

Ημερίδα 'Υγεία και αθλητισμός'



Υγεία & Αθλητισμός

Σάββατο 18 Μαρτίου 2023

Ηράκλειο Κρήτης

«νοῦς ὁμῖς ἐν σώματι ὁμῖ»

Από τα χρόνια του Ιπποκράτη, η άσκηση και η σωστή διατροφή, θεωρούνταν οι ακρογωνιαίοι λίθοι της υγείας του ανθρώπου. Η άποψη αυτή, που εκφράστηκε αιώνες πριν, καταξιώνεται συνεχώς και ισχύει μέχρι σήμερα.

Η άθληση και η σωματική άσκηση αποδεδειγμένα πλέον σήμερα, έχουν θετική επίδραση στην ψυχοσυναισθηματική κατάσταση του ανθρώπου, στο μυοσκελετικό και το καρδιαγγειακό του σύστημα καθώς και στον ανοσολογικό μηχανισμό.

Έτι δε περαιτέρω, στην σύγχρονη ιατρική έχει εισαχθεί και ο θεραπευτικός **αθλητισμός**, που εφαρμόζεται συστηματικά πλέον στην αποκατάσταση του ατόμου έπειτα π.χ. από εγχείρηση bypass και έμφραγμα μυοκαρδίου.

Είναι όμως γνωστή και η ιστορία του δρομέα Φειδιππίδη, που έτρεξε μια απόσταση περίπου 43 χιλιομέτρων και όταν έφτασε στην Αρχαία Αθήνα, για να αναγγέλλει την νίκη επί των περσών στην μάχη του Μαραθώνα, φώναξε μόνο την λέξη «Νενικήκαμεν» και άφησε την τελευταία του πνοή.

Σκοπός της παρούσας ημερίδας θα είναι να τονιστεί η ευεργετική δράση του αθλητισμού και η αναγκαιότητα για εισαγωγή του στην καθημερινή ζωή όλων μας, ανεξαρτήτως ηλικίας, αλλά επίσης θα αναδειχθεί και ο αναγκαίος ιατρικός έλεγχος, που θα πρέπει να προηγείται για μια ασφαλή άσκηση καθώς και το επίπεδο άσκησης που θα πρέπει να πραγματοποιείται. Τέλος, θα αναδειχθεί ο σημαντικός ρόλος του οδοντιάτρου στην αθλητική ομάδα, στην έγκαιρη διάγνωση οδοντιατρικών προβλημάτων που θα μπορούσαν να επηρεάσουν τις αθλητικές επιδόσεις και στη πρόληψη - αντιμετώπιση τραυματισμών στα δόντια και τα οστά των γνάθων κατά την άθληση.

Σας προσκαλούμε για την **ενεργό** συμμετοχή σας στην παρούσα ημερίδα , που θα πραγματοποιηθεί στις 18/3/23 και διοργανώνεται από το Υπουργείο Πολιτισμού και Αθλητισμού, την 7η ΥΠΕ Κρήτης, τον Ιατρικό σύλλογο Ηρακλείου και τον Οδοντιατρικό σύλλογο Ηρακλείου, υπό την αιγίδα της Ελληνικής Οδοντιατρικής Ομοσπονδίας.

09:30 - 10:00

Έναρξη εκδήλωσης - Χαιρετισμοί

Υφυπουργός Πολιτισμού και Αθλητισμού: Λευτέρης Αυγενάκης
Περιφερειάρχης Κρήτης: Σταύρος Αρναουτάκης
Διοικητής 7ης ΔΥΠΕ: Νεκτάριος Παπαβασιλείου
Πρύτανης Πανεπιστημίου Κρήτης: Γεώργιος Μ. Κοντάκης

Στρογγυλό Τραπέζι : Ασφάλεια του αθλητή

Προεδρείο: ΣΤΕΦΑΝΟΥΔΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, ΣΟΥΡΒΙΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ.

10:00 - 10:10

Safe in Sports – Δράσεις για την ασφάλεια των αθλητών.

ΣΤΕΦΑΝΟΥΔΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

10:10 - 10:20

Βασική Υποστήριξη της Ζωής (BLS) στους αθλητικούς χώρους.

ΚΑΛΟΓΡΙΔΑΚΗ ΜΑΡΙΝΑ

10:20 - 10:30

Κάρτα Υγείας Αθλητή. **ΣΟΥΡΒΙΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ**

10:30 - 10:40

Επιστροφή του αθλητή στα αγωνίσματα μετά από νόσηση με Covid-19.

ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΥ ΙΩΑΝΝΗΣ

Στρογγυλό τραπέζι : Προ αθλητικός έλεγχος

Προεδρείο : ΚΟΧΙΑΔΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, ΠΑΤΡΙΑΝΑΚΟΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ.

10:40 - 10:50

Προ-αθλητικός έλεγχος σε νέους αθλητές. Τι πρέπει να περιλαμβάνει;

ΚΟΥΤΑΛΑΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ

10:50 - 11:00

Ο αιφνίδιος θάνατος στους νεαρούς αθλητές. Υπάρχει δυνατότητα πρόληψης;

ΠΑΤΡΙΑΝΑΚΟΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ

11:00 - 11:10

Αθλητισμός και μέση ηλικία: Απαραίτητος προ-αθλητικός έλεγχος.

ΖΕΡΒΑΚΗΣ ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ

11:10 - 11:20

Παιδική παχυσαρκία και αθλητισμός.

ΣΤΕΦΑΝΑΚΗ ΣΟΦΙΑ

11:20 - 11:30 Διάλειμμα

Στρογγυλό τραπέζι: Αθλητική Οδοντιατρική

Προεδρείο: ΡΑΧΙΩΤΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ, ΣΦΑΚΙΑΝΑΚΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ, ΒΑΣΙΛΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ.

11:30 - 11:40

Αθλητική οδοντιατρική. Ο ρόλος του οδοντιάτρου στην αθλητική ομάδα.

ΚΑΡΔΑΡΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ

11:40 - 11:50

Οδοντικό τραύμα κατά την άθληση.

ΚΟΥΙΜΤΖΗΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ

11:50 - 12:00

Αθλητική Οδοντιατρική σε ΑμΕΑ.

ΒΛΑΣΙΑΔΗΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ

12:00 - 12:10

Οδοντιατρικά προβλήματα των αθλητών. Διατροφή, άσκηση και αθλητές.

Επηρεάζεται η στοματική υγεία; **ΚΥΡΑΝΟΥΔΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ**

12:10 - 12:25

Αθλητικοί νάρθηκες.

ΡΑΧΙΩΤΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ

12:25 - 12:40

Κατασκευή αθλητικών ναρθήκων. Video παρουσίαση.

Στρογγυλό τραπέζι: Αθλητισμός και προσαρμογή
Προεδρείο: ΑΓΑΠΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ , ΠΡΙΝΙΑΝΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ,
ΠΑΤΡΙΑΝΑΚΟΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ.

12:40 - 12:50

Αθλητισμός και οφθαλμός.

ΠΑΠΠΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

12:50 - 13:00

Αθλητικές κακώσεις: Τι πρέπει να προσέχω.

ΒΑΒΟΥΡΑΝΑΚΗΣ ΧΑΡΗΣ.

13:00 - 13:15 Συζήτηση, Συμπεράσματα

13:15 Κλείσιμο Εργασιών, Χαιρετισμοί:

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΠΙΤΣΟΥΛΗΣ, Αντιπεριφερειάρχης στον Τομέα Αθλητισμού, Πρόληψης και Κιντών Μονάδων.

ΓΕΩΡΓΙΑ ΜΗΛΑΚΗ, Εντεταλμένη Σύμβουλος Περιφέρειας Κρήτης, Πρόεδρος Συλλόγου ΑγκαλιάΖΩ.

ΓΡΗΓΟΡΗΣ ΠΑΣΠΑΤΗΣ, Πρόεδρος Δημοτικού Συμβουλίου Δήμου Ηρακλείου, Συντονιστής Δ/ντής Covid και Συντονιστής-Διευθυντής Γαστρεντερολογικού Τμήματος στο Βενιζέλειο Γ.Ν.Η..

ΚΩΝ/ΝΟΣ ΒΑΡΔΑΒΑΣ, Αντιδήμαρχος Κυκλικής Οικονομίας, Περιβάλλοντος & Αθλητισμού.

ΓΙΩΡΓΟΣ ΕΠΙΤΡΟΠΑΚΗΣ, Δερματολόγος Αφροδισιολόγος.

ΟΜΙΛΗΤΕΣ, ΠΡΟΕΔΡΕΙΑ

- 1) Αγαπίου Δημήτριος, Υποδιοικητής 7ης ΥΠΕ
- 2) Αναστασίου Ιωάννης: Επιστημονικός συνεργάτης Καρδιολογικής Κλινικής ΠΑ.Γ.Ν.Η.
- 3) Βαβουρανάκης Χάρης: Χειρ. Ορθοπεδικός , Μέλος του ΔΣ του Π.Ι.Σ
- 4) Βασιλάκης Γεώργιος: Πρόεδρος Στοματολογικής Εταιρείας Κρήτης.
- 5) Βλασιάδης Κων/νος: Συντονιστής Οδοντίατρος 7ης ΥΠΕ, Δ/ντης ΕΣΥ ΠΑ.Γ.Ν.Η.
- 6) Ζερβάκης Στυλιανός: Ειδ/νος Καρδιολόγος ΠΑ.Γ.Ν.Η.
- 7) Καλογριδάκη Μαρίνα: Ιατρός Αναισθησιολόγος – Επειγοντολόγος, Ιδρυτικό μέλος η του Υπεύθυνος Προγράμματος Safe in Sports του Υφυπουργείου Αθλητισμού.
- 8) Καρδαρά Παναγιώτα: Οδοντίατρος, Μέλος της ΕΕΑΘΛΟ
- 9) Κουιμζής Θεόδωρος: Παιδοδοντίατρος, Επίτιμος Πρόεδρος της ΕΕΑΘΛΟ
- 10) Κουταλάς Εμμανουήλ: Επιμ. Α Καρδιολόγος ΠΑ.Γ.Ν.Η.
- 11) Κοχιαδάκης Γεώργιος: Κοσμήτορας Ιατρικής Σχολής ΠΚ, Καρδιολόγος.
- 12) Κυρανούδη Αικατερίνη: Παιδοδοντίατρος, Ταμίας ΕΕΑΘΛΟ
- 13) Παππάς Γεώργιος: Συντ. Δ/ντης Οφθαλμιατρικής Κλινικής Βενιζέλειου.
- 14) Πατριανάκος Αλέξανδρος: Καρδιολόγος Δ/ντης ΕΣΥ ΠΑ.Γ.Ν.Η. , Πρόεδρος Ιατρικού Συλλόγου Ηρακλείου.
- 15) Πρινιανάκης Γεώργιος: Δ/ντης ΕΣΥ, ΜΕΘ, ΠΑ .Γ.Ν.Η.
- 16) Ραχιώτης Χρήστος: Αναπλ. Καθηγητής ΕΚΠΑ, Πρόεδρος ΕΕΑΘΛΟ
- 17) Σουρβίνος Γεώργιος, Δ/ντής Εθ. Κέντρου Αθλητικών Ερευνών ΟΑΚΑ, Καθηγητής Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Κρήτης.
- 18) Στεφανάκη Σοφία: Δ/ντης ΕΣΥ Παιδιατρικής Β.Γ.Ν.Η.
- 19) Στεφανουδάκης Γεώργιος: Ιατρός Ορθοπαιδικός, Υπεύθυνος Προγράμματος Safe in Sports του Υφυπουργείου Αθλητισμού.
- 20) Σφακιανάκης Μιχάλης: Μέλος Δ.Σ. Ο.Σ.Η..