

Πράπα Αδαμαντία



📍 Δαρδανελλίων31, Νέα Σμύρνη, 17124, Ελλάδα

☎ 210-9354100 📠 693 859 1362

✉ adamantiaprapa@gmail.com

Φύλο Θήλυ | Ημερομηνία γέννησης 17/11/1993 | Εθνικότητα Ελληνική

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

- 2018 έως σήμερα** *Ενδοκρινολογικό-Διαβητολογικό Ιατρείο "Αργυρώ Δάρα"*
Ιατρείο Παχυσαρκίας, Διαιτολόγος-Διατροφολόγος
- Αντιμετώπιση περιστατικών νοσογόνους παχυσαρκίας, Σακχαρώδους Διαβήτη 1 & 2
- 2018** *Εταιρία βιολογικών προϊόντων & συμπληρωμάτων διατροφής BIOGENESIS A.E*
Τμήμα Ειδικής Διατροφής, Διατροφολόγος- Ειδικός Διατροφής:
- Παροχή διατροφικών συμβουλών
 - Τηλεφωνικό κέντρο εξυπηρέτησης
- 2017-έως σήμερα** *Γενικό Νοσοκομείο Αθηνών «ΛΑΙΚΟ» & Γενικό Νοσοκομείο Αθηνών «ΙΠΠΟΚΡΑΤΕΙΟ»*
- Παρακολούθηση και παροχή διατροφικών συμβουλών στα εξωτερικά ηπατολογικά ιατρεία, στα πλαίσια ερευνητικού πρωτοκόλλου
- 2016-έως σήμερα** *Διαιτολόγος-Διατροφολόγος*
Αντιμετώπιση περιστατικών:
- Παχυσαρκίας
 - Σακχαρώδους Διαβήτη
 - Διατροφικών Διαταραχών
 - Αθλουμένων κα
- 2017** *Εταιρεία συμπληρωμάτων διατροφής COR PHARMACEUTICALS A.E*
- Επιστημονικός συνεργάτης
- 2016** *Ειδικό Αντικαρκινικό Νοσοκομείο Πειραιά «Μεταξάς», Τμήμα Διατροφής*
(Πρακτική άσκηση)
- Έλεγχος της μαζικής εστίασης του Νοσοκομείου και γενικότερα της διακίνησης των τροφίμων.
 - Σχεδιασμός ημερήσιων διαιτολογίων ασθενών
 - Συμμετοχή στα εξωτερικά ιατρεία (Συμβουλευτικό Γραφείο Διατροφής- Λιπιδαιμικό)
- 2015-2016** *Εταιρεία Nestle Hellas A.E* (Πρακτική άσκηση)
- Διατροφική αξιολόγηση και ανάλυση προϊόντων
 - Σχεδιασμός, έλεγχος και διόρθωση ετικετών τροφίμων
 - Σχεδιασμός και συγγραφή διατροφικών φυλλαδίων
 - Οργανοληπτικός έλεγχος μαγειρικών προϊόντων
- Κοινωνική Υπηρεσία του Δήμου Νέας Σμύρνης (Πρακτική άσκηση)**
- Παροχή διατροφικών συμβουλών σε άτομα άνω των 65 ετών
 - Διοργάνωση ενημερωτικών ομιλιών και κύκλων συζητήσεων πάνω σε επίκαιρα θέματα διατροφής
 - Σχεδιασμός και συγγραφή ενημερωτικών φυλλαδίων
- 2012-2014** *Δήμος Νέας Σμύρνης, Κοινωνική Υπηρεσία :*
Διαδραστικά παιχνίδια, δημιουργικές δραστηριότητες και καλλιτεχνικά εργαστήρια με θέμα τη διατροφή.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙΚΑΤΑΡΤΙΣΗ

- 2016 έως σήμερα** Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών:
«*Εφαρμοσμένη Διαιτολογία-Διατροφή:Κλινική Διατροφή*», Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο
- 2011-2016** Επιστήμη Διαιτολογίας και Διατροφής, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο
Βαθμός πτυχίου : *ΛΙΑΝ ΚΑΛΩΣ 8.1*
- 2008-2011** Πειραματικό Λύκειο Ευαγγελικής Σχολής Σμύρνης
Βαθμός απολυτηρίου: *ΑΡΙΣΤΑ 19.2*

ΑΤΟΜΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ: Άριστη γνώση αγγλικής και γαλλικής γλώσσας

- *ECCE Proficiency University of Michigan*
- *Le Diplôme de Langue et Littérature Françaises C2, Université Paris Sorbonne*

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ:

- Επάρκεια γνώσεων και δεξιοτήτων στην χρήση υπολογιστών (επιπέδου **ECDL**), όπως βεβαιώνονται από το Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

ΠΡΟΣΘΕΤΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

- **Υποτροφία** για εκπόνηση μεταπτυχιακών σπουδών από το Ίδρυμα Σπύρου Χαροκόπου & Ευαν.Χαροκόπου-Πετρούτση (2017-2018)
- **Δημοσιεύσεις:**
Α. Γεωργίου, Βλαχογιαννάκος Δ, Καραγιαννάκης Δ, Ντόιτς Μ, Αλεξοπούλου Α, Ιωαννίδου Π, Παπαγεωργίου Μ, **Πράπα Α**, Παπαθεοδωρίδης Γ, Κοντογιάννη Μ (Νοέμβριος, 2017)“*Εκτίμηση επιπολασμού σαρκοπενίας και αξιολόγηση διαγνωστική ικανότητας ευρέως διαθέσιμων μεθόδων εκτίμησης μυϊκής μάζας και απόδοσης σε κίρρωτικούς ασθενείς*”
-Βραβευμένη προφορική ανακοίνωση στο 14ο Πανελλήνιο Συνέδριο Διατροφής και Διαιτολογίας και του 3ου Πανελλήνιου Συνεδρίου Κλινικής Διατροφής
- **Σεμινάρια:**
“Nutrition in Lipidaemia & Consequences of Diabetes on the Nutrition Status” of the ESPEN LLL Programme on Clinical Nutrition and Metabolism
- **Συστάσεις:**
Ιωσήφ Αλεξανδρίδης, Διαιτολόγος – Διατροφολόγος , Nutrition Health & Wellness Manager Nestle Hellas S.A , 210 6884203, iosif.alexandridis@gr.nestle.com
- Τακτικό μέλος του Πανελληνίου Συλλόγου Διαιτολόγων-Διατροφολόγων (ΠΣΔΔ)
- Μέλος της Ευρωπαϊκής & της Ελληνικής Εταιρίας Κλινικής Διατροφής και Μεταβολισμού (ESPEN - GRESPEN)
- Αρθρογράφος στην τοπική εφημερίδα νοτίων προαστίων «ΕΠΙΚΑΙΡΑ» & την τοπική εφημερίδα «Φωνή των Πειραιωτών»
- Εθελοντισμός : Σώμα Ελλήνων Προσκόπων