτούς για την επιτυχή ολοκλήρωση των θεσπισμένων στόχων. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές θα είναι σε θέση να: α) Γνωρίζουν την έννοια και την σημασία των έγκυρων και αξιόπιστων μετρήσεων, β) Γνωρίζουν τα υπέρ και τα κατά των διάφορων εργομετρικών αξιολογήσεων, γ) Μπορούν να επιλέξουν τα κατάλληλα πρωτόκολλα εργομετρικής αξιολόγησης ανα περίπτωση, δ) Γνωρίζουν τις βιολογικές παραμέτρους που επηρεάζουν την πορεία και την απόδοση σε διάφορες βασικές εργομετρικές αξιολογήσεις, ε) Γνωρίζουν τα κρίσιμα σημεία των βασικών εργομετρικών αξιολογήσεων, στ) Μπορούν να πραγματοποιήσουν τουλάχιστον βασικές εργομετρικές αξιολογήσεις, ζ) Μπορούν να παρακολουθούν την πορεία των εργομετρικών αξιολογήσεων, η) Γνωρίζουν τα κρίσιμα στοιχεία παρακολούθησης των ζωτικών ενδείξεων για την ασφάλεια των ασκούμενων, θ) Μπορούν να εξάγουν σωστά και έγκυρα αποτελέσματα από τις εργομετρικές αξιολογήσεις, ι) Μπορούν να χρησιμοποιήσουν τα αποτελέσματα των εργομετρικών αξιολογήσεων στην δουλεία τους, ια) Προγραμματίζουν επαναληπτικές αξιολογήσεις ανάλογα τον στόχο και το χρονικό διάστημα το οποίο τους ανατίθεται.

## 15.7 Μαθήματα 7<sup>ου</sup> Εξαμήνου

- 277-190701 - ΘΡΕΠΤΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΟΥ ΑΣΘΕΝΟΥΣ
- 277-190702 - ΔΙΑΙΤΑ ΚΑΙ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ
- 277-190703 - ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ
- 277-190704 - ΜΑΖΙΚΗ ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ
- 277-190705 - ΒΙΟΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ
- 277-190706 - ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ
- 277-190707 - ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ ΜΙΚΡΟΘΡΕΠΤΙΚΩΝ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ

### 15.7.1 ΘΡΕΠΤΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΟΥ ΑΣΘΕΝΟΥΣ (277-190701)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190701>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Αξιολόγηση κατάστασης θρέψης παιδιών και εφήβων. Απαιτήσεις, screening, ιδιαιτερότητες. Κλινική εκτίμηση.

Υπολειπόμενη ανάπτυξη. Τροφικές αλλεργίες.

Διατροφή νηπίων και παιδιών προσχολικής ηλικίας: Διαταραχές και παρεμβάσεις. Παιδιά με ειδικές ανάγκες φροντίδας υγείας, Παθήσεις που σχετίζονται με τη διατροφή, Προβλήματα σίτισης, Αξιολόγηση σωματικής αύξησης.

Διατροφή στην παιδική και προεφηβική ηλικία: Διαταραχές και παρεμβάσεις. Διατροφικές ανάγκες παιδιών με ειδικές ανάγκες φροντίδας, Αξιολόγηση σωματικής αύξησης, Διατροφικές συστάσεις, Δυσκολίες σίτισης, Διατροφικά συμπληρώματα και θεραπείες με βότανα.

Διατροφή στην εφηβεία: Διαταραχές και παρεμβάσεις. Υπερβάλλον βάρος και παχυσαρκία, Κατανάλωση συμπληρωμάτων διατροφής, Διαταραχές λήψης τροφής, Διατροφή σε έφηβους αθλητές, Ειδικοί διατροφικοί προβληματισμοί στην εφηβεία.

Ιδιοπαθή φλεγμονώδη νοσήματα εντέρου. Τεκμηριωμένη Διατροφική θεραπεία, προβλήματα σίτισης, Διατροφικές συστάσεις και οδηγίες, αξιολόγηση θρέψης/υποθρεψίας.

Κοιλιοκάκη.

Επιληψία – νευρολογικά προβλήματα. Κετογονική δίαιτα, μοντέλα κετογονικής δίαιτας, πλάνο διατροφικής φροντίδας, ανάπτυξη, αξιολόγηση.

Τροφικές αλλεργίες. Κλίμακες εισαγωγής τροφίμων, αξιολόγηση θρέψης. Περιοριστικά διαιτολόγια.

Εγκαύματα - τραύματα. Διατροφική αξιολόγηση, Εκτίμηση θρέψης-screening, διατροφική θεραπεία, διατροφικές συστάσεις.

Φαινυλκετονουρία – Νόσος οσμής ούρων σα σιρόπι σφενδάμου.

Κυστική ίνωση. Διατροφική θεραπεία, προβλήματα ανάπτυξης, διατροφικές συστάσεις. Νεφρική νόσος.

Διατροφή σε παιδιά με διαταραχές σίτισης-κατάποσης. Αναπτυξιακές διαταραχές.

HIV-AIDS

*Εργαστήριο*

Διατροφική αξιολόγηση παιδιατρικών ασθενών

Ανίχνευση διατροφικού κινδύνου σε παιδιατρικούς ασθενείς Αξιολόγηση θρεπτικών απαιτήσεων παιδιατρικών ασθενών Αξιολόγηση κλινικών ευρημάτων

Επίλυση περιστατικών με τροφικές αλλεργίες, δυσανεξίες, κοιλιοκάκη, σακχαρώδη διαβήτη, έγκαιμα, φαινυλκετονουρία, κυστική ίνωση, διαταραχές κατάποσης, παραπληγία κλπ.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η αναλυτική προσέγγιση της αξιολόγησης θρέψης και της διατροφικής φροντίδας των παιδιατρικών ασθενών, νοσηλευομένων και μη, στα πλαίσια της ειδικής διαιτητικής παρέμβασης και της θρεπτικής υποστήριξης ανάλογα με τη νόσο, με έμφαση στα χρόνια νοσήματα που εμφανίζονται στο πρώτο στάδιο ζωής. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής/τρια θα είναι σε θέση να: α) αντιλαμβάνεται τη γενική φυσιολογία των πιο γνωστών χρόνιων νοσημάτων που σχετίζονται με τη διατροφή και εμφανίζονται στο πρώτο στάδιο ζωής, β) να αναγνωρίζει τους παράγοντες δυσθρεψίας σε κάθε νόσημα και τις τεκμηριωμένες διατροφικές οδούς αντιμετώπισης αυτής, γ) να μπορεί να θεραπεύσει ή να προτείνει τεκμηριωμένες διατροφικές θεραπείες για την αντιμετώπιση των προβλημάτων υγείας σε παιδιατρικούς ασθενείς, δ) να υπολογίζει τις διατροφικές απαιτήσεις και να αντιλαμβάνεται τις ιδιαιτερότητες παιδιατρικών ασθενών, ε) να εποπτεύει και να αξιολογεί την κατάσταση θρέψης παιδιατρικών ασθενών, στ) να θέτει στόχους διατροφικής θεραπείας για παιδιατρικούς ασθενείς, ζ) να χρησιμοποιεί πλάνο διατροφικής φροντίδας αξιολογώντας τις παρεμβάσεις του/της, η) να αναγνωρίζει τους κοινωνικούς και πολιτισμικούς παράγοντες που περιορίζουν τη διατροφή των παιδιατρικών ασθενών, θ) να συνθέτει τα δεδομένα των ασθενών για να προτείνει ένα ανθρωποκεντρικό πλάνο φροντίδας.

