

## **Δημήτριος Πέτσιος Msc**

Ιδρυτής της ομάδας διαιτολόγων "δια...της Τροφής"

Κηφισίας 235, Κηφισιά 145-61

Τηλ-Fax: 210-6230231

Website: [www.dia-trofis.gr](http://www.dia-trofis.gr)

E-mail: [info@dia-trofis.gr](mailto:info@dia-trofis.gr)

Ο Πέτσιος Δημήτριος αποφοίτησε από το τμήμα Επιστήμης Διαιτολογίας-Διατροφής του Χαροκόπειου Πανεπιστημίου το 2003. Παράλληλα με την έναρξη της επαγγελματικής του καριέρας συνέχισε την ακαδημαϊκή του σταδιοδρομία στον ίδιο χώρο με το διετές πρόγραμμα μεταπτυχιακών σπουδών Άθλησης και Διατροφής (Msc) όπου και αρίστευσε, λαμβάνοντας δύο συνεχόμενα αριστεία στα επιστημονικά πεδία της Εργομετρίας, Εργοφυσιολογίας, Βιοχημείας της Άσκησης και Μεταβολισμού, Ενεργειακού Μεταβολισμού και Σύστασης Σώματος, Διατροφικής υποστήριξης Αθλητών, Διατροφής στον Πρωταθλητισμό και άλλων.

Ταυτόχρονα συνεργάστηκε και σε ιδιωτικό επίπεδο με τον Αναπληρωτή Καθηγητή Διατροφής-Διαιτολογίας Λάμπρο Συντώση και το Λέκτορα Εργοφυσιολογίας και Διατροφικής Αγωγής Αθλουμένων, Σταύρο Κάβουρα, αποκομίζοντας σημαντικές γνώσεις και πείρα σε ότι αφορά στην επιστημονική υποστήριξη αθλητών αλλά και στην εφαρμογή του Μοντέλου Γνωσιακής-Συμπεριφοριστικής Τροποποίησης (C.B.T.), ιδίως σε παιδιά.

Έκτοτε έχει συμμετάσχει σε πληθώρα επιστημονικών συνεδρίων υγείας, διατροφής, άσκησης, ψυχολογίας κ.α. ενώ και ο ίδιος έχει διατελέσει ομιλητής σε ημερίδες σε σχολεία, πολιτιστικά κέντρα και πολυμαθησιακούς χώρους αλλά και πολύ συχνά σε σεμινάρια και ενημερωτικές εκπομπές με θέμα τη διατροφή, όπως στο MEGA, στον ANT1, στον ALPHA, στο STAR, στη EPT και σε άλλα κανάλια.

Μέχρι στιγμής, στο ακαδημαϊκό ενεργητικό του έχει μια δημοσίευση πρωτότυπης έρευνας σε διεθνές επιστημονικό περιοδικό Χημείας Τροφίμων και μια ανακοίνωση σε Πανελλήνιο Συνέδριο Λιπιδιολογίας και Αθηροσκλήρωσης.

Παράλληλα, έχει συγγράψει μαζί με τον Γιώργο Μίλεση το εγχειρίδιο διατροφής για παιδιά πρώτης σχολικής ηλικίας με τίτλο «δια...της τροφής το Ανάγνωσμα» το οποίο μοιράστηκε δωρεάν σε 14.000 αντίτυπα σε όλα τα δημόσια δημοτικά Αθήνας και Πάτρας, ενώ από το 2012 και κάθε χρόνο εκπαιδεύει μαζί με την ομάδα του παιδιά σε όλα τα δημόσια δημοτικά σχολεία για τη σημασία των φρούτων και λαχανικών στη διατροφή μέσω του προγράμματος «5 την ημέρα!»

Ακόμα, ο Δημήτρης αρθρογραφεί τακτικά σε έγκριτα επιστημονικά περιοδικά, εφημερίδες, περιοδικά για αθλητές, διαδικτυακούς χώρους και περιοδικά για την υγεία και τη διατροφή, μετρώντας στο ενεργητικό του πάνω από 200 πρωτότυπα άρθρα.

Η «δια...της Τροφής, Έλεγχος Βάρους & Τροποποίηση Συμπεριφοράς» και η επιστημονική ομάδα, περιλαμβάνει τομείς όπως η Κλινική και Συμβουλευτική Διατροφή, η εφαρμογή του C.B.T., η Αθλητική Διατροφή, η επιστημονική υποστήριξη φορέων, συλλόγων, εταιριών κ.α.

Το 2014 κέρδισε σε διαγωνισμό καινοτομίας το πρώτο βραβείο για τη δημιουργία μιας διαδραστικής, διαιτητικής εφαρμογής για κινητά τηλέφωνα, με τον τίτλο "DietAthlon" και στις 29/11/15 ήταν διακεκριμένος ομιλητής στο 13ο Πανελλήνιο Συνέδριο Διαιτολογίας-Διατροφής στο στοργυλό

τραπέζι με θέμα «Η τεχνολογία στην "Υπηρεσία της Διαιτολογίας". Τέλος, είναι μέλος της Οργανωτικής Επιτροπής του 14<sup>ου</sup> Πανελληνίου Συνεδρίου Διαιτολογίας-Διατροφής.