



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ ΑΝΟΙΚΤΑ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ



Πολιτικές Υγείας

Λήψη τεκμηριωμένων αποφάσεων Πολιτικής Υγείας

Διδάσκοντες: Αν. Καθηγητής Γιάννης Δημολιάτης
(υπεύθυνος), Επίκ. Καθ. Ευαγγελία Ντζάνη,
Κωνσταντίνος Τσιλίδης



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Άδειες Χρήσης

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό υπόκειται σε άδειες χρήσης Creative Commons.
- Για εκπαιδευτικό υλικό, όπως εικόνες, που υπόκειται σε άλλου τύπου άδειας χρήσης, η άδεια χρήσης αναφέρεται ρητώς.





Πρακτική άσκηση στη λήψη τεκμηριωμένων αποφάσεων Πολιτικής Υγείας

Κώστας Τσιλίδης, ktsilidi@cc.uoi.gr

<http://users.uoi.gr/ktsilidi/teaching>

Προβλήματα

1. Κυκλοφορία και κατανάλωση καρπών που περιέχουν αμυγδαλίνη
2. Προσθήκη προϊόντων στα επιτρεπόμενα είδη τροφίμων που επιτρέπεται να διατίθενται στα σχολικά κυλικεία και καντίνες.



Πληροφορίες για 1^ο πρόβλημα

- Το 2014 αναφέρθηκαν αρκετά περιστατικά **δηλητηριάσεων** από αυξημένη κατανάλωση αμυγδαλίνης.
- Η αμυγδαλίνη είναι ένα γλυκοσίδιο που απομονώθηκε από τα πικραμύγδαλα το 1830. Η χημική ονομασία της είναι κυανογενετικό διγλυκοσίδιο.



Πληροφορίες για 1^ο πρόβλημα

Η αμυγδαλίνη ανευρίσκεται σε πολλές τροφές όπως:

- Κουκούτσια ή σπόροι φρούτων σε αρκετά μεγάλη ποσότητα (πικραμύγδαλου, βερίκοκου, μήλου, νεκταρίνι, αχλαδιού, δαμασκηνού, κερασιού)
- Φασόλια
- Ξηροί καρποί (πικραμύγδαλα και καρύδια)
- Μούρα (σχεδόν όλα τα άγρια μούρα)
- Σπόροι (λινάρι, σουσάμι)
- Σιτηρά (πλιγούρι βρώμης, καστανό ρύζι και κριθάρι)



Πληροφορίες για 1^ο πρόβλημα

- Η αμυγδαλίνη, μαζί με μία τροποποιημένη μορφή της, η οποία ονομάζεται Laetrile ή Βιταμίνη 17 (στην πραγματικότητα δεν είναι βιταμίνη), έχουν προταθεί ως φάρμακα για την θεραπεία του **καρκίνου**.



Πληροφορίες για 2^ο πρόβλημα

- Το ΦΕΚ 2135/τ.Β'/29-08-2013 καθορίζει τα επιτρεπόμενα προϊόντα που διατίθενται σε κυλικεία ή καντίνες εντός δημοσίων και ιδιωτικών σχολείων πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης.
- Τροποποίηση και συμπλήρωση του παραπάνω ΦΕΚ δημοσιεύτηκε στις 17-10-2013.



Πληροφορίες για 2^ο πρόβλημα

3. ΑΠΛΑ ΑΡΤΟΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ Ή ΑΡΤΟΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ

- Κουλούρι σησαμένιο ολικής άλεσης πλούσιο σε φυτικές ίνες ή λευκό.
- Κριτσίνια ολικής άλεσης πλούσια σε φυτικές ίνες ή λευκά, σε ατομική συσκευασία έως 50γρ.
- Φρυγανιές ολικής άλεσης πλούσιες σε φυτικές ίνες ή λευκές, σε ατομική συσκευασία έως 50γρ.
- Κράκερς ολικής άλεσης πλούσια σε φυτικές ίνες ή λευκά, σε ατομική συσκευασία έως 50γρ

Τα παραπάνω απλά αρτοπαρασκευάσματα πρέπει να πληρούν τις ακόλουθες προδιαγραφές:
Κορεσμένα λιπαρά έως 3% Τράνς λιπαρά έως 0,1 % Νάτριο έως 0,5%



Πληροφορίες για 2^ο πρόβλημα

4. ΔΙΑΦΟΡΑ ΑΡΤΟΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ

- Μουστοκούλουρα σε ατομική μερίδα έως 60γρ.
- Σταφιδόψωμο σε ατομική μερίδα έως 60γρ.
- Μπάρα δημητριακών ολικής άλεσης σε ατομική μερίδα έως 40γρ, η οποία να πληρεί τις ακόλουθες προδιαγραφές:

Κορεσμένα λιπαρά έως 3% Τράνς λιπαρά έως 0,1% Νάτριο έως 0,5%

- Επιτρέπεται η διάθεση τυρόπιτας-πίτας λαχανικών σε ατομικές μερίδες των 120 γρ. και με συγκεκριμένες προδιαγραφές:

A) Η λιπαρή ύλη για τη ζύμη-φύλλο πρέπει να είναι αποκλειστικά ελαιόλαδο. Δεν επιτρέπεται η χρήση ζύμης σφολιάτας

B) Το τυρί που θα χρησιμοποιείται στις τυρόπιτες θα πρέπει να αποτελεί τουλάχιστον το 40% του συνολικού βάρους. Συστήνονται τυριά παραδοσιακά και ελληνικά Προστατευόμενης Ονομασίας Προέλευσης. Απαγορεύεται η χρήση τετηγμένων τυριών.

- Πίτσα με τις παρακάτω προδιαγραφές:

Για τη βάση τα επιτρεπόμενα υλικά είναι αλεύρι, αβγό, γιαούρτι, αλάτι και μυρωδικά βότανα. Απαγορεύεται η χρήση ενισχυτικών γεύσης όπως το γλουταμινικό μονο-νάτριο. Για τη γέμιση τα επιτρεπόμενα προϊόντα είναι τυρί, τομάτα, πιπεριές,μανιτάρια, κρεμμύδι, καλαμπόκι. Δεν επιτρέπεται η χρήση σάλτσας και αλλαντικών.



Πληροφορίες για 2^ο πρόβλημα

6. ΓΛΥΚΙΣΜΑΤΑ

- Κρέμα και ρυζόγαλο σε ατομικές μερίδες των 150γρ. (με περιεκτικότητα σε λίπος γάλακτος έως 4%).
- Χαλβάς σε ατομική μερίδα έως 50 γρ.
- Παστέλι σε ατομική μερίδα έως 50γρ.
- Μέλι σε ατομική μερίδα.
- Σοκολάτα υγείας και γάλακτος σε ατομική μερίδα έως 30γρ.
- Δεν επιτρέπεται η διάθεση τσιχλών και καραμελών.



Πληροφορίες για 2^ο πρόβλημα

➤ Εταιρεία τροφίμων επιθυμεί να προσθέσει στη λίστα των επιτρεπόμενων τροφίμων (αρτοσκευάσματα) ένα νέο προϊόν από ρύζι και καλαμπόκι σε ατομική συσκευασία 30 γραμ. με χαμηλές θερμίδες ανά συσκευασία/μερίδα (108-122), χαμηλά ίχνη κορεσμένων λιπαρών οξέων (0,2-0,3 γραμ.) και πολύ χαμηλά σάκχαρα (0,7-0,9 γραμ.) που πληρεί όλες τις προδιαγραφές της κατηγορίας αρτοσκευασμάτων στο ΦΕΚ (όπως διατείνεται η εταιρεία).



Πληροφορίες για 2^ο πρόβλημα

➤ Επίσης, επιθυμεί να προσθέσει στη λίστα (γλυκίσματα) δημητριακά με γέμιση (γάλα, κακάο) σε ατομική συσκευασία 35 γραμ. με χαμηλές θερμίδες (156), χαμηλά ίχνη κορεσμένων λιπαρών (1-1,6 γραμ.) και νάτριο (0,1 γραμ.) (όπως διατείνεται η εταιρεία).



Homework

1. Ως υπουργός Υγείας της χώρας, συγγράψτε οδηγίες προς ενημέρωση του πληθυσμού σχετικά με την κατανάλωση καρπών που περιέχουν αμυγδαλίνη (1-2 σελίδες, Times New Roman, 12 font, double spaced, μονογραφία με συνοδή βιβλιογραφία).
2. Ετοιμάστε παρουσίαση με επιχειρήματα υπέρ ή κατά της παραπάνω κατανάλωσης σε μορφή debate (15-20', σε powerpoint, σε ομάδες).



Homework

1. Ως υπουργός Υγείας της χώρας, συγγράψτε την απάντησή σας προς την εταιρεία τροφίμων για την αίτησή της (1-2 σελίδες, Times New Roman, 12 font, double spaced, μονογραφία με συνοδή βιβλιογραφία).
2. Ετοιμάστε παρουσίαση με επιχειρήματα υπέρ ή κατά της προσθήκης των παραπάνω τροφίμων στα επιτρεπόμενα είδη σε μορφή debate (15-20', σε powerpoint, σε ομάδες).



Τέλος Ενότητας



Χρηματοδότηση

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό έχει αναπτυχθεί στα πλαίσια του εκπαιδευτικού έργου του διδάσκοντα.
- Το έργο «**Ανοικτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα στο Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων**» έχει χρηματοδοτήσει μόνο τη αναδιαμόρφωση του εκπαιδευτικού υλικού.
- Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Σημειώματα

Σημείωμα Ιστορικού Εκδόσεων Έργου

Το παρόν έργο αποτελεί την έκδοση 1.0.

Έχουν προηγηθεί οι κάτωθι εκδόσεις:

- Έκδοση 1.0 διαθέσιμη εδώ.

<http://ecourse.uoi.gr/course/view.php?id=1324>.

Σημείωμα Αναφοράς

Copyright Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, Διδάσκοντες: Αν. Καθηγητής Γιάννης Δημολιάτης (υπεύθυνος), Επίκ. Καθ. Ευαγγελία Ντζάνη, Κωνσταντίνος Τσιλίδης. «Πολιτικές Υγείας. Λήψη τεκμηριωμένων αποφάσεων Πολιτικής Υγείας». Έκδοση: 1.0. Ιωάννινα 2014. Διαθέσιμο από τη δικτυακή διεύθυνση:

<http://ecourse.uoi.gr/course/view.php?id=1324>.

Σημείωμα Αδειοδότησης

- Το παρόν υλικό διατίθεται με τους όρους της άδειας χρήσης Creative Commons Αναφορά Δημιουργού - Παρόμοια Διανομή, Διεθνής Έκδοση 4.0 [1] ή μεταγενέστερη.



- [1] <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>.