

**Δρ. Αλεξάνδρα Φωσκόλου, PhD**  
**Διαιτολόγος - Διατροφολόγος**

<b>Είδος</b>	<b>Αριθμός</b>
Βιβλία	1
Κεφάλαια σε βιβλία	2
Άρθρα σε Διεθνή Περιοδικά με Σύστημα Κριτών Ενταγμένα σε Βιβλιογραφικές Βάσεις Δεδομένων	32
Άρθρα σε Περιοδικά μη Ενταγμένα σε Βιβλιογραφικές Βάσεις Δεδομένων	2
Παρουσιάσεις σε Διεθνή Συνέδρια με Κριτές	46
Διαλέξεις-Παρουσιάσεις μετά από Πρόσκληση	2
Δείκτης Αναφορών Google Scholar/Scopus (συμπεριλαμβανομένων των αυτοαναφορών)	527 / 363
Δείκτης Απήχησης Google Scholar/Scopus (h-index)	14 / 10

**1. ΣΠΟΥΔΕΣ**

- 2017-2020**      **Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αθήνα, Ελλάδα**  
**Διδακτορικό Δίπλωμα (PhD)**  
*«Διερεύνηση παραγόντων που σχετίζονται με την υγιή γήρανση του ελληνικού πληθυσμού: επιδημιολογική μελέτη»*
- 2014-2016**      **Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αθήνα, Ελλάδα**  
**Μεταπτυχιακό Δίπλωμα Ειδίκευσης (MSc)**  
*«Εφαρμοσμένη Διαιτολογία-Διατροφή» (Κατεύθυνση: Διατροφή & Δημόσια Υγεία)*
- 2009-2014**      **Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αθήνα, Ελλάδα**  
**Προπτυχιακό Δίπλωμα (BSc)**  
*Τμήμα Επιστήμης Διαιτολογίας – Διατροφής, Σχολή Επιστημών Υγείας και Αγωγής, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο*

**2. ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΙΣΤΟΡΙΚΟ**

- 8/2022 - Σήμερα**      **Ινστιτούτο Prolepsis, Αθήνα, Ελλάδα**  
Project Manager / Υπεύθυνη Προγράμματος **ΔΙΑΤΡΟΦΗ**
- 1/2020 – 8/2022**      **Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αθήνα, Ελλάδα**  
Διοικητική Υπάλληλος

- 11/2018 – 12/2019** **Χρηματοδοτούμενο ερευνητικό πρόγραμμα**  
«ATHLOS: Ageing Trajectories of Health: Longitudinal Opportunities and Synergies» (KE315) (European Union’s Horizon 2020 research and innovation program, grant agreement No 635316).
- 10/2016 – 12/2019** **Χρηματοδοτούμενο ερευνητικό πρόγραμμα**  
“EXPLORING THE SECRETS OF HEALTHY AGING WITHIN THE MEDITERRANEAN REGION: UNDER THE CONTEXT OF THE MEDIS (MEDITERRANEAN ISLANDS) STUDY” (KE344)
- 12/2015 – 12/2019** **HEMOGLOBE HELLAS**, Αθήνα, Ελλάδα  
Εκπαιδύτρια ατόμων με σακχαρώδη διαβήτη τύπου 1 σε θέματα διατροφής και χρήσης αντλιών έγχυσης ινσουλίνης (DANA R, RS, Cellpovo, Equil) και τεχνική υποστήριξη ογκολογικών ασθενών στην κατ’ οίκον χημειοθεραπεία μέσω αντλίας έγχυσης.

### 3. ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΗ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

#### 3.1 Διδασκαλία σε Προπτυχιακά Προγράμματα Σπουδών

- 2022-2023** **Τμήμα Διαιτολογίας & Διατροφολογίας**, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τρίκαλα  
Πανεπιστημιακός Υπότροφος ΕΣΠΑ
- Διδασκαλία μαθήματος «Διατροφή και Γήρανση»
  - Διδασκαλία μαθήματος «Συγγραφή Επιστημονικών Εργασιών με χρήση ΤΠΕ»
  - Διδασκαλία μαθήματος «Ανθρωπολογία Διατροφής»
- 2017-2020** **Τμήμα Επιστήμης Διαιτολογίας-Διατροφής**, Σχολή Επιστημών Υγείας και Αγωγής, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο  
Βοηθητικό διδακτικό έργο στα εξής προπτυχιακά μαθήματα
- «Επιδημιολογία της Διατροφής», Γ’ εξάμηνο
  - «Μεθοδολογία Διατροφικής Έρευνας, ΣΤ’ εξάμηνο
  - «Ειδικά Θέματα Ανάλυσης Δεδομένων», Ζ’ εξάμηνο

