

<b>Όνοματεπώνυμο Υπ. Διδάκτορα:</b>	Παναγιώτης Σώζων Μενδρινός
<b>Τίτλος Διδακτορικής Διατριβής:</b>	«Τα παραδοσιακά τρόφιμα ως υγιεινή διατροφική επιλογή στον 21ο αιώνα: Η περίπτωση των τσιγαρολάχανων στην Ανατολική Κρήτη.»
<b>Τριμελής Συμβουλευτική Επιτροπή:</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Δρ. Αντωνία Ψαρουδάκη (επιβλέπουσα), Επίκουρη Καθηγήτρια του Τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας, Σχολή Επιστημών Υγείας, Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο</li> <li>2. Δρ. Βασίλειος Ράϊκος, Αναπληρωτής Καθηγητής του Τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας, Σχολή Επιστημών Υγείας, Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο</li> <li>3. Δρ. Αδαμαντία Λάζαρη, Καθηγήτρια του Τμήματος Φαρμακευτικής, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης</li> </ol>
<b>Περίληψη</b>	<p><b>Εισαγωγή:</b> Στη σύγχρονη εποχή είναι ευρέως αναγνωρισμένη η σπουδαιότητα που διαδραματίζει η διατροφή στην ανθρώπινη υγεία, τον τρόπο ζωής ακόμα και σε ολόκληρο τον πολιτισμό ενός λαού. Η Μεσογειακή Διατροφή, φημισμένη για τα οφέλη της, κατέχει σπουδαίο ρόλο στο πλαίσιο αυτό.</p> <p>Βασικό στοιχείο αυτής της διατροφής είναι η κατανάλωση χόρτων και λαχανικών, με πολλά από αυτά κυρίως στην κρητική μεσογειακή διατροφή να είναι αυτοφυή, εδώδιμα προσφέροντας μια πλούσια πηγή βιοδραστικών ενώσεων, συμπεριλαμβανομένων δευτερογενών μεταβολιτών. Παρά τη διατροφική και πολιτιστική τους σημασία, υπάρχει έλλειψη ολοκληρωμένων μελετών σχετικά με τη διατροφική τους αξία, ιδιαίτερα στο πεδίο των δευτερογενών μεταβολιτών και τις πρακτικές χρήσης τους στην παραδοσιακή διατροφή.</p> <p>Η παρούσα διδακτορική διατριβή έχει τη δυνατότητα να καλύψει μεγάλο μέρος αυτού του κενού. Η έρευνα και η προβολή του περιεχομένου σε δευτερογενείς μεταβολίτες ενός παραδοσιακού προϊόντος, όπως τα λαχανοπιτάκια, θα συμβάλει στις προσπάθειες που καταβάλλονται για την ανάδειξη παραδοσιακών υγιεινών προϊόντων ως επιλογή στη σημερινή καθημερινότητα υπηρετώντας ταυτόχρονα και την βιωσιμότητα του διατροφικού προτύπου .</p> <p><b>Σκοπός:</b> Η διδακτορική διατριβή εστιάζει στη μελέτη των φυτικών ειδών, που παραδοσιακά αναφέρονται ως τσιγαρολάχανα, τα οποία συνδυάζονται μεταξύ τους για τη δημιουργία γευμάτων στην παραδοσιακή διατροφή της Κρήτης. Τα τσιγαρολάχανα καταναλώνονται ως συνοδευτικά διαφόρων ομάδων τροφίμων, ως μέρος παραδοσιακών πιάτων – προϊόντων, όπως είναι τα χορτοπιτάκια ή «λαχανοπίτια».</p> <p>Η έρευνα επικεντρώνεται στον προσδιορισμό του είδους και της ποσότητας των δευτερογενών μεταβολιτών που περιέχονται σε αυτά τα άγρια χόρτα ως ωμά, πριν χρησιμοποιηθούν ως γέμιση στα «λαχανοπίτια», καθώς και στο έτοιμο προς κατανάλωση προϊόν.</p> <p><b>Μεθοδολογία και δείγμα:</b> Το δείγμα της μελέτης θα αποτελείται από φυτικά είδη τα οποία χρησιμοποιούνταν τουλάχιστον 30 χρόνια πριν στην περιοχή της Ανατολικής Κρήτης. Η γνώση των φυτικών ειδών στηρίζεται σε προηγούμενες μελέτες που έχουν πραγματοποιηθεί στο Τμήμα Διατροφής &amp; Διαιτολογίας του Ελληνικού Μεσογειακού Πανεπιστημίου και σε συναφή Ιδρύματα.</p>