## 15.7.2 ΔΙΑΙΤΑ ΚΑΙ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ (277-190702)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190702>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Αίτια της παχυσαρκίας.

Τρόποι προσδιορισμού της παχυσαρκίας. Επιπτώσεις της παχυσαρκίας στην υγεία.

Ο ρόλος της ενεργειακής πρόσληψης στην πρόκληση παχυσαρκίας. Μεταβολισμός ηρεμίας και παχυσαρκία.

Η σημασία της διαιτητικής αντιμετώπισης της παχυσαρκίας και πλαίσια της θεραπευτικής προσέγγισης.

Δίαιτες με διαφορετική σύνθεση θρεπτικών συστατικών, κετογονικές δίαιτες, μονομερείς δίαιτες, κυκλικές δίαιτες, υγρές δίαιτες (formula), προζυγισμένες δίαιτες, διάφορες δίαιτες (Cambridge, Atkins, Stillman, Beverly Hills, Pritikin, κ.ά.) Μεταβολικές αντιδράσεις στην απώλεια βάρους.

Διατροφικές προτιμήσεις και έλεγχος βάρους.

Φυσική δραστηριότητα και παχυσαρκία.

Παχυσαρκία στην βρεφική ηλικία, Παχυσαρκία στην παιδική ηλικία, Παχυσαρκία στην εφηβική ηλικία.

Ψυχολογικοί και κοινωνικοί παράγοντες και παχυσαρκία. Φαρμακευτική αντιμετώπιση της παχυσαρκίας, Βαριατρική, Συμπεριφορική θεραπεία.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στόχος του μαθήματος είναι να φέρει σε επαφή τους φοιτητές με τα νεώτερα δεδομένα στο χώρο της Δίαιτας και Παχυσαρκίας. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, οι φοιτητές

θα γνωρίζουν πως πρέπει να αντιμετωπίζεται ο υπέρβαρος και παχύσαρκος ασθενής σε ότι αφορά την πρόληψη αλλά και την θεραπεία της ασθένειας.

### 15.7.3 ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ (277-190703)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190703>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Περί ποιότητας. Ορισμοί, στόχοι και στάδια ποιοτικού ελέγχου. Έλεγχος ποιότητας πρώτων υλών, παραγωγικής διαδικασίας και τελικού προϊόντος. Μέθοδοι ποιοτικού ελέγχου. Οργανόγραμμα λειτουργίας μονάδων παραγωγής τροφίμων. Καθήκοντα τμήματος ποιοτικού ελέγχου.

Δειγματοληψία. Ποιοτικά χαρακτηριστικά των τροφίμων. Οργανοληπτικά χαρακτηριστικά: Εμφάνιση, υφή, οσμή και άρωμα, γεύση.

Εισαγωγή στο σύστημα HACCP και προσομοίωση ανάπτυξης σχεδίου HACCP για την παραγωγή προϊόντων ζεστής και κρύας κουζίνας.

Γάλα & Γαλακτοκομικά προϊόντα: Παραγωγή & συστατικά του γάλακτος. Μικροβιολογία του γάλακτος, παστεριωμένο και αποστειρωμένο γάλα.

Όξινα γαλακτοκομικά προϊόντα. Γιαούρτη, Τυριά. Ποιοτικός έλεγχος γάλακτος & γαλακτοκομικών προϊόντων.

Κρέας & κρεατοσκευάσματα: Περιγραφή & ταξινόμηση κρέατος και κρεατοσκευασμάτων. Κάπνισμα, αλάτισμα και νίτρωση. Αφυδατωμένα, παστεριωμένα και βραστά αλλαντικά. Συντήρηση κρέατος και κρεατοσκευασμάτων με ψύξη. Ποιοτικός έλεγχος κρέατος & κρεατοσκευασμάτων.

Αλιεύματα: Ταξινόμηση αλιευμάτων. Χημική σύσταση και βιολογική αξία. Διατήρηση με ψύξη και κατάψυξη. Κονσερβοποίηση, αλάτισμα, κάπνισμα και αποξήρανση αλιευμάτων. Ποιοτικός έλεγχος αλιευμάτων.

Λίπη και λάδια: Τεχνολογία παραλαβής ελαίων -Ελαιόλαδο. Τεχνολογία παρασκευής ελιών. Ποιοτικός έλεγχος λιπών & ελαίων.

Φρούτα & Λαχανικά: Γενικά για την συντήρηση φρούτων και λαχανικών. Κονσερβοποίηση φρούτων. Κονσερβοποίηση λαχανικών. Ξήρανση φρούτων. Δαμάσκηνα, σουλτανίνα, σύκα. Ποιοτικός έλεγχος φρούτων & λαχανικών.

Τεχνολογία οινοποίησης. Ποιοτικός έλεγχος του οίνου. Τεχνολογία ζυθοποίησης. Ποιοτικός έλεγχος της μπίρας.

Δημητριακά: Τεχνολογία δημητριακών. Ποιότητες αλεύρων, αρτοποιία. Προϊόντα δημητριακών. Ποιοτικός έλεγχος δημητριακών και των προϊόντων τους.

Τεχνολογία παρασκευής καφέ και τσαγιού. Ποιοτικός έλεγχος.

*Εργαστηριακές Ασκήσεις*

Γενικά: Μέθοδοι οργανοληπτικού ελέγχου. Βασικές αισθήσεις. Οργάνωση και σχεδιασμός των οργανοληπτικών δοκιμών. Σφάλματα. Αναλυτικές και περιγραφικές δοκιμές. Δειγματοληψία και προετοιμασία των δειγμάτων τροφίμων. Σφάλματα κατά τη δειγματοληψία. Αξιοπιστία ελέγχου.

1. Δοκιμή σύγκρισης ζεύγους. Αναγνώριση γεύσεων. Εφαρμογή σε υδατικά διαλύματα.
2. Τριγωνική δοκιμή. Εφαρμογή σε χυμούς και τσάι.
3. Δοκιμή duo-trio. Εφαρμογή σε κρύα ή/και ζεστά ροφήματα, ή/και γάλα, ή/και χυμούς.
4. Δοκιμή κατάταξης. Εφαρμογή σε μύρα.