#### 3.2 Διδασκαλία σε Προγράμματα Μεταπτυχιακών Σπουδών

- 2021-2022** **Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα «Εφαρμοσμένη Διαιτολογία-Διατροφή»**, Τμήμα Επιστήμης Διαιτολογίας - Διατροφής, Σχολή Επιστημών Υγείας και Αγωγής, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο  
Έκτακτη Επιστημονική συνεργάτης
- Διάλεξη στο πλαίσιο του μαθήματος «Βιοστατιστική – Μεθοδολογία Έρευνας»

- 2021-2022** **Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα «Προαγωγή Υγείας στην Τρίτη Ηλικία»,**  
Τμήμα Δημόσιας και Κοινωνικής υγείας, Σχολή Δημόσιας Υγείας,  
Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής  
Έκτακτη Επιστημονική συνεργάτης
- Διάλεξη στο πλαίσιο του μαθήματος «Κοινωνικότητα και Τρίτη Ηλικία»
- 2020-2021** **Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα «Προαγωγή Υγείας στην Τρίτη Ηλικία»,**  
Τμήμα Δημόσιας και Κοινωνικής υγείας, Σχολή Δημόσιας Υγείας,  
Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής  
Έκτακτη Επιστημονική συνεργάτης
- Διάλεξη στο πλαίσιο του μαθήματος «Κοινωνικότητα και Τρίτη Ηλικία»

#### 4. ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΕΙΣ

##### 4.1 Βιβλία

##### *PhD Διατριβή*

[«Διερεύνηση των παραγόντων που σχετίζονται με την υγιή γήρανση του ελληνικού πληθυσμού: επιδημιολογική μελέτη»](#) Αλεξάνδρα Φωσκόλου, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

##### 4.2 Κεφάλαια σε Βιβλία

- **Φωσκόλου, Α.** (2021) Η υγιής γήρανση και οι προσδιοριστές της, στο Παναγιωτάκος, *Γενική και Ειδική Επιδημιολογία*, Αθήνα, ΔΙΟΝΙΚΟΣ, σ. 331-392.
- **Foscolou A & Panagiotakos D** (2018) The impact of financial crisis on health and ageing. In Fred Karl (ed.), *Ageing in the Crisis. Experiences from Greece* (pp. 61-74). Zurich, Switzerland: LIT.

##### 4.3 Άρθρα σε Διεθνή Περιοδικά με Σύστημα Κριτών Ενταγμένα σε Βιβλιογραφικές Βάσεις Δεδομένων

1. Gketsios I, **Foscolou A**, Vassilakou T, Panagiotakos DB, Kosti RI. Parental Misperceptions of Their Offspring's Weight and Their Strategies for Child's Eating Behavior: A Narrative Review of the Recent Evidence. *Children (Basel)*. 2022; 9(10): 1565.
2. Papadimitriou A, **Foscolou A**, Itsiopoulos C, Thodis A, Kouris-Blazos A, Brazionis L, Sidossis AC, Polychronopoulos E, Kokkinos P, Panagiotakos D, Sidossis LS. Adherence to the Mediterranean Diet and Successful aging in Greeks living in Greece and abroad: the epidemiological Mediterranean Islands Study (MEDIS). *Nutr Health*, 2022; 5: 2601060211072363.

