

Νατάσα Παπαηρακλέους



EDUCATION:

2012- Open University of Cyprus, Cyprus

- Doctor of Philosophy (Phd), Healthcare Management

2006-2007

- Nutrition and management of diabetes type 2

University of Glasgow, Scotland, UK

Master of Science (MSc), Human nutrition with specialization in clinical nutrition

Overall grade: With merit

- Thesis: "Validation of dual energy X-ray absorptiometry for estimation of fatness in 11 year old children"

2002-2006 Harokopio University, Athens, Greece

Degree in Nutrition and dietetics

Overall Grade 7,6 out of 10 (Very Good)

- Thesis: „Nutritional habits of elderly in Cyprus”

1999-2002 Ethnomartyras Kyprianos Lyceum, Strovolos, Nicosia, Cyprus

Overall Grade 18 3/11 out of 20 (Very good)

CURRENT WORK:

2007 – Present Clinical dietitian in the private sector.

WORK EXPERIENCE:

2011 Associate with G.C.School of Careers for monthly diet plan for 2-5 years old kids

2007-2009 Professor in Rea College (Limassol) / Department of Nutrition & Dietetics

2003-2006 Flower Cross pharmacy, Vera Miou, Strovolos, Nicosia, Cyprus. Summer job (3 months/year)

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΕΙΕΣ:

Δημιουργία εξατομικευμένων διαιτολογίων σε φυσιολογικές καταστάσεις για έλεγχο και διατήρηση βάρους και παροχή διατροφικών συμβουλών σε παιδιά, έφηβους, ενήλικες, υπερήλικες αλλά και κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και του θηλασμού.

Δημιουργία εξειδικευμένων διαιτολογίων και παροχή διατροφικών συμβουλών για μη φυσιολογικές καταστάσεις και νοσήματα όπως :

- Παιδική παχυσαρκία
- Παχυσαρκία ενηλίκων
- Καρδιαγγειακά νοσήματα
- Υπερλιπιδαιμία – Αυξημένα επίπεδα χοληστερόλης, αυξημένα επίπεδα τριγλυκεριδίων
- Υπέρταση (αυξημένα επίπεδα αρτηριακής πίεσης)
- Διαβήτης τύπου 1&2 – ινσουλινοαντίσταση, διαβήτη κύησης
- Σιδηροπενική αναιμία (χαμηλά επίπεδα σιδήρου)
- Οστεοπόρωση
- Σύνδρομο πολυκυστικών ωοθηκών
- Υπερουριχαιμία – υψηλά επίπεδα ουρικού οξέος
- Γαστρεντερολογικές παθήσεις – έλκος στομάχου και δωδεκαδάχτυλου, νόσος του Crohn, ελκώδης κολίτιδα, γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση, σύνδρομο ευερέθιστου εντέρου, δυσανοχή στη λακτόζη, κοιλιοκάκη (δίαιτα ελεύθερης γλουτένης), εκκοπλωματίτιδα, χολοκυστοπάθειες,
- Ηπατοπάθειες : λιπώδες ήπαρ, κίρρωση ήπατος
- Πνευμονολογικές παθήσεις : χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια
- Νεφρολογικές παθήσεις : οξεία και χρόνια νεφροπάθεια, διαβητική νεφροπάθεια, νεφρωσικό σύνδρομο
- Καρκίνος
- Διαταραχές του θυρεοειδούς (υπο/υπερθυρεοειδισμός)
- Διατροφικές διαταραχές (ανορεξία και βουλιμία)

Η διατροφική φροντίδα που παρέχεται από την κλινική διαιτολόγο περιλαμβάνει :

- Αξιολόγηση ύψους και βάρους
- Υπολογισμός Δείκτη Μάζας Σώματος (ΔΜΣ)
- Καθορισμός φυσιολογικού βάρους
- Εκτίμηση ποσοστού σωματικού λίπους
- Καταγραφή ιατρικού ιστορικού
- Καταγραφή διαιτητικού ιστορικού
- Δημιουργία εξατομικευμένου εβδομαδιαίου πλάνου διατροφής
- Δημιουργία οικογενειακού εβδομαδιαίου πλάνου διατροφής

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ:

Νατάσα Παπαηρακλέους
Κλινική διαιτολόγος – διατροφολόγος, RDN, MSc, PhD Cand
Λεωφόρος Στροβόλου 290, 2048, Λευκωσία

Τηλ : 22325252

Φαξ : 22322882

Email : natasa@papaeracleous.com

Web. : www.papaeracleous.com

Νατάσα Παπαηρακλέους
Κλινική Διαιτολόγος - Διατροφολόγος
MSc, RDN

📍 Ιατρικό Κέντρο Δικταίον Λεωφόρος
Στροβόλου 290, 2048 Στρόβολος

☎ 22325252 📠 22322882

🌐 www.papaeracleous.com

✉ natasa@papaeracleous.com

📘 facebook.com/NatasaDietitian

ΙΑΤΡΙΚΑ ΑΡΘΡΑ:

- [Διατροφή και ψυχολογία](#)
- [Διατροφικά διλήμματα](#)
- [Καλοκαιρινή διατροφή](#)
- [Καρκίνος και διατροφή](#)
- [Μπορεί το παιδί μου να κάνει δίαιτα](#)
- [Μύθοι και αλήθειες για το γάλα](#)
- [Συμπλήρωμα φυλλικού οξέος και εγκυμοσύνη](#)
- [Υγιεινές τροφές](#)