5. Δοκιμή αρεσκείας. Εφαρμογή σε ροφήματα, και προϊόντα επάλειψης (μέλι ή πραλίνα) σε ψωμί.
6. Οργανοληπτικός έλεγχος ψωμιού και αρτοπαρασκευασμάτων.
7. Οργανοληπτικός ποιοτικός έλεγχος ελαιολάδου.
8. Οργανοληπτικός ποιοτικός έλεγχος κρασιών.
9. Οργανοληπτικός ποιοτικός έλεγχος τυριού «φέτα» και άλλων παραδοσιακών τυροκομικών προϊόντων.
10. Οργανοληπτικός έλεγχος αλλαντικών.
11. Οργανοληπτικός έλεγχος φρούτων και λαχανικών
12. Μακροσκοπικός ποιοτικός έλεγχος κονσερβών.
13. Έλεγχος της επισήμανσης στη συσκευασία των τυποποιημένων τροφίμων.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Σκοπός του μαθήματος είναι να προσφέρει στους φοιτητές τις ειδικές γνώσεις ώστε να είναι ικανοί (i) να εφαρμόζουν τις αρχές ελέγχου ποιότητας και ειδικά της οργανοληπτικής εκτίμησης των ομάδων τροφίμων που περιλαμβάνονται στο πρόγραμμα προμηθειών των μονάδων μαζικής εστίασης (τροφοδοσία μονάδων υγείας, τουρισμού, εκπαίδευσης, κ.α.), (ii) να εφαρμόζουν τις οργανοληπτικές τεχνικές στην εκτίμηση της ποιότητας, στην έρευνα και την αποδοχή των τροφίμων από τους καταναλωτές και (iii) να συσχετίζουν οργανοληπτικές και αντικειμενικές μετρήσεις στην εκτίμηση της ποιότητας. Η κατανόηση της σημασίας του ελέγχου της ποιότητας των τροφίμων αποτελεί αναγκαία προϋπόθεση για την εργασία σε χώρους όπου άμεσα ή έμμεσα έρχονται σε επαφή με τρόφιμα που προορίζονται για βρώση. Οι εργαστηριακές ασκήσεις αποσκοπούν στη σύνδεση της θεωρίας με την πρακτική εφαρμογή των γνώσεων προς εξοικείωση των φοιτητών με τις μεθόδους οργανοληπτικής αξιολόγησης και τις παραμέτρους ποιότητας των τροφίμων και στην απόκτηση της ικανότητας να συσχετίζουν υποκειμενικές και αντικειμενικές μετρήσεις στην εκτίμηση της οργανοληπτικής ποιότητας των τροφίμων.

## 15.7.4 ΜΑΖΙΚΗ ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ (277-190704)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190704>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Μορφές των μονάδων μαζικής εστίασης: Εστιατόρια κάθε μορφής. Τμήματα εστίασης στα μέσα μαζικής μεταφοράς. Επισιτιστικά τμήματα Οργανισμών και Ιδρυμάτων. Επισιτιστικά τμήματα ξενοδοχείων. Ανεξάρτητοι caterers.

Κίνδυνοι και Ασφάλεια τροφίμων στις μονάδες μαζικής εστίασης.

Διασφάλιση της ποιότητας στις μονάδες μαζικής εστίασης. Συστήματα διασφάλισης της ποιότητας. Σήματα ποιότητας στην αλυσίδα των τροφίμων.

Προαπαιτούμενα χωροταξικού σχεδιασμού, Κτιριολογικό πρόγραμμα και Υγιεινή στις μονάδες μαζικής εστίασης.

Προαπαιτούμενα και ορθές πρακτικές στις κύριες λειτουργίες της μονάδας μαζικής εστίασης: Προμήθεια, παραλαβή και αποθήκευση πρώτων υλών. Επεξεργασία, συσκευασία, αποθήκευση, διακίνηση και διάθεση των τελικών προϊόντων.

Καθαρισμός και εξυγίανση χώρων και εξοπλισμού. Κανόνες υγιεινής του προσωπικού.

**ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ**

Παρουσίαση τμήματος μαζικής εστίασης. Χωροταξικός σχεδιασμός μονάδας μαζικής εστίασης  
Τα διαγράμματα ροής στη μονάδα μαζικής εστίασης

Κανόνες ορθής βιομηχανικής πρακτικής και έλεγχος κατά τον κτιριολογικό σχεδιασμό της μονάδας. Εκπαίδευση του προσωπικού στην ατομική υγιεινή και σε ορθές πρακτικές χειρισμού των τροφίμων.

Κρίσιμα σημεία και ορθές πρακτικές κατά την προμήθεια και παραλαβή των πρώτων υλών.

Κρίσιμα σημεία και ορθές πρακτικές κατά την αποθήκευση των πρώτων υλών.

Κρίσιμα σημεία και ορθές πρακτικές κατά την επεξεργασία των πρώτων υλών.

Κρίσιμα σημεία και ορθές πρακτικές κατά την αναθέρμανση και το σερβίρισμα ή τη διάθεση των τελικών προϊόντων.

Σχεδιασμός του μενού και εκτίμηση του κόστους του φαγητού. Εκτίμηση της θερμιδικής και θρεπτικής αξίας των γευμάτων.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η κατανόηση της δομής και της οργάνωσης διαφόρων μονάδων μαζικής εστίασης για παραγωγή ασφαλών για τον καταναλωτή και με υψηλή θρεπτική αξία τελικών προϊόντων. Η γνωριμία με τον κτιριολογικό σχεδιασμό τους, την προμήθεια, παραλαβή, αποθήκευση και επεξεργασία, των πρώτων υλών, καθώς και με τη συσκευασία, διακίνηση, διάθεση και αναθέρμανση των τελικών προϊόντων. Η κατανόηση του ρόλου των κανόνων υγιεινής και της διάθεσης των αποβλήτων στις μονάδες τροφοδοσίας.

## 15.7.5 ΒΙΟΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (277-190705)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190705>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Εισαγωγή στη θεωρία δειγματοληψίας

Σχεδιασμός ιατρικής έρευνας

Εισαγωγή στις κλινικές δοκιμές

Γραμμική και λογιστική παλινδρόμηση

Ανάλυση επιβίωσης

Μέτρα Ποιότητας ζωής

Διαλογή

Εισαγωγή στη Ανάλυση Συνδιακύμανσης

Συμφωνία μεταξύ αξιολογητών

Διαγνωστικοί έλεγχοι,

Συστηματική Ανασκόπηση και Μετα-ανάλυση

Στατιστικές μέθοδοι στην Επιδημιολογία Εργαστηριακές ασκήσεις

Ανάλυση συσχέτισης (Pearson's)

Δοκιμασία  $\chi^2$ ,

Δοκιμασία για τη σύγκριση μέσων τιμών (students t-test)

Ανάλυση διακύμανσης μιας κατεύθυνσης (one way ANOVA) και δύο κατευθύνσεων (two way ANOVA)

Ανάλυση διακύμανσης επαναλαμβανόμενων μετρήσεων (repeated measures ANOVA)

Μη παραμετρικοί έλεγχοι σύγκρισης δεδομένων

Ανάλυση αξιοπιστίας  $\alpha$  του Cronbach

Ανάλυση συνδιακύμανσης (ANCOVA)



Τυπική ανάλυση παλινδρόμησης (standard regression analysis)

Παραγοντική ανάλυση-ανάλυση κύριων συνιστωσών (exploratory factor analysis- principal components analysis)

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η κατάρτιση σε στατιστικές μεθόδους, χρήσιμες για τον επιστήμονα υγείας, μέσα από την παρουσίαση, τη μελέτη και την πρακτική άσκηση. Οι φοιτητές διδάσκονται πως να επεξεργάζονται στην πράξη δεδομένα από το πεδίο της διατροφής και της διαιτολογίας, με τη βοήθεια του SPSS και πως να τα αναλύουν με σκοπό την εξαγωγή χρήσιμων συμπερασμάτων. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές θα είναι σε θέση: (α) να αναλύουν δεδομένα και να αποφασίζουν, (β) να κατανοούν τα περισσότερα βασικά θέματα της ιατρικής και βιολογικής βιβλιογραφίας, (γ) να ερμηνεύουν την ερευνητική βιβλιογραφία με κριτική ματιά, γ) να σχεδιάζουν και να πραγματοποιούν εφαρμοσμένη έρευνα.