	<p>Τα φυτικά υλικά θα υποστούν τις κατάλληλες διαδικασίες και θα προετοιμαστούν για την εργαστηριακή επεξεργασία στο Εργαστήριο Βρωματολογίας και Παρασκευής τροφίμων του Τμήματος Επιστημών Διατροφής &amp; Διαιτολογίας.</p> <p>Ο έλεγχος των δευτερογενών μεταβολιτών στο μίγμα των νωπών λαχανοδόμων καθώς και στο έτοιμο προς βρώση προϊόν θα πραγματοποιηθεί στο εργαστήριο Φαρμακογνωσίας, Τμήμα Φαρμακευτικής στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο. Για την ανάλυση θα χρησιμοποιηθούν διάφορες χρωματογραφικές (υγρή χρωματογραφία υψηλής απόδοσης, H.P.L.C.) και φασματοσκοπικές μέθοδοι (φασματοσκοπία πυρηνικού μαγνητικού συντονισμού, N.M.R., Nuclear Magnetic Resonance).</p> <p><b>Συνεισφορά:</b> Η μελέτη θα προσφέρει ένα προφίλ δευτερογενών μεταβολιτών που συναντώνται στα άγρια χόρτα, τα οποία αποτελούν γέμιση για παραδοσιακές πίτες. Τα δεδομένα που θα προκύψουν μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε βάσεις δεδομένων διατροφής αξιοποιήσιμα από δημόσιους και ιδιωτικούς φορείς, από επαγγελματίες υγείας και από το ευρύ κοινό. Η αναγνώριση και η σύνδεση με την υγεία των δευτερογενών μεταβολιτών που συναντώνται στα άγρια χόρτα και σε ένα προϊόν όπως τα «λαχανοπίτια» ανοίγει τον δρόμο για την χρήση αυτών σε καινοτόμες λύσεις όπως είναι τα λειτουργικά τρόφιμα τα οποία παρέχουν οφέλη στην υγεία πέρα από τη βασική διατροφή, συμπεριλαμβανομένων και της πρόληψης και της θεραπείας ασθενειών, προτάσσοντας ουσιαστικά τα παραδοσιακά προϊόντα ως μια υγιεινή επιλογή στη σημερινή καθημερινότητα.</p> <p>Η προώθηση της καλλιέργειας και της εμπορικής αξιοποίησης των άγριων χόρτων θα υποστηρίξει τη βιωσιμότητα, τη διατήρηση της βιοποικιλότητας και την ενίσχυση της τοπικής οικονομίας. Τέλος, η έρευνα θα συμβάλει στη διατήρηση της πολιτιστικής κληρονομιάς και στη μείωση των περιβαλλοντικών επιπτώσεων που σχετίζονται με τη μεταφορά και την παραγωγή τροφίμων.</p> <p>Συμπερασματικά, η παρούσα διδακτορική διατριβή στοχεύει να γεφυρώσει το χάσμα μεταξύ της παραδοσιακής γνώσης και της σύγχρονης διατροφικής επιστήμης, αναδεικνύοντας την αξία των παραδοσιακών κρητικών τροφίμων. Με την ενίσχυση της γνώσης σχετικά με τα βιοενεργά συστατικά των άγριων χόρτων, η έρευνα θα συμβάλει στην προώθηση μιας υγιεινής, βιώσιμης και πολιτιστικά πλούσιας διατροφής.</p>
<b>Λέξεις - Κλειδιά</b>	Μεσογειακή Διατροφή, Κρητική Διατροφή, Άγρια Χόρτα, Δευτερογενείς Μεταβολίτες, Λειτουργικά τρόφιμα, Παραδοσιακά τρόφιμα,