



Ιμερόεσσα

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΣΤΗΡΙΞΗΣ
ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ

**ΚΥΡΙΑΚΗ
29 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2024**

ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ,
ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ

«ΓΙΑΝΝΗΣ ΛΑΡΣΙΝΟΣ»



«ΑΣ ΜΟΙΡΑΣΤΟΥΜΕ ΤΟ ΒΑΡΟΣ»

ΣΤΗΝ ΚΟΡΙΝΘΟ



**Ημερίδα για την Ευαισθητοποίηση και την
Αντιμετώπιση της Παχυσαρκίας**

ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ

ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ
ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ



ΔΗΜΟΣ
ΚΟΡΙΝΘΙΩΝ



ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ



ΦΣΚ

ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟΣ
ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ

10:30-11:00

Εγγραφές

Παρουσίαση / Συντονισμός Ημερίδας: **Ε. Κωνσταντίνου**

11:00-11:30

Χαιρετισμοί

11:30-12:30

1η Ενότητα: Ευρύ κοινό

11:30-11:45

Ιμερόεσσα - Επειδή το βάρος μας μετράει

Κ. Τσιρανίδου

11:45-12:00

Παχυσαρκία: Μια αισθητική διαταραχή ή νόσος;

Ποιο είναι το αποτύπωμα της παχυσαρκίας στον παγκόσμιο και στον ελληνικό πληθυσμό; Ποιες νόσοι συνδέονται με την παχυσαρκία; Είναι λογικό να περιμένουμε ή να προσπαθούμε να λύσουμε άμεσα την παχυσαρκία; Πόσο γρήγορα θα δούμε αποτελέσματα;

Α. Μουρουγλάκης

Ερωτήσεις – Συζήτηση

12:00-12:15

Στίγμα από το σχολείο ως την εύρεση εργασίας - έχουν τα άτομα που ζουν με παχυσαρκία πρακτικά λιγότερα δικαιώματα;

Τα άτομα με παχυσαρκία περιθωριοποιούνται από μικρή ηλικία και ήδη από το σχολείο. Λιγότερα άτομα που ζουν με παχυσαρκία αποφασίζουν να γραφτούν στο γυμναστήριο ή σε κάποιο άθλημα γιατί φοβούνται την περιθωριοποίηση. Στις γυναίκες το πρόβλημα είναι ακόμα πιο έντονο. Πώς μπορούμε να δώσουμε θετικά κίνητρα στους ασθενείς με παχυσαρκία που ζουν στον περίγυρό μας; Life Coaching

Ζ. Καραμπασιάδου

Ερωτήσεις – Συζήτηση

12:15-12:30

**Μύθοι και Αλήθειες για τον έλεγχο του βάρους - Διαλειμματική;
Vegan; Κέτο; Τι να διαλέξω;**

Ακούμε καθημερινά για γρήγορες δίαιτες και νέες μορφές
διαιτολογίου - pescetarian / vegan / carnivore ... Ποια είναι η πιο
υγιεινή διατροφή; Τι μπορώ να κάνω στο σπίτι για να ελέγξω το
βάρος μου; Υπάρχουν τροφές που καίνε λίπος;

B. Τσιρώνης

Ερωτήσεις – Συζήτηση

12:30-13:00

Διάλειμμα

13:00-14:00

2^η Ενότητα: Επιστήμονες υγείας
Συντονισμός Ημερίδας: **E. Κωνσταντίνου**

13:00-13:15

Συνταγογράφηση και χειρισμός των ασθενών με παχυσαρκία

Τα γνωστά λάθη των επαγγελματιών υγείας στην αντιμετώπιση
της παχυσαρκίας. Η επιστημονική μέθοδος μείωσης του βάρους
και οι επιστημονικοφανείς μέθοδοι.

A. Μουρουγλάκης

Ερωτήσεις – Συζήτηση

13:15-13:30

**Πώς υποδεχόμαστε έναν ασθενή με παχυσαρκία - αλγόριθμος
αντιμετώπισης - η παχυσαρκία και η σύνδεσή της με την
καταθλιπτική διαταραχή / πόσο συχνή είναι;**

Πώς απευθυνόμαστε σε έναν ασθενή με παχυσαρκία όποιο
επάγγελμα υγείας και αν κάνουμε. Αλγόριθμος συζήτησης
(Canadian 5 As)

Z. Καραμπασιάδου

Ερωτήσεις – Συζήτηση

13:30-13:45

Ο ρόλος του Φαρμακοποιού στην αντιμετώπιση της νόσου - φαρμακευτική αγωγή - ευκαιρία για να εμπιστευτεί ξανά ο ασθενής τον πρώτο επαγγελματία υγείας - ποια συμπληρώματα δουλεύουν;

Πόσες ευκαιρίες έχει ο φαρμακοποιός να λύσει το πρόβλημα του ασθενούς με παχυσαρκία - πολυφαρμακία - self medication κτλ. Τι φάρμακα προτείνουμε και τι όχι - online αγορές φαρμάκων

Π. Δημητρίου

Ερωτήσεις – Συζήτηση

13:45-14:00

Η λύση στην παχυσαρκία πρέπει πάντα να βασίζεται στη διεπιστημονικότητα

Κάθε επαγγελματία υγείας έχει το ρόλο του. Διαιτολόγος, ιατρός, φαρμακοποιός, ψυχολόγος, γυμναστής.

Β. Τσιρώνης

Ερωτήσεις – Συζήτηση

ΛΙΣΤΑ ΟΜΙΛΗΤΩΝ

Π. Δημητρίου / Κλινικός Φαρμακοποιός, Κορινθία

Ζ. Καραμπασιάδου / Κλινική Ψυχολόγος, ΑΠΘ, HR Manager

Ε. Κωνσταντίνου / Φαρμακοποιός, Κορινθία

Α. Μουρουγλάκης / Παθολόγος, Έλληνας εκπρόσωπος Νέων Παθολόγων Ευρώπης Young Internists – EFIM (2017-2021), Certified European Clinical Fellow for the treatment of Obesity - EASO, Υπ. Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής ΑΠΘ

Κ. Τσιρανίδου / Πρόεδρος Δ.Σ. της Ιμερέσσας, Ψυχολόγος Επαγγελματιών Υγείας, Παθολογική Νοσηλεύτρια

Β. Τσιρώνης / Διαιτολόγος-Διατροφολόγος MSc, Θεσσαλονίκη, Πρόεδρος Ένωσης Διαιτολόγων Διατροφολόγων Ελλάδος