3. Piperidi A, **Foscolou A**, Kouki K, Moussikoudi-Hatterer I, Papalazarou A, Tyrovolas S, Polychronopoulos E, Sidossis LS, Panagiotakos DB. The association of dietary habits and lifestyle characteristics with successful aging among older Greek origin individuals living in France, Canada and Greece: the epidemiological Mediterranean Islands Study (MEDIS). *Ecol Food Nutr*, 2022; 61(2): 201-214.
4. Papadimitriou A, **Foscolou A**, Itsiopoulos C, Thodis A, Kouri-Blazos A, Brazionis L, Sidossis AC, Polychronopoulos E, Kokkinos P, Panagiotakos D, Sidossis LS. Successful aging and lifestyle comparison of Greeks living in Greece and abroad: the epidemiological Mediterranean Islands Study (MEDIS). *Arch Gerontol Geriatr*, 2021; 97(420): 104523.
5. **Foscolou A**, Chrysohoou C, Dimitriadis K, Masoura K, Gkatzamanis V, Lazaros G, Tsioufis C, Stefanadis C. The association of Healthy Aging with Multimorbidity: IKARIA Study. *Nutrients*, 2021; 13(4): 1386.
6. Πιπερίδη Α, **Φωσκόλου Α**, Πολυχρονόπουλος Ε, Παναγιωτάκος Δ. Η σχέση μεταξύ κατανάλωσης πρωτεϊνών από ζωικές και φυτικές πηγές με την ψυχολογική δυσφορία στους ηλικιωμένους της Μεσογείου: επιδημιολογική μελέτη σε νησιά της Μεσογείου (2005-2020). *Το Βήμα του Ασκληπιού*, 2021; 20(1)
7. **Foscolou A**, Critselis E, Tyrovolas S, Chrysohoou C, Naumovski N, Rallidis L, Polychronopoulos E, Matalas AL, Sidossis LS, Panagiotakos D. The association of sodium intake with successful aging, in 3,349 middle-aged and older adults: results from the ATTICA and MEDIS cross-sectional epidemiological studies. *Nutr Healthy Aging*, 2020; 5(4): 287-296.
8. **Foscolou A**, Critselis E, Tyrovolas S, Chrysohoou C, Naumovski N, Sidossis LS, Rallidis L, Matalas AL, Panagiotakos D. The association of animal and plant protein with successful aging: a combined analysis of MEDIS and ATTICA epidemiological studies. *Public Health Nutr*, 2020; 21: 1-10.
9. D’Cunha N, **Foscolou A**, Tyrovolas S, Chrysohoou C, Rallidis L, Polychronopoulos E, Matalas AL, Sidossis LS, Naumovski N, Panagiotakos DB. The association between protein consumption and plant sources with psychological distress in older people in the Mediterranean region. *Nutr Healthy Aging*, 2020; 5: 273-285.
10. Koloverou E, **Foscolou A**, Gkouvas K, Tyrovolas S, Matalas AL, Polychronopoulos E, Chrysohoou C, Pitsavos C, Panagiotakos DB. Waist-to-Height Ratio Outperforms Classic Anthropometric Indices in Predicting Successful Aging in Older Adults; an Analysis of the ATTICA and MEDIS Epidemiological Studies. *Exp Aging Res*, 2020; 46(2): 154-165.
11. **Foscolou A**, D’ Cunha NM, Naumovski N, Tyrovolas S, Rallidis L, Matalas AL, Polychronopoulos E, Sidossis LS, Panagiotakos D. Midday napping and successful aging in older people living in the Mediterranean region: the epidemiological Mediterranean Islands Study (MEDIS). *Brain Sci*, 2019; 10(1). pii: E14.