## 15.7.6 ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ (277-190706)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190706>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Ιστορία και Γεωγραφία της Διατροφής. Ιστορική εξέλιξη των παραδοσιακών διαιτών. Διατροφικές συνήθειες των Μεσογειακών χωρών. Διαφορές και συστήματα τροφίμων.

Μεσογειακή κληρονομιά

Μεσογειακή πυραμίδα. Διατροφική αξία. Χαρακτηριστικά της Ελληνικής Διατροφής

Μακρο- και Μικρο-θρεπτικά συστατικά στη Μεσογειακή Δίαιτα και ο βιοχημικός, φυσιολογικός, μεταβολικός και κλινικός τους ρόλος στην υγεία.

Διατροφικές ανάγκες στον κύκλο ζωής. Διατροφικές συστάσεις σε διάφορες ηλικιακές ομάδες με βάση την Μεσογειακή διατροφή

Ο προληπτικός ρόλος στην υγεία του Μεσογειακού τρόπου ζωής.

Λίπη στην Μεσογειακή Διατροφή. Ο ρόλος του ελαιολάδου. Δομή και ιδιότητες, κατάταξη, απορρόφηση και μεταβολισμός.

Ο ρόλος της Μεσογειακής Διατροφής στην Τρίτη ηλικία. Διατροφή και μακροζωία.

Σχεδιασμός Διαιτολογίου με Μεσογειακή διατροφή. Σχεδιασμός γευμάτων βασισμένων στην Μεσογειακή δίαιτα. Δίαιτες διαφορετικής θερμιδικής περιεκτικότητας και διαφορετικής θρεπτικής αξίας βασισμένες στην Μεσογειακή δίαιτα. Μεσογειακή διατροφή και Γαστρονομία.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στόχος του μαθήματος είναι να φέρει σε επαφή τους φοιτητές με τα νεώτερα δεδομένα της διατροφικής αξίας της Μεσογειακής Διατροφής. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, οι φοιτητές θα γνωρίζουν: α) τον βιοχημικό, φυσιολογικό, μεταβολικός και κλινικό ρόλο της Μεσογειακής Διατροφής, β) το ρόλο της Μεσογειακής Διατροφής στις διάφορες ηλικιακές κλάσεις και γ) το σχεδιασμό Διαιτολογίου με Μεσογειακή Διατροφή.

## 15.7.7 ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ ΜΙΚΡΟΘΡΕΠΤΙΚΩΝ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ (277-190707)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190707>

## (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Το μάθημα περιλαμβάνει τη μελέτη της πέψης, απορρόφησης, βιοχημείας και του μεταβολισμού των μικροθρεπτικών συστατικών, δηλαδή των: Βιταμινών, Υδατοδιαλυτών βιταμινών (C και συμπλέγματος B), Λιποδιαλυτών βιταμινών (A, D, E, K), Ανόργανων συστατικών Μακροστοιχείων (Ca, P, Mg, Na, K, Cl), Μικροστοιχείων (Fe, Zn, Cu, Se, Cr, I, Mn, Mo, F) Υπεριχνοστοιχείων (As, B, Ni, Si, V, Co)

Μελέτη της ρύθμισης της ισορροπίας των υγρών και των ηλεκτρολυτών του σώματος.

## (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Οι φοιτητές θα μπορούν να κατανοήσουν: α) τους μηχανισμούς πέψης, απορρόφησης και μεταβολισμού των μικροθρεπτικών συστατικών (βιταμίνες και ανόργανα συστατικά), β) τους μηχανισμούς μέσω των οποίων ο οργανισμός διατηρεί την ομοιόσταση ώστε να επιτευχθεί η καλύτερη λειτουργία των κυττάρων, γ) τη συμμετοχή και τη σημασία των μικροθρεπτικών συστατικών στη διατροφή του ανθρώπου.

## 15.8 Μαθήματα 8<sup>ου</sup> Εξαμήνου

277-190801 - ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ, ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΚΑΙ ΔΗΜΟΣΙΑ ΥΓΕΙΑ  
277-190802 - ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ  
277-190803 - ΕΝΤΕΡΙΚΗ ΚΑΙ ΠΑΡΕΝΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ  
277-190804 - ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ  
277-190805 - ΔΙΑΣΦΑΛΙΣΗ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ  
277-190806 - ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ  
277-190807 - ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ  
277-190808 - ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ  
277-1908ΠΕ - ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ  
277-1908ΠΑ - ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ

### 15.8.1 ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ, ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΚΑΙ ΔΗΜΟΣΙΑ ΥΓΕΙΑ (277-190801)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190801>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Παγκόσμιος Οργανισμοί/Φορείς Διατροφικής Πολιτικής. Παγκόσμια Διατροφή: Δημογραφικό πρόβλημα.

Κοινωνικοοικονομική ανάπτυξη. Διατροφή και εισόδημα (νόμοι Engel). Η οικονομία της παχυσαρκίας.

Προβλήματα Δημόσιας Υγείας: Μη μεταδιδόμενα νοσήματα.

Προτεραιότητες Παγκόσμιας Διατροφικής Πολιτικής: Μείωση επιπολασμού NCD, δυσθρεψία, επισιτιστική ανασφάλεια.

Δείκτες δημόσιας υγείας.

Πρώτες ύλες, κεφάλαιο και κατάσταση θρέψης. Διαμάχες, πόλεμος και κατάσταση θρέψης.

Διατροφή σε έκτακτες καταστάσεις-καταστροφές. Οικολογικό αποτύπωμα και βιώσιμη διατροφή.

Σπατάλη τροφίμων.

Διατροφική εποπτεία/επιτήρηση.

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το μάθημα παρέχει γνώσεις για τους οικονομικούς, κοινωνικούς, πολιτιστικούς κ.α. παράγοντες που επιδρούν στη διαμόρφωση του διατροφικού μοντέλου ενός πληθυσμού, στα προβλήματα της παγκόσμιας διατροφής και στην εφαρμογή προγραμμάτων εθνικής διατροφικής πολιτικής, με στόχο την βελτίωση του επιπέδου υγείας και της οικονομικής ανάπτυξης της χώρας. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής/τρια θα είναι σε θέση να: α) Αντιλαμβάνεται τα παγκόσμια και εθνικά διατροφικά προβλήματα, β) Αντιλαμβάνεται τα προβλήματα δημόσιας υγείας, γ) Υπολογίζει δείκτες δημόσιας υγείας, δ) Σχεδιάζει προγράμματα διατροφικής επιτήρησης, ε) Σχεδιάζει προγράμματα διατροφικής παρέμβασης σε έκτακτες καταστάσεις, στ) Κατανοεί τα οικονομικά μοντέλα που επιδρούν στη διατροφή, ζ) Αντιλαμβάνεται τα προβλήματα θρέψης σε καταστάσεις διαμάχης, η) Αξιολογεί την επισιτιστική ανασφάλεια, θ) Σχεδιάζει οικονομικά διατροφικά μοντέλα.

### 15.8.2 ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ (277-190802)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190802>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Εισαγωγή και γενική ανασκόπηση της σημασίας της συμβουλευτικής στις διατροφικές παρεμβάσεις. Ο ρόλος του διαιτολόγου.

Παράγοντες που επηρεάζουν την τροφική επιλογή -Ιδιαίτερη έμφαση στους παράγοντες που επηρεάζουν τη διαιτητική συμπεριφορά παιδιών/εφήβων, υπέρβαρων ατόμων και ηλικιωμένων ατόμων.

Θεωρίες αλλαγής διαιτητικής συμπεριφοράς: Στάδια Αλλαγής Συμπεριφοράς και άλλες θεωρίες.

Συνέντευξη κινητοποίησης: Γενικές αρχές της μεθόδου και εφαρμογές στη διαιτητική παρέμβαση.

Γνωσιακή – Συμπεριφορική Θεραπεία: Γενικές αρχές της μεθόδου και εφαρμογές στη διαιτητική παρέμβαση.

Δομή και οργάνωση της διαιτολογικής συνεδρίας.

Δεξιότητες συμβουλευτικής στην καθημερινή πρακτική του διαιτολόγου: λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία.

Βελτίωση της συμμόρφωσης και διατήρηση των αλλαγών.

Παρεμβάσεις αλλαγής διαιτητικής συμπεριφοράς και συμβουλευτικής σε διάφορες παθήσεις: παχυσαρκία, διαταραχές στη λήψη τροφής, καρδιοαγγειακά νοσήματα, σακχαρώδης διαβήτης κλπ.

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Οι φοιτητές θα: α) εξοικειωθούν με μεθόδους και τεχνικές τροποποίησης διαιτητικών συνηθειών και συμπεριφορών στο πλαίσιο της θεραπευτικής και προληπτικής παρέμβασης, β) αναπτύξουν δεξιότητες επικοινωνίας με ασθενείς και υγιείς, διαφόρων ηλικιακών ομάδων, με στόχο τη βελτίωση της αποτελεσματικότητας των διατροφικών παρεμβάσεων, γ) μπορούν να αντιμετωπίσουν προβλήματα που προκύπτουν από τη μη-κινητοποίηση ή τη μη-συμμόρφωση των ατόμων στις διατροφικές οδηγίες, δ) εξοικειωθούν με τα συστατικά των επιτυχημένων παρεμβάσεων στις διάφορες παθήσεις.

### 15.8.3 ΕΝΤΕΡΙΚΗ ΚΑΙ ΠΑΡΕΝΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (277-190803)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190803>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Βασικές έννοιες εκτίμησης υποσιτισμού: Ανίχνευση διατροφικού κινδύνου, εργαλεία ανίχνευσης διατροφικού κινδύνου.

Εντερική διατροφή: Ενδείξεις & Αντενδείξεις, οδοί χορήγησης, διαλύματα, επιπλοκές.

Παρεντερική διατροφή: Ενδείξεις & Αντενδείξεις, οδοί χορήγησης, διαλύματα, επιπλοκές. Η διατροφή στις επείγουσες καταστάσεις.

Διατροφή υποστήριξη σε χρόνια νοσήματα. Διατροφική υποστήριξη καρκινοπαθούς.

Διατροφή σε παθήσεις του γαστρεντερικού συστήματος – Διατροφική υποστήριξη στην ηπατική νόσο.

Διατροφική υποστήριξη νεφρικού ασθενή. Θρεπτική υποστήριξη στην παιδιατρική.

Ενδογενή μεταβολικά νοσήματα και διατροφική υποστήριξη. Κυστική ίνωση και διατροφική υποστήριξη.

Ασκήσεις εφαρμογής τεχνητής διατροφής.

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το μάθημα στοχεύει στην εκμάθηση των φοιτητών στις βασικές μεθόδους εκτίμησης του υποσιτισμού και στην αναγνώριση της σημασίας επιλογής της κατάλληλης διατροφικής υποστήριξης των ασθενών μέσω εντερικής ή παρεντερικής σίτισης. Επιπλέον, σκοπός του μαθήματος είναι η περιγραφή και η κατανόηση των επιλογών σίτισης των ασθενών, καθώς και των πιθανών επιπλοκών του εκάστοτε τρόπου σίτισης. Κατά τη διάρκεια του μαθήματος, δίνεται έμφαση στη χρήση των κατάλληλων εντερικών ή παρεντερικών διαλυμάτων, στις ενδείξεις χορήγησής τους, καθώς και στα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα της κάθε μεθόδου ανάλογα με την κατάσταση υγείας των ασθενών (π.χ., ηπατική νόσος, καρκίνος κλπ).

## 15.8.4 ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ (277-190804)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190804>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Εισαγωγή στο Μάθημα: Ανάλυση σκοπού, στόχων μερών του μαθήματος, υποχρεώσεις φοιτητών, εισαγωγή στην άσκηση, ανάλυση όρων άσκησης-φυσικής δραστηριότητας-φυσικής κατάστασης, επίδραση του καθιστικού τρόπου ζωής και της άσκησης στην λειτουργικότητα, υγεία ευεξία και στους παράγοντες επικινδυνότητας εμφάνισης χρόνιων προβλημάτων υγείας, ανάγκη της άσκησης στον σύγχρονο τρόπο ζωής, παρουσίαση των βασικών ειδών και τύπων συστηματικής άσκησης (Αερόβια και Αναερόβια άσκηση)

Φυσιολογία Μυός: Δομή μυός και τένοντα, μηχανισμός μυϊκής σύσπασης (μηχανισμός διολίσθησης εγκάρσιων γεφυρών), είδη μυϊκής σύσπασης, μηκοδυναμική και ταχοδυναμική σχέση, είδη δύναμης-αντοχής, ρυθμός εφαρμογής της δύναμης, κατανομή και φυσιολογία μυϊκών ινών

Μεταβολισμός και Άσκηση: Ανάλυση βασικών μηχανισμών παραγωγής ενέργειας του ανθρώπινου σώματος, πηγές ενέργειας, χρήση των πηγών ενέργειας (μεταβολισμός πρωτεϊνών, λιπών και υδατανθράκων) κατά την άσκηση ανάλογα το είδος, τον τύπο, την ένταση και την διάρκεια της άσκησης, αναερόβιο κατώφλι, αερόβια και αναερόβια ικανότητα

Ανταπόκριση του Καρδιοαναπνευστικού Συστήματος κατά την Άσκηση: Παρουσίαση των οξείων ανταποκρίσεων του καρδιοαναπνευστικού συστήματος (εργοφυσιολογία καρδιοαναπνευστικού συστήματος) κατά την πραγματοποίηση των διάφορων ειδών άσκησης, επίδραση της καρδιοαναπνευστικής λειτουργίας στην υγεία, σωματική απόδοση και στην αθλητική επίδοση, στοιχεία ζωτικών ενδείξεων για την ασφάλεια των ασκούμενων, θερμορύθμιση και ισορροπία υγρών κατά την άσκηση

Νευρομυϊκό Σύστημα και Άσκηση: Επίδραση της φυσιολογίας και της λειτουργίας του νευρικού συστήματος στην σωματική απόδοση και λειτουργία κατά την άσκηση (εργοφυσιολογία νευρικού συστήματος) κατά την πραγματοποίηση αερόβιας και άσκησης αντιστάσεων, επίδραση της νευρικής λειτουργίας στην υγεία, σωματική απόδοση και στην αθλητική επίδοση

Άσκηση και Μυϊκή Πρωτεϊνοσύνθεση: Βασική θεωρία πρωτεϊνοσύνθεσης και ειδικότερα της μυϊκής πρωτεϊνοσύνθεσης, σύντομη ανάλυση του τι σημαίνουν και τι είναι στην ουσία οι ασκησιογενείς- προπονητικές προσαρμογές για το ανθρώπινο σώμα, αρχή της συγκεκριμενοποίησης της συνέχειας, της επανάληψης και της αντιστρεψιμότητας, επίδραση

των διάφορων ειδών άσκησης και συστηματικής προπόνησης στην μυϊκή πρωτεϊνοσύνθεση, σύγκριση και επίδραση του συνδυασμού αερόβιας και άσκησης αντιστάσεων

Προπονητικές Προσαρμογές στον Μεταβολισμό: Προπονητικές προσαρμογές των διάφορων ειδών άσκησης στις αποθήκες των πηγών ενέργειας, προπονητικές προσαρμογές των διάφορων ειδών άσκησης στους μηχανισμούς παραγωγής ενέργειας, σύγκριση και επίδραση του συνδυασμού αερόβιας και άσκησης αντιστάσεων στον μεταβολισμό και στη σύσταση του σώματος

Προπονητικές Προσαρμογές στο Καρδιοαναπνευστικό Σύστημα: Ανάλυση των προπονητικών προσαρμογών των διάφορων ειδών άσκησης στην λειτουργία και στους μηχανισμούς του καρδιοαναπνευστικού συστήματος, επίδραση των καρδιοαναπνευστικών προσαρμογών στην υγεία, στην σωματική απόδοση και στην αθλητική επίδοση, σύγκριση και επίδραση του συνδυασμού αερόβιας και άσκησης αντιστάσεων

Προπονητικές Προσαρμογές στο Νευρομυϊκό Σύστημα: Ανάλυση των προπονητικών προσαρμογών των διάφορων ειδών άσκησης στην λειτουργία και στους μηχανισμούς του νευρομυϊκού συστήματος και στα χαρακτηριστικά των μυϊκών ινών, επίδραση των νευρομυϊκών προσαρμογών στην υγεία, στην σωματική απόδοση και στην αθλητική επίδοση, σύγκριση και επίδραση του συνδυασμού αερόβιας και άσκησης αντιστάσεων

Διατροφή & Εργογόνα Συμπληρώματα στην Αναερόβια Προπόνηση: Ανάλυση διατροφικών αναγκών αθλητών αναερόβιων αγωνισμάτων, διατροφική υποστήριξη αθλητών αναερόβιων αθλημάτων, εργογόνα βοηθήματα σε αναερόβια αθλήματα-δραστηριότητες, μύθοι και πραγματικότητες

Διατροφή & Εργογόνα Συμπληρώματα σε Αθλήματα Αντοχής: Κατάταξη αγωνισμάτων αντοχής, ανάλυση διατροφικών αναγκών αθλητών αντοχής, διατροφική υποστήριξη αθλητών αντοχής, εργογόνα βοηθήματα σε αθλήματα και δραστηριότητες αντοχής, μύθοι και πραγματικότητες

Διατροφή & Συμπληρώματα Διατροφής στον Γυμνασθηριακό Αθλητισμό: Ανάλυση αναγκών των ασκούμενων του γυμνασθηριακού αθλητισμού, διατροφικές ανάγκες ασκούμενων για αύξηση της μυϊκής υπερτροφίας, μείωσης σωματικού βάρους ή/και ποσοστού σωματικού λίπους, Συμπληρώματα διατροφής σε ασκούμενους γυμνασθηριακού αθλητισμού ανά περίπτωση, Μύθοι και πραγματικότητες, χρειάζονται τελικά; Χρήση μεταβολικών εξισώσεων

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Οι στόχοι του μαθήματος «Φυσιολογία της Άσκησης και Πρωταθλητισμός» είναι να εφοδιαστούν οι φοιτητές με τις απαραίτητες γνώσεις, σχετικά με: α) την επίδραση των διάφορων βιολογικών παραγόντων και μηχανισμών στην σωματική απόδοση και στην αθλητική επίδοση, β) τον μεταβολισμό κατά την άσκηση, γ) τις θετικές επιδράσεις των διάφορων ειδών άσκησης στην υγεία, βιολογία και απόδοση του ανθρώπινου σώματος, δ) την συγκεκριμενοποίηση των προπονητικών προσαρμογών, ε) την βιολογία της άσκησης σε ασκούμενους και αθλητές και στ) της διατροφικές ανάγκες και την πιθανή χρήση εργογόνων συμπληρωμάτων σε αθλητές διάφορων αθλημάτων. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές θα είναι σε θέση να: α) Έχουν κατανοήσει τα βασικά και κρίσιμα χαρακτηριστικά της άσκησης, β) Έχουν κατανοήσει τα βασικά σημεία της «Βιολογίας της Άσκησης», γ) Έχουν κατανοήσει τα οφέλη των διάφορων ειδών άσκησης στην λειτουργικότητα, υγεία και ευεξία των ασκούμενων και γενικότερα των ωφελειών που υπάρχουν στο ανθρώπινο σώμα μέσα από την πραγματοποίηση συστηματικής άσκησης, δ) Γνωρίζουν την συμβολή των διάφορων μηχανισμών και υποσυστημάτων του ανθρώπινου οργανισμού στην σωματική απόδοση και στην αθλητική επίδοση, ε) Γνωρίζουν τις συγκεκριμένες προσαρμογές στον μεταβολισμό και στα διάφορα υποσυστήματα του ανθρώπινου οργανισμού, μέσα από την

συστηματική προπόνηση ανάλογα το είδος της άσκησης, στ) Γνωρίζουν τις ανάγκες του οργανισμού κατά την πραγματοποίηση των διάφορων ειδών άσκησης και προπόνησης ζ) Δίνουν συμβουλές άσκησης ανά περίπτωση, η) Γνωρίζουν τα κρίσιμα στοιχεία παρακολούθησης των ζωτικών ενδείξεων για την ασφάλεια των ασκούμενων, θ) Γνωρίζουν τις διατροφικές ανάγκες των διάφορων αθλητών και ασκούμενων, ι) Γνωρίζουν εκ βάθους τα καίρια σημεία της Αθλητικής διατροφής και της διατροφικής υποστήριξης των ασκούμενων-αθλητών.

#### 15.8.5 ΔΙΑΣΦΑΛΙΣΗ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ (277-190805)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/el/course/277-190805/>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Η ορολογία της ποιότητας. Ποιότητα, έλεγχος και διασφάλιση ποιότητας, διαχείριση ποιότητας, κόστος ποιότητας, εισαγωγή στα συστήματα διαχείρισης ποιότητας - ISO.

Διαχείριση της ασφάλειας των τροφίμων και το θεσμικό πλαίσιο της διασφάλισης υγιεινής και ποιότητας στην Ευρωπαϊκή Ένωση. Συνιστώμενος διεθνής κώδικας πρακτικής-γενικές αρχές υγιεινής των τροφίμων του Codex Alimentarius, υγιεινή τροφίμων σύμφωνα με την οδηγία 93/43/ΕΟ.

Παρουσίαση των συστημάτων: Διαχείρισης της Ποιότητας (ISO 9001), Διαχείρισης Ασφάλειας Τροφίμων (ΕΛΟΤ EN ISO 22000), Περιβαλλοντικής Διαχείρισης (ISO 14001).

Παρουσίαση των συστημάτων: Υγείας & Ασφάλειας στην Εργασία (ΕΛΟΤ EN ISO 45001), Ασφάλειας Πληροφοριών (ISO 27001), Διαχείρισης Ενέργειας (ISO 50001), Διαχείρισης Επιχειρησιακής Συνέχειας (ΕΛΟΤ EN ISO 22301), Διαχείρισης Ποιότητας για Ιατροτεχνολογικά Προϊόντα (ΕΛΟΤ EN ISO 13485), Θρησκευτικές Πιστοποιήσεις (π.χ. Halal , Kosher), Ιδιωτικά Πρότυπα (FSCC 22000, BRC, IFS, Eurpergar)

Το Σύστημα HACCP: Ανάλυση κινδύνων-έλεγχος κρίσιμων σημείων (HACCP). Εισαγωγή στο σύστημα HACCP, κίνδυνοι των τροφίμων, αρχές του συστήματος HACCP. Προαπαιτούμενα Προγράμματα: Κανόνες ορθής βιομηχανικής (GMP) και ορθής υγιεινής πρακτικής (GHP).

Στάδια ανάπτυξης σχεδίου HACCP. Μεθοδολογία εφαρμογής του συστήματος με παραδείγματα εφαρμογής στις επισιτιστικές μονάδες. Γενικό Μοντέλου Σχεδίου HACCP για την παραγωγή

προϊόντων μαζικής εστίασης.

Το Πρότυπο ISO 22000:2005: Περιγραφή και ανάλυση των απαιτήσεων, σχέση με το σύστημα HACCP.

Επιτροπή για την ποιότητα, ομάδες βελτίωσης της ποιότητας, ο ρόλος του υπεύθυνου ποιότητας Στάδια ανάπτυξης συστήματος διαχείρισης της ασφάλειας τροφίμων σύμφωνα το πρότυπο ISO 22000:2005.

Φάσεις για την πιστοποίηση ενός συστήματος ποιότητας.

Εργαλεία συστήματος διαχείρισης ποιότητας και τεχνικές για τη βελτίωση της ποιότητας, (διάγραμμα ροής, φύλλα ελέγχου, ιστόγραμμα, διάγραμμα Pareto, διάγραμμα αιτίας-αποτελέσματος ή διάγραμμα Ishikawa ή αλλιώς Fishbone diagram (διάγραμμα ψαροκόκαλο), καταγισμός ιδεών, έντυπα συλλογής δεδομένων.

Ανάπτυξη παραδείγματος για το διάγραμμα ροής και το διάγραμμα αιτίας-αποτελέσματος (Ishikawa).

Εγχειρίδιο διασφάλισης ποιότητας

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Σκοπός του μαθήματος είναι η κατανόηση των εννοιών που σχετίζονται με τα Συστήματα Διαχείρισης Ποιότητας οργανισμών και την πολιτική ποιότητας, τη στρατηγική των επιχειρήσεων και την εφαρμογή της διοίκησης ολικής ποιότητας για την ασφάλεια και την ποιότητα των τροφίμων και ποτών, καθώς και η εξοικείωση των φοιτητών με τις αρχές στις οποίες στηρίζονται τα συστήματα ποιότητας με βάση διεθνή πρότυπα, όπως τα: ISO9000, ISO 22000, ISO 14000 και η εξοικείωση με τις απαιτήσεις των συστημάτων διοίκησης ποιότητας. Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές θα είναι σε θέση να ερμηνεύουν το θεσμικό πλαίσιο, να περιγράψουν και να ερμηνεύουν τις απαιτήσεις των διαφόρων προτύπων, να συνθέτουν απαιτήσεις για τις μονάδες διατροφής και να εφαρμόζουν τις απαιτήσεις των προτύπων στις μονάδες διατροφής τροφίμων καθώς και να αξιολογούν την εφαρμογή των συστημάτων και να προτείνουν διορθωτικές ενέργειες. Οι γνώσεις, επιστημονικές ικανότητες και δεξιότητες που θα έχουν αποκτήσει οι φοιτητές με αυτό το εισαγωγικό μάθημα, θα μπορούν να αξιοποιηθούν εάν επιθυμήσουν να οδηγηθούν σε επόμενο κύκλο σπουδών σε αυτό ή σε συναφή επιστημονικά αντικείμενα.

## 15.8.6 ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ (277-190806)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190806>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Βιογραφικό σημείωμα – Δείγματα Βιογραφικών

Συνοδευτική επιστολή (Cover letter)

Συνέντευξη

Επαγγελματική παρουσίαση

Παρουσίαση σε ευρύ κοινό

Διαχείριση ανθρώπινου δυναμικού

Οργανωσιακή συμπεριφορά

Στοιχεία επιστήμης διοίκησης

Παρακίνηση

Συμπεριφορά ομάδων

Αξιολόγηση προσωπικού

### (3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η ανάπτυξη επαγγελματικής συνείδησης και δεξιοτήτων που θα επιτρέψουν στους φοιτητές να διεκδικήσουν πιο αποτελεσματικά θέσεις εργασίας, να λειτουργήσουν πιο δημιουργικά σε έναν επαγγελματικό οργανισμό - είτε ως διευθυντικά στελέχη, είτε ως υφιστάμενοι -, να αναπτύξουν ηγετικά χαρακτηριστικά και, εν γένει, να βελτιώσουν την εικόνα τους ως επαγγελματίες Διατροφολόγοι - Διαιτολόγοι.

## 15.8.7 ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ (277-190807)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190807>

### (2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ



Βασικές γνώσεις πρώτων βοηθειών σε λιποθυμία, έμφραγμα, σακχαρώδη διαβήτη, εγκεφαλικά επεισόδια, αναπνευστικά προβλήματα, επιληπτικές κρίσεις, δηλητηριάσεις, αλλεργικές αντιδράσεις αιμορραγίες, κακώσεις, πνιγμός, τεχνητή αναπνοή. Επιδεσμολογία, μετακίνηση πάσχοντα. Φαρμακείο πρώτων βοηθειών.

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στο μάθημα παρέχονται βασικές γνώσεις Πρώτων Βοηθειών. Με το πέρας της διδασκαλίας του μαθήματος, οι φοιτητές θα μπορούν να αναλύουν αιτίες, να αναγνωρίζουν συμπτώματα και να συνεισφέρουν στην πρόληψη νοσηρών καταστάσεων, να γνωρίζουν τρόπους επέμβασης σε ατυχήματα στους χώρους εργασίας και γενικότερα σε όλες τις δραστηριότητες της ζωής.

#### 15.8.8 ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ (277-190808)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-190808>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Έννοια του επιχειρείν. Εισαγωγή στη Διοίκηση επιχειρήσεων. Εισαγωγή στο Μάρκετινγκ. Εισαγωγή στη Χρηματοοικονομική διοίκηση. Εισαγωγή στη διοίκηση παραγωγής. Εισαγωγή στη στρατηγική των επιχειρήσεων. Βασικά θέματα Εμπορικού Δικαίου και Εργατικής Νομοθεσίας. Βασικά θέματα Οικονομικής Θεωρίας

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η ανάπτυξη σε θεωρητικό και πρακτικό επίπεδο των γνώσεων και δεξιοτήτων που είναι απαραίτητες για τον μελλοντικό επιτυχημένο επιχειρηματία.

#### 15.8.9 ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ (277-1908ΠΕ)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-1908ΠΕ>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Η πτυχιακή εργασία περιλαμβάνει το σχεδιασμό και την εφαρμογή των σταδίων εκπόνησης, με τη μορφή είτε της εφαρμοσμένης επιστημονικής έρευνας, είτε της θεωρητικής μελέτης και της ανασκόπησης ενός προβλήματος, το οποίο αφορά τις επιστήμες των τροφίμων-διατροφής και της διαιτολογίας. Παράλληλα με τα ευρήματα και τις απαντήσεις σε θέματα των ανωτέρω επιστημών, επιζητείται και η καλλιέργεια της ερευνητικής σκέψης και της μεθοδολογίας από τους φοιτητές, καθώς και η κατανόηση των οδών αναζήτησης και παράθεσης της επιστημονικής βιβλιογραφίας.

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Με την πτυχιακή εργασία οι φοιτητές μαθαίνουν να ανασκοπούν τις πληροφορίες και τις γνώσεις που υπάρχουν επάνω σε ένα επιστημονικό ζήτημα, αποκτούν εμπειρία στο σχεδιασμό και στην εκπόνηση ερευνητικών εργασιών, αποκτούν εργαστηριακή εμπειρία, μαθαίνουν να διαχειρίζονται και να αναλύουν πειραματικά δεδομένα μεγάλης κλίμακας, και τέλος μαθαίνουν να γράφουν και να παρουσιάζουν μια επιστημονική εργασία. Πιο αναλυτικά, μετά την ολοκλήρωση της πτυχιακής εργασίας, ο φοιτητής θα είναι ικανός να:

- εκθέτει και αναλύει διεξοδικά ένα πρόβλημα/ζήτημα που άπτεται της επιστήμης που θα υπηρετεί.
- επιλέγει και σχεδιάζει την θεωρητική, πρακτική και ερευνητική προσέγγιση του προβλήματος/ζητήματος, για ανάλυση και αντιμετώπισή του.
- αναζητά, εντοπίζει, χρησιμοποιεί και παραθέτει την κατάλληλη βιβλιογραφία, που αναφέρεται στο πρόβλημα/ζήτημα.
- συνθέτει τα ευρήματα της βιβλιογραφίας με τις πραγματικές συνθήκες εμφάνισης του προβλήματος/ζητήματος.
- αξιολογεί και συνθέτει ένα νέο πλαίσιο αντιμετώπισης του προβλήματος/ ζητήματος.
- διαχειρίζεται στοιχεία και δεδομένα διατυπώνοντας προτάσεις ακόμη και σε συνθήκες αβεβαιότητας.
- εκτιμά την εξέλιξη της σχετικής έρευνας στο επιστημονικό του πεδίο, προσαρμόζοντας αυτήν κάθε φορά στις ιδιαίτερες απαιτήσεις του χώρου εργασίας που θα κληθεί να υπηρετήσει.

### 15.8.10

### ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ (277-1908ΠΑ)

(1) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL): <https://nutr.ihu.gr/course/277-1908ΠΑ>

(2) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Η Πρακτική Άσκηση των φοιτητών διαρκεί συνολικά 5 μήνες και εκπονείται σε:

Δημόσια Νοσοκομεία ή Ιδιωτικά Νοσηλευτικά Ιδρύματα

Κοινότητα (διαιτολογικά γραφεία, παιδικοί σταθμοί, ιδρύματα όπως οίκοι ευγηρίας και ορφανοτροφεία, δημοτικά ιατρεία κτλ)

Επιχειρήσεις του κλάδου τροφίμων (Βιομηχανίες τροφίμων, χώροι μαζικής εστίασης, ξενοδοχεία, επιχειρήσεις που εμπορεύονται τρόφιμα)

Η Πρακτική Άσκηση στο εξωτερικό (Erasmus traineeship) εκπονείται σε έναν φορέα π.χ. πανεπιστήμιο ή ερευνητικό ίδρυμα ή οργανισμό ή επιχείρηση.

(3) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η Πρακτική Άσκηση αποτελεί ένα σημαντικό μέρος της Ανώτατης Εκπαίδευσης, καθώς αυτή αφορά στην άμεση επαφή των φοιτητών με τον εργασιακό χώρο. Συμβάλλει στην καλύτερη αξιοποίηση σε επαγγελματικό επίπεδο των γνώσεων και των δεξιοτήτων που απέκτησαν οι φοιτητές κατά τη διάρκεια των σπουδών τους, στην ευκολότερη και επωφελέστερη ένταξη τους στο παραγωγικό σύστημα της Χώρας, καθώς και στη δημιουργία ενός δίαυλου αμφίδρομης μεταβίβασης των πληροφοριών μεταξύ των ΑΕΙ και των παραγωγικών φορέων. Είναι ένας τρόπος σύνδεσης της θεωρίας με την πράξη.

Η γνωριμία και η απόκτηση ουσιαστικής επαφής των φοιτητών με τον εργασιακό χώρο αποτελεί σημαντικό μέρος του Προγράμματος Σπουδών. Στα πλαίσια αυτά, το περιεχόμενο των προπτυχιακών σπουδών έχει αναμορφωθεί, ώστε να περιλαμβάνει την εφαρμογή της αποκτημένης γνώσης, δυνατότητα που θα κληθεί να επιδείξει ο απόφοιτος στο εργασιακό του περιβάλλον.

Επιπλέον, η κινητικότητα φοιτητών στο εξωτερικό για Πρακτική Άσκηση (Erasmus traineeship) είναι εξαιρετικά σημαντική, διότι οι εμπλεκόμενοι φοιτητές μπορούν να αποκτήσουν πολύτιμη εργασιακή εμπειρία σε επιχείρηση /οργανισμό του εξωτερικού, σε αντικείμενα που σχετίζονται με το περιεχόμενο των σπουδών τους και να κατανοήσουν τις γνώσεις και τις δεξιότητες που απαιτούνται για να εργαστούν σε ένα διεθνές επιχειρησιακό περιβάλλον. Έχουν επίσης την

ευκαιρία να αναπτύξουν νέες δεξιότητες και προσόντα, τα οποία συμβάλουν στη προσωπική και επαγγελματική τους ανάπτυξη. Συγκεκριμένα, τους δίνεται η δυνατότητα να βελτιώσουν τις γλωσσικές ικανότητές τους, να αναπτύξουν διαπολιτισμικές δεξιότητες και να εξελιχθούν σε Πολίτες της Ευρώπης. Επιπροσθέτως, όταν η Πρακτική Άσκηση πραγματοποιηθεί σε Πανεπιστήμιο ή Ερευνητικό Ίδρυμα, συχνά αποτελεί για τους φοιτητές το πρώτο βήμα για τη συνέχιση των σπουδών τους σε μεταπτυχιακό επίπεδο.