



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



ΕΘΝΙΚΟ & ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ

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



ΦΟΡΕΑΣ ΠΡΟΤΑΣΗΣ



ΦΟΡΕΑΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ



ΕΙΔΙΚΟΣ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΣ ΚΟΝΔΥΛΙΩΝ ΕΡΕΥΝΑΣ ΕΘΝΙΚΟ & ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ

ΦΟΡΕΑΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ



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

### ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ / ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ ΠΡΟΤΑΣΗΣ

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

Αν. Καθηγήτρια Παιδιατρικής και Εφηβικής Ενδοκρινολογίας  
Α' Παιδιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών  
Τμήμα Ενδοκρινολογίας, Μεταβολισμού & Διαβήτη  
Νοσοκομείο Παιδών «Η Αγία Σοφία»

### ΜΕΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ

Γεώργιος Π. Χρούσος

Καθηγητής Παιδιατρικής, Διευθυντής Α' Παιδιατρικής Κλινικής, Ιατρική Σχολή Πανεπιστημίου Αθηνών, Νοσοκομείο Παιδών «Η Αγία Σοφία»

Ιωάννης Μανιός

Αν. Καθηγητής Διατροφής και Διαιτολογίας, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

Χρήστος Λιονής

Καθηγητής Γενικής Ιατρικής και Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας, Τμήμα Ιατρικής, Πανεπιστήμιο Κρήτης

Ανδρέας Μαργιωρής

Καθηγητής Εργαστηριακής Ενδοκρινολογίας, Τμήμα Ιατρικής, Πανεπιστήμιο Κρήτης

### ΙΑΤΡΕΙΟ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΑΥΞΗΜΕΝΟΥ ΒΑΡΟΥΣ ΣΩΜΑΤΟΣ

Τμήμα Ενδοκρινολογίας, Μεταβολισμού και Διαβήτη  
Α' Παιδιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών  
Νοσοκομείο Παιδών «Η Αγία Σοφία»  
Θηβών και Λεβαδείας, Γουδί, Αθήνα, ΤΚ: 11527

Για παραπομπή και καθορισμό ραντεβού:

Τηλέφωνο: 213 2013 666

childhood-obesity@med.uoa.gr  
childhood-obesity@paidon-agiasofia.gr

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

## “Χάνω Βάρος – Κερδίζω Ζωή” Ιατρείο Αντιμετώπισης Αυξημένου Βάρους Σώματος

Νοσοκομείο Παιδών «Η Αγία Σοφία»  
Κεντρικό Κτίριο, 6ος Όροφος



Επιστημονική Υπεύθυνη

Ευαγγελία Χαρμανδάρη, MD, MSc, PhD, MRCP(UK), CCST(UK)  
Αν. Καθηγήτρια Παιδιατρικής και Εφηβικής Ενδοκρινολογίας  
Τμήμα Ενδοκρινολογίας, Μεταβολισμού και Διαβήτη  
Α' Παιδιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών  
Νοσοκομείο Παιδών «Η Αγία Σοφία», Αθήνα

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



Με την  
συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής  
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
“ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ”

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



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



Με την  
συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής  
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
“ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ”

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



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

## Πρόγραμμα ΕΣΠΑ

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

Ιατρείο Αντιμετώπισης  
Αυξημένου Βάρους Σώματος

«Χάνω Βάρος – Κερδίζω Ζωή»

Αγαπητοί Γονείς, Κυρίες και Κύριοι,

Η **παχυσαρκία** αποτελεί ένα από τα **πιο σημαντικά προβλήματα δημόσιας υγείας του 21ου αιώνα**, και έχει πάρει **διαστάσεις "επιδημίας"** τόσο στη χώρα μας όσο και στον υπόλοιπο κόσμο. Στην Ελλάδα, το ποσοστό υπερβαρότητας και παχυσαρκίας κατά την παιδική και εφηβική ηλικία υπερβαίνει το 30%.



Με δεδομένο ότι, σύμφωνα με τα διαθέσιμα στατιστικά στοιχεία, στη χώρα μας καταγράφονται περίπου 100.000 γεννήσεις ετησίως, προκύπτει ότι στο χρονικό διάστημα των 18 ετών που μεσολαβεί από τη γέννηση μέχρι την ενηλικίωση, ο αριθμός των παιδιών και εφήβων θα φτάνει το 1.800.000. Το γεγονός αυτό καταδεικνύει ότι την παρούσα χρονική στιγμή **στην Ελλάδα 600.000 παιδιά και έφηβοι (ποσοστό 30% ή 1 στα 3 παιδιά και έφηβοι) είναι υπέρβαροι ή παχύσαρκοι.**

Οι **επιπλοκές της παχυσαρκίας** περιλαμβάνουν **ινσουλινοαντοχή και διαβήτη τύπου 2, υπέρταση, διαταραχές του ενδοθηλίου, καρδιαγγειακά προβλήματα και υπερλιπιδαιμία**, και ευθύνονται για ένα σημαντικό υψηλό ποσοστό των δαπανών της δημόσιας υγείας. Καθώς τα παχύσαρκα παιδιά ενηλικιώνονται, αντιμετωπίζουν ένα πλήθος ιατρικών προβλημάτων που οφείλονται στην παχυσαρκία σε νεώτερες ηλικίες. Για τούς λόγους αυτούς η παχυσαρκία θεωρείται μια από τις πιο σοβαρές απειλές της δημόσιας υγείας τόσο στην χώρα μας όσο και στον υπόλοιπο κόσμο.

Επομένως, **είναι απόλυτα απαραίτητο να δοθεί έμφαση τόσο στην πρόληψη όσο και στην αντιμετώπιση** του αυξημένου βάρους σώματος κατά την παιδική και εφηβική ηλικία. Αυτός είναι ο μόνος τρόπος να βοηθήσουμε αποτελεσματικά στη **βελτίωση της υγείας** των πολιτών της χώρας μας κατά την ενήλικη ζωή, καθώς και στην **ελάττωση του κόστους νοσηλείας** τους λόγω των επιπλοκών της παχυσαρκίας.

Η Α΄ Παιδιατρική Κλινική της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, στο πλαίσιο του επιστημονικού και ερευνητικού της έργου, έχει αναλάβει δράση για την καταπολέμηση της παιδικής παχυσαρκίας στη χώρα μας. Η δράση αφορά την ηλεκτρονική καταγραφή και αξιολόγηση του προβλήματος πανελλαδικά, καθώς και την εκπόνηση οδηγιών προς τους Παιδιάτρους για την σωστή αντιμετώπισή του. Πρόκειται για το Πρόγραμμα με τίτλο: **"Ανάπτυξη Εθνικού Συστήματος Πρόληψης και Αντιμετώπισης της Υπερβαρότητας και Παχυσαρκίας κατά την Παιδική και Εφηβική Ηλικία"** και σύνθημα **"Χάνω Βάρος – Κερδίζω Ζωή"**, το οποίο χρηματοδοτείται από τα ΕΣΠΑ (MIS 370545).

Σκοπός του έργου είναι η καταγραφή, πρόληψη, αντιμετώπιση και διαχρονική παρακολούθηση όλων των παιδιών και εφήβων με αυξημένο βάρος σώματος από την



γέννηση μέχρι και την ενηλικίωση στην Ελλάδα, καθώς και η ανάπτυξη ενός ολοκληρωμένου σχεδίου δράσης παρέμβασης για την πρόληψη και αντιμετώπιση της παχυσαρκίας κατά την παιδική και εφηβική ηλικία.

Ο βασικός πυλώνας του έργου είναι η λειτουργία **Ηλεκτρονικής Διαδικτυακής Εφαρμογής** που θα καθοδηγεί πανελλαδικά τους παιδιάτρους και τους γενικούς γιατρούς για τον τρόπο με τον οποίο πρέπει να παρακολουθούν τα παιδιά και εφήβους με αυξημένο σωματικό βάρος. Οι οδηγίες αυτές θα είναι εξειδικευμένες για την περίπτωση του κάθε παιδιού.

Μέσα στα πλαίσια του Προγράμματος αυτού, και προκειμένου να αξιολογηθούν οι προτεινόμενες παρεμβάσεις, αναπτύχθηκε το **Ιατρείο Αντιμετώπισης Αυξημένου Βάρους Σώματος**, το οποίο λειτουργεί καθημερινά στο Τμήμα Ενδοκρινολογίας, Μεταβολισμού και Διαβήτη της Α΄ Παιδιατρικής Κλινικής Πανεπιστημίου Αθηνών, στο **Νοσοκομείο Παίδων "Η Αγία Σοφία"** (Κεντρικό Κτίριο, 6ος Όροφος, τηλ. 213 2013 666). Το **Ιατρείο είναι στελεχωμένο με Ιατρικό προσωπικό, Διατροφολόγο, Καθηγητή Φυσικής Αγωγής και Παιδοψυχολόγο.** Τα παιδιά και οι έφηβοι που παρακολουθούνται από εμάς, αξιολογούνται κλινικά και εργαστηριακά ανά τακτά χρονικά διαστήματα **χωρίς οικονομική επιβάρυνση.**

**Ως Επιστημονική Υπεύθυνη και Συντονίστρια του Έργου** θα ήθελα να σας εκφράσω την πεποίθησή ότι **το έργο αυτό μπορεί πραγματικά να δώσει λύσεις οριστικές και αποτελεσματικές στο πρόβλημα της παχυσαρκίας στη χώρα μας**, και να σας προσκαλέσω **να στηρίξετε την προσπάθειά μας με την παραπομπή παιδιών και εφήβων στο Ιατρείο Αντιμετώπισης Αυξημένου Βάρους Σώματος.**

Ευελπιστούμε στη θετική σας ανταπόκριση και είμαστε στη διάθεσή σας για οποιαδήποτε περαιτέρω πληροφορία ή διευκρίνιση.

Με εκτίμηση,

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