12. **Foscolou A**, D’Cunha NM, Naumovski N, Tyrovolas S, Chrysohoou C, Rallidis L, Matalas AL, Sidossis LS, Panagiotakos D. The association between whole grain products consumption and successful aging: a combined analysis of MEDIS and ATTICA epidemiological studies. *Nutrients*, 2019; 11(6) pii: E1221.
13. Naumovski N, **Foscolou A**, D’Cunha NM, Tyrovolas S, Chrysohoou C, Sidossis LS, Rallidis L, Matalas AL, Polychronopoulos E, Pitsavos C, Panagiotakos D. The association between green and black tea consumption on successful aging: a combined analysis of the ATTICA and MEDiterranean Islands (MEDIS) epidemiological studies. *Molecules*, 2019; 24(10) pii:E1862.
14. Panagiotakos D, **Foscolou A**. Cardiovascular disease risk status during the years of the financial crisis: the Greek case. *Hellenic J Cardiol*, 2019; pii: S1109-9666(19)30089-2.
15. **Foscolou A**, Critselis E, Tyrovolas S, Chrysohoou C, Sidossis LS, Naumovski N, Matalas AL, Rallidis L, Polychronopoulos E, Ayuso-Mateos JL, Haro JM, Panagiotakos D. The effect of exclusive olive oil consumption on successful aging: a combined analysis of the ATTICA and MEDIS epidemiological studies. *Foods*, 2019; 8(1) pii: E25.
16. **Foscolou A**, Rallidis LS, Tsirebolos G, Critselis E, Katsimardos A, Drosatos A, Chrysohoou C, Tousoulis D, Pitsavos C, Panagiotakos DB. The association between homocysteine levels, Mediterranean diet and cardiovascular disease: a case-control study. *Int J Food Sci Nutr*, 2019; 70(5): 603-611.
17. **Foscolou A**, Critselis E, Panagiotakos D. Olive oil consumption and human health: a narrative review. *Maturitas*, 2018; 118: 60-66.
18. **Foscolou A**, Georgousopoulou E, Magriplis E, Naumovski N, Rallidis L, Matalas AL, Chrysohoou C, Tousoulis D, Pitsavos C, Panagiotakos D. The mediating role of Mediterranean diet on the association between Lp(a) levels and cardiovascular disease risk: a 10-year follow-up of the ATTICA study. *Clin Biochem*, 2018; pii: S0009-9120(18)30595-2.
19. **Foscolou A**, Koloverou E, Matalas AL, Tyrovolas S, Chrysohoou C, Sidossis L, Rallidis L, Panagiotakos D. (in press) Decomposition of Mediterranean dietary pattern on successful aging, among older adults: a combined analysis of two epidemiological studies. *J Aging Health*, 2018; 1:898264318780608.
20. **Foscolou A**, Magriplis E, Tyrovolas S, Soulis G, Bountziouka V, Mariolis A, Piscopo S, Valacchi G, Anastasiou F, Gotsis E, Metallinos G, Tyrovola D, Polystipioti A, Polychronopoulos E, Matalas AL, Lionis C, Zeimbekis A, Tur JA, Sidossis LS, Panagiotakos D; MEDIS Study Group. Lifestyle determinants of healthy ageing in a Mediterranean population: The multinational MEDIS study. *Exp Gerontol*, 2018; 110: 35-41. doi: 10.1016/j.exger.2018.05.008.
21. **Foscolou A**, Magriplis E, Tyrovolas S, Chrysohoou C, Sidossis L, Matalas AL, Rallidis L, Panagiotakos D. The association of protein and carbohydrate intake with successful aging: a combined analysis of two epidemiological studies. *Eur J Nutr*, 2018; doi: 10.1007/s00394-018-1693-2.

22. Rallidis LS, Pavlakis G, **Foscolou A**, Kotakos C, Katsimardos A, Drosatos A, Zolindaki M, Panagiotakos DB. High levels of lipoprotein (a) and premature acute coronary syndrome. *Atherosclerosis*, 2018; 269: 29-34. doi: 10.1016/j.atherosclerosis.2017.
23. Tyrovolas S, Haro JM, **Foscolou A**, Tyrovola D, Mariolis A, Bountziouka V, Piscopo S, Valacchi G, Anastasiou F, Gotsis E, Metallinos G, Papairakleous N, Polychronopoulos E, Matalas AL, Lionis C, Zeimbekis A, Tur JA, Sidossis LS, Panagiotakos DB; MEDIS Study Group. Anti-Inflammatory Nutrition and Successful Ageing in Elderly Individuals: The Multinational MEDIS Study. *Gerontology*, 2018; 64(1): 3-10. doi: 10.1159/000479065.
24. Georgousopoulou E, Naumovski N, Mellor D, Tyrovolas S, Piscopo S, Valacchi G, Tsakountakis N, Zeimpekis A, Bountziouka V, Gotsis E, Metallinos G, Tyrovola D, Kelett J, **Foscolou A**, Tur JA, Matalas AL, Lionis C, Polychronopoulos E, Sidossis L, Panagiotakos D. Association between siesta (daytime sleep), dietary patterns and the presence of metabolic syndrome in elderly living in Mediterranean area (MEDIS Study): the moderating effect of gender. *J Nutr Health Aging*, 2017; 21(10): 1118-1124. doi: 10.1007/s12603-016-0865-0.
25. **Foscolou A**, Panagiotakos D, Mariolis A, Tyrovolas S, Tsakountakis N, Zeimbekis A, Bountziouka V, Gotsis E, Metallinos G, Tyrovola D, Matalas AL, Lionis C, Polychronopoulos E. Comparative study on successful aging between the elderly inhabitants of Mani and those living on the Mediterranean islands: The MEDIS study. *Clin Nutr ESPEN*, 2016; 13: e61-e62. doi: 10.1016/j.clnesp.2016.03.031.
26. Georgousopoulou EN, Mellor DD, Naumovski N, Polychronopoulos E, Tyrovolas S, Piscopo S, Valacchi G, Anastasiou F, Zeimbekis A, Bountziouka V, Gotsis E, Metallinos G, Tyrovola D, **Foscolou A**, Tur JA, Matalas AL, Lionis C, Sidossis L, Panagiotakos D; MEDIS study group. Mediterranean lifestyle and cardiovascular disease prevention. *Cardiovasc Diagn Ther*, 2017; 7(Suppl 1): S39-S47. doi: 10.21037/cdt.2017.03.11.
27. **Foscolou A**, Polychronopoulos E, Paka E, et al. Lifestyle and Health Determinants of Cardiovascular Disease among Greek older adults living in Eastern Aegean Islands: an adventure within the MEDIS study. *Hellenic J Cardiol*. 2016; 57(6): 407-414. doi: 10.1016/j.hjc.2016.11.021.
28. Tyrovolas S, Polychronopoulos E, Morena M, Mariolis A, Piscopo S, Valacchi G, Bountziouka V, Anastasiou F, Zeimbekis A, Tyrovola D, **Foscolou A**, Gotsis E, Metallinos G, Soulis G, Tur JA, Matalas A, Lionis C, Sidossis LS, Panagiotakos D. Is car use related with successful aging of older adults? Results from the multinational Mediterranean islands study. *Ann Epidemiol*, 2017; 27(3): 225-229. doi: 10.1016/j.annepidem.2016.12.006
29. **Foscolou A**, Tyrovolas S, Soulis G, Mariolis A, Piscopo S, Valacchi G, Anastasiou F, Lionis C, Zeimbekis A, Tur JA, Bountziouka V, Tyrovola D, Gotsis E, Metallinos G, Matalas AL, Polychronopoulos E, Sidossis L, Panagiotakos DB. The impact of the financial crisis on lifestyle health determinants among older adults living in the

Mediterranean region: the multinational MEDIS study (2005-2015). *J Prev Med Public Health*, 2017; 50(1): 1-9. doi: 10.3961/jpmph.16.101.

30. **Foscolou A**, Tyrovolas S, Ural D, Polychronopoulos E, Panagiotakos D. Eating habits and health status, in Aegean Islands: An adventure within the MEDIS study. *Med J Nutrition Metab*. 2016; 9: 111-123. doi: 10.3233/MNM-160064
31. Mariolis A, **Foscolou A**, Tyrovolas S, Piscopo S, Valacchi G, Tsakountakis N, Zeimbekis A, Bountziouka V, Gotsis E, Metallinos G, Tyrovola D, Tur JA, Matalas AL, Lionis C, Polychronopoulos E, Panagiotakos D; MEDIS study group. Successful Aging among Elders Living in the Mani Continental Region vs. Insular Areas of the Mediterranean: the MEDIS Study. *Aging Dis*. 2016;7(3):285-294. doi:10.14336/AD.2015.1002
32. Tyrovolas S, Haro JM, Mariolis A, Piscopo S, Valacchi G, Bountziouka V, Anastasiou F, Zeimbekis A, Tyrovola D, **Foscolou A**, Gotsis E, Metallinos G, Tur JA, Matalas A, Lionis C, Polychronopoulos E, Panagiotakos D. Skeletal muscle mass and body fat in relation to successful ageing of older adults: The multinational MEDIS study. *Arch Gerontol Geriatr*. 2016; 66:95-101. doi: 10.1016/j.archger.2016.04.017.

#### 4.4 Άρθρα σε Περιοδικά μη Ενταγμένα σε Βιβλιογραφικές Βάσεις Δεδομένων

1. **Φωσκόλου Α.** & Ματάλα Α. Γλυκά και αλμυρά εδέσματα της Τήνου με βάση το αίμα. *Ελληνική Επιθεώρηση Διαιτολογίας-Διατροφής*. 2014, 5(2):86-90.
2. **Φωσκόλου Α** & Παναγιωτάκος Δ. Μεσογειακή διατροφή, ελαιόλαδο, μακροζωία και υγιής γήρανση. *Ελιά & Ελαιόλαδο*. 2019, 86: 52-55

#### 5. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ ΣΕ ΔΙΕΘΝΗ ΣΥΝΕΔΡΙΑ ΜΕ ΚΡΙΤΕΣ

1. Sidossis LS, Babu Henry Samuel I, **Foscolou A**, Katsagoni C, McGee JE, Faselis C, Myers J, Kokkinos P. Cardiorespiratory fitness and risk of mortality among obese female US Veterans. **2021 ACSM Annual virtual Meeting**, June 1-5, 2021.
2. **Foscolou A**, Tyrovolas S, Sidossis LS, Chrysohoou C, Polychronopoulos E, Pitsavos C, Panagiotakos D. Social isolation, cardiovascular disease burden and successful aging: ATTICA and MEDIS epidemiological studies. **EAS Virtual Congress**, Helsinki May 31- June 2, 2021.
3. **Foscolou A**, Tyrovolas S, Matalas AL, Polychronopoulos E, Rallidis L, Sidossis LS, Panagiotakos D. Siesta and healthy aging in older Mediterranean people: the MEDIS epidemiological study. **EAS Virtual Congress**, Geneva, October 4-7 2020.
4. **Foscolou A**, Critselis E, Tyrovolas S, Chrysohoou C, Rallidis L, Matalas AL, Sidossis LS, Panagiotakos D. Plant and animal protein consumption, cardiometabolic risk and healthy aging: ATTICA and MEDIS epidemiological studies. **EAS Virtual Congress**, Geneva, October 4-7 2020.
5. **Foscolou A**, Tyrovolas S, Chrysohoou C, Critselis E, Rallidis L, Matalas AL, Sidossis LS, Panagiotakos D. Sodium intake, cardiometabolic risk and healthy

- aging: a combined analysis of the ATTICA and MEDIS epidemiological studies. **EAS Virtual Congress**, Geneva, October 4-7 2020.
6. **Φωσκόλου Α**, Τυροβολάς Σ, Ματάλα Α.Λ., Πολυχρονόπουλος Ε, Συντώσης Λ, Παναγιωτάκος Δ. Μεσημεριανός ύπνος, διατροφικές συνήθειες και υγιής γήρανση: επιδημιολογική μελέτη MEDIS. **9ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Αθηροσκλήρωσης**, Αθήνα, 3-5 Δεκεμβρίου, 2020.
  7. **Φωσκόλου Α**, Τυροβολάς Σ, Συντώσης Λ, Χρυσοχόου Χ, Πολυχρονόπουλος Ε, Πίτσαβος Χ., Παναγιωτάκος Δ. Συμβίωση, κοινωνικός αποκλεισμός, συνοσηρότητες και υγιής γήρανση Ελλήνων: αποτελέσματα επιδημιολογικών μελετών ΑΤΤΙΚΗ και MEDIS. **9ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Αθηροσκλήρωσης**, Αθήνα, 3-5 Δεκεμβρίου, 2020.
  8. **Foscolou A**, Tyrovolas S, Chrysohoou C, Critselis E, Rallidis L, Panagiotakos D. Types of fats/oils and their association with healthy ageing: a combined analysis of the ATTICA and MEDIS epidemiological studies. EAS Congress, Maastricht 26-29 May 2019.
  9. **Foscolou A**, Tyrovolas S, Chrysohoou C, Rallidis L, Panagiotakos D. Protein and carbohydrate consumption in relation to healthy ageing: a combined analysis of the ATTICA and MEDIS epidemiological studies. EAS Congress, Maastricht 26-29 May 2019.
  10. **Foscolou A**, Tyrovolas S, Matalas AL, Magriplis E, Sidossis L, Chrysohoou C, Rallidis L, Pitsavos C, Panagiotakos D. Macronutrients, successful aging and cardiometabolic burden: a combined analysis of two epidemiological studies. Europrevent Lisbon 11-13 April 2019.
  11. **Foscolou A**, Critselis E, Matalas AL, Rallidis L, Chrysohoou C, Pitsavos C, Sidossis L, Panagiotakos D. Olive oil consumption, health status and successful aging of a Mediterranean population: a combined analysis of two epidemiological studies. Europrevent Lisbon 11-13 April 2019.
  12. **A. Foscolou**, S. Tyrovolas, G. Soulis, V. Bountziouka, E. Polychronopoulos, E. Gotsis, G. Metallinos, D. Tyrovola, A. Polystipioti, C. Lionis, LS Sidossis, AL Matalas, L. Rallidis, D. Panagiotakos. Aging, lifestyle habits and cardiometabolic disorders in a Mediterranean population: the multinational MEDIS study. **Europrevent 2018**, Ljubljana – Slovenia.
  13. **A. Foscolou**, S. Tyrovolas, C. Chrysohoou, L. Sidossis, AL Matalas, L. Rallidis, D. Panagiotakos. Protein and carbohydrate intake, cardiovascular disease risk and successful aging: combined analysis of two epidemiological studies. **Europrevent 2018**, Ljubljana – Slovenia.
  14. **Α. Φωσκόλου**, Σ. Τυροβολάς, Ε. Μαγριπλή, Λ. Συντώσης, Χ. Χρυσοχόου, Ε. Πολυχρονόπουλος, Λ. Ραλλίδης, ΑΛ Ματάλα, Χ. Πίτσαβος, Δ. Παναγιωτάκος. Η σχέση των μακροσυστατικών της διατροφής με την υγιή γήρανση: αποτελέσματα δύο επιδημιολογικών μελετών. **8ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Αθηροσκλήρωσης**, Αθήνα, 29 Νοεμβρίου-01 Δεκεμβρίου 2018.
  15. **Α. Φωσκόλου**, Ε. Κολοβέρου, Ματάλα ΑΛ, Τυροβολάς Σ, Πίτσαβος Χ, Συντώσης Λ, Ραλλίδης Λ, Παναγιωτάκος Δ. Ομάδες τροφίμων μεσογειακής διαίτας, υγιής γήρανση και καρδιομεταβολικός κίνδυνος Ελλήνων νησιωτών και κατοίκων αστικών περιοχών: αποτελέσματα δύο επιδημιολογικών μελετών. **8ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Αθηροσκλήρωσης**, Αθήνα, 29 Νοεμβρίου-01 Δεκεμβρίου 2018.
  16. **Α. Φωσκόλου**, ΑΛ Ματάλα, Χ. Χρυσοχόου, Ε. Πολυχρονόπουλος, Λ. Συντώσης, Λ. Ραλλίδης, Δ. Παναγιωτάκος. Αποκλειστική χρήση ελαιολάδου, κατάσταση υγείας και υγιής γήρανση ελλήνων: επιδημιολογική μελέτη. **8ο Πανελλήνιο**



- Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Αθηροσκλήρωσης**, Αθήνα, 29 Νοεμβρίου-01 Δεκεμβρίου 2018.
17. **Α. Φωσκόλου**, Σ. Τυροβολάς, Γ. Σούλης, Ε. Πολυχρονόπουλος, Χ. Λιονής, Λ. Ραλλίδης, Α.Λ. Ματάλα, Λ. Συντώσης, Δ. Παναγιωτάκος. Γήρανση και φορτίο παραγόντων καρδιαγγειακών νοσημάτων ελλήνων νησιωτών: διεθνής πολυκεντρική μελέτη MEDIS. **8ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Αθηροσκλήρωσης**, Αθήνα, 29 Νοεμβρίου-01 Δεκεμβρίου 2018.
  18. **Α.Φωσκόλου**, Λ. Ραλλίδης, ΑΛ Ματάλα, Δ. Παναγιωτάκος. Ο ρόλος της μεσογειακής διατροφής στη σχέση μεταξύ κινδύνου καρδιαγγειακής νόσου και επιπέδων λιποπρωτεΐνης-α (Lp(a)). **8ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Αθηροσκλήρωσης**, Αθήνα, 29 Νοεμβρίου-01 Δεκεμβρίου 2018.
  19. **Α. Φωσκόλου**, Ε. Μαγριπλή, Τυροβολάς Σ, Χρυσόχοου Χ, Συντώσης Λ, Ματάλα ΑΛ, Ραλλίδης Λ, Παναγιωτάκος Δ. Υγιής γήρανση και κατάσταση υγείας ελληνικού πληθυσμού, αναλόγως του είδους διατροφής που ακολουθείται: αποτελέσματα δύο επιδημιολογικών μελετών. **39ο Πανελλήνιο Καρδιολογικό Συνέδριο**, Αθήνα, 18-20 Οκτωβρίου 2018.
  20. **Α. Φωσκόλου**, Ε. Κολοβέρου, Ματάλα ΑΛ, Τυροβολάς Σ, Πίτσαβος Χ, Συντώσης Λ, Ραλλίδης Λ, Παναγιωτάκος Δ. Ομάδες τροφίμων μεσογειακής διαίτας, υγιής γήρανση και καρδιομεταβολικός κίνδυνος Ελλήνων νησιωτών και κατοίκων αστικών περιοχών: αποτελέσματα δύο επιδημιολογικών μελετών. **39ο Πανελλήνιο Καρδιολογικό Συνέδριο**, Αθήνα, 18-20 Οκτωβρίου 2018.
  21. **Foscolou A.**, Rallidis L, Matalas A., Panagiotakos D. The mediating role of Mediterranean diet on the association between cardiovascular disease risk and Lp(a) levels. **ESC Congress 2018**, Munich, Germany.
  22. **Foscolou A.**, Tyrovolas S., Polychronopoulos E., Mariolis A., Lionis C., Zeimbekis A., Sidossis L., Panagiotakos D.B; for the MEDIS Study group. Cardiometabolic and lifestyle determinants of healthy ageing in Mediterranean populations: the multinational MEDIS Study. **ESC Congress 2018**, Munich, Germany.
  23. **Α. Φωσκόλου**, Ε. Μαγριπλή, Σ. Τυροβολάς, Χ. Χρυσόχοου, Λ. Συντώσης, ΑΛ Ματάλα, Λ. Ραλλίδης, Δ. Παναγιωτάκος. Σχέση κατανάλωσης υδατανθράκων και πρωτεϊνών με υγιή γήρανση νησιωτών και κατοίκων ηπειρωτικής Ελλάδας: ανάλυση δεδομένων δύο επιδημιολογικών μελετών. **16ο Πανελλήνιο Διαβητολογικό Συνέδριο**, Αθήνα 14-17 Μαρτίου 2018.
  24. **Α. Φωσκόλου**, Σ. Τυροβολάς, Γ. Σούλης, Α. Ματάλα, Ε. Πολυχρονόπουλος, Α. Μαριόλης, Χ. Λιονής, Α. Ζεϊμπέκης, Β. Μπουντζιούκα, Δ. Τυροβολά, Ε. Γκότσης, Γ. Μεταλληνός, Λ. Συντώσης, Δ. Παναγιωτάκος. Οικονομική κρίση και κρίση υγείας ηλικιωμένων νησιωτών της Μεσογείου: μελέτη MEDIS. **7ο Πανελλήνιο Συμπόσιο Ομάδων Εργασίας, Ελληνική Εταιρεία Αθηροσκλήρωσης**, Αθήνα, 01-02 Δεκεμβρίου 2017.
  25. **Α. Φωσκόλου**, Ε. Μαγριπλή, Σ. Τυροβολάς, Γ. Σούλης, Β. Μπουντζιούκα, Ε. Πολυχρονόπουλος, Α. Μαριόλης, Φ. Αναστασίου, Ε. Γκότσης, Γ. Μεταλληνός, Δ. Τυροβολά, Α. Πολυσιπιιώτη, Α. Ματάλα, Χ. Λιονής, Α. Λ. Συντώσης, Δ. Παναγιωτάκος. Παράγοντες του τρόπου ζωής, καθοριστές πορείας υγειούς γήρανσης: αποτελέσματα διεθνούς πολυκεντρικής μελέτης MEDIS . **7ο Πανελλήνιο Συμπόσιο Ομάδων Εργασίας, Ελληνική Εταιρεία Αθηροσκλήρωσης**, Αθήνα, 01-02 Δεκεμβρίου 2017.
  26. **Α. Φωσκόλου**, Σ. Τυροβολάς, Γ. Σούλης, Α. Μαριόλης, Χ. Λιονής, Α. Ζεϊμπέκης, Β. Μπουντζιούκα, Δ. Τυροβολά, Ε. Γκότσης, Γ. Μεταλληνός, Α. Ματάλα, Ε. Πολυχρονόπουλος, Λ. Συντώσης, Δ. Παναγιωτάκος. Οικονομική κρίση και καρδιαγγειακός κίνδυνος: μελέτη MEDIS. **38ο Πανελλήνιο Καρδιολογικό Συνέδριο**, Αθήνα, 19-21 Οκτωβρίου 2017.

27. **A. Φωσκόλου**, Σ. Τυροβολάς, Α. Μαριόλης, Χ. Λιονής, Α. Ζεϊμπέκης, Β. Μπουντζιούκα, Δ. Τυροβολά, Α. Ματάλα, Ε. Πολυχρονόπουλος, Λ. Συντώσης, Δ. Παναγιωτάκος. Μελέτη των αλλαγών στον τρόπο ζωής και στους παράγοντες κινδύνου για καρδιαγγειακά νοσήματα με βάση τη γήρανση του πληθυσμού: αