

Ημερίδα για την υγιεινή διατροφή από την INTERAMERICAN και το New York College

Το εξαιρετικά σημαντικό θέμα της σχέσης διατροφής και υγείας αναπτύχθηκε σε ανοιχτή για το κοινό ημερίδα, που συνδιοργάνωσαν πρόσφατα η INTERAMERICAN και το ιδιωτικό εκπαιδευτικό ίδρυμα New York College στο αμφιθέατρο των κεντρικών γραφείων της εταιρείας. Την ενημέρωση παρακολούθησαν και πολλοί εργαζόμενοι της INTERAMERICAN, στο πλαίσιο των τακτικών πρωτοβουλιών κοινωνικής ευθύνης της εταιρείας για το ανθρώπινο δυναμικό της, στο επίπεδο της ενημέρωσης και προληπτικής αγωγής για την υγεία και την ποιότητα ζωής.

Το θέμα προσέγγισαν διαφωτιστικά, από διαφορετική επιστημονική οπτική ο καθένας, τέσσερις ομιλητές. Η κα Αντωνία Τριχοπούλου, ομότιμη καθηγήτρια της ιατρικής σχολής του Πανεπιστημίου της Αθήνας, αναφέρθηκε στη μεσογειακή διατροφή και στην παγκόσμια αναγνώριση της αξίας και των ευεργετικών συνεπειών για την υγεία αυτού του διατροφικού προτύπου. Η ομιλήτρια τόνισε τα χαρακτηριστικά ουσιαστικής διακρίτοτητας των ονομαζομένων παραδοσιακών τροφών και πρώτων υλών, όπου σήμερα υφίσταται συχνά σύγχυση εξ αιτίας των πρακτικών του σύγχρονου μάρκετινγκ.

Στους περιβαλλοντικούς ρύπους και στα χημικά πρόσθετα εστίασε, στη συνέχεια, ο κ. Νίκος Κατσαρός, πρώην πρόεδρος του ΕΦΕΤ, διευθυντής του τμήματος διατροφολογίας και βιοϊατρικής του New York College. Ο ομιλητής ανέλυσε ειδικότερα θέματα όπως είναι η ανίχνευση υδραργύρου, κλοφέν και διοξινών στα καρχαριοειδή θαλασσινά, η χρήση χρωστικών ουσιών, τα καπνιστά τρόφιμα, τα νιτρώδη και νιτρικά, οι χημικές επιβαρύνσεις που συνοδεύουν τις κονσέρβες, η παραγωγή πολυκυκλικών αρωματικών υδρογονανθράκων για την οποία ενέχεται το ψήσιμο σε κάρβουνα, τα μαγειρικά λίπη, η επαναχρησιμοποίηση ελαίων, οι κίνδυνοι στα γαλακτοκομικά, η ακρυλαμίδα στα τυποποιημένα σνακ, οι γενετική τροποποίηση τροφίμων κ.ά.

Ο παθολόγος ιατρός προσωπικού της INTERAMERICAN κ. Γιάννης Συνειφακούλης, διδάκτωρ ιατρικής σχολής του Πανεπιστημίου της Αθήνας, μίλησε για τα αίτια της παχυσαρκίας όσον αφορά στη διατροφή και τον τρόπο ζωής. Ο καθηγητής προσδιόρισε επιστημονικά τους τύπους παχυσαρκίας και τους παράγοντες που τη δημιουργούν, καθώς και τις θεραπευτικές επιλογές, χειρουργικές και μη, με υπογράμμιση των φυσικών μεθόδων – με άσκηση και σωστή διατροφή.

Τέλος, ο κ. Γεράσιμος Καρούσος, ειδικός παθολόγος-διαβητολόγος, διευθυντής του παθολογικού τομέα της κλινικής ΑΘΗΝΑΪΚΗ MEDICLINIC, μίλησε για τον σακχαρώδη διαβήτη, που πλήττει σε υψηλά ποσοστά και τον ελληνικό πληθυσμό. Είναι χαρακτηριστικό ότι 900.000 Έλληνες πάσχουν από σακχαρώδη διαβήτη τύπου II, ενώ ποσοστό 50% όσων πάσχουν, δεν το γνωρίζουν. Ο κ. Καρούσος

αναφέρθηκε στις προδιαβητικές και διαβητικές καταστάσεις και έδωσε επιστημονικές κατευθύνσεις για την πρόληψη και θεραπεία της νόσου, επιμένοντας στις κατάλληλες διατροφικές συνήθειες.

Συμπερασματικά, οι ομιλητές συνέκλιναν στη διαπίστωση ότι ενώ παλαιότερα οι άνθρωποι έτρωγαν για να επιβιώσουν, σήμερα πρέπει να ελέγχουν το πόσο, τί και πώς τρώνε αν θέλουν να ζήσουν. Σημειώνεται ότι η INTERAMERICAN, στο πλαίσιο του σχεδίου ΕΚΕ «Πράξεις Ζωής» και σε ευθυγράμμιση με την πολιτική της στον κλάδο υγείας, αναλαμβάνει τακτικά ανάλογες πρωτοβουλίες με γνώμονα την πρόληψη.

Από το Γραφείο Τύπου
του Ομίλου INTERAMERICAN
(Τηλ. 210 - 9461554)

20 Νοεμβρίου 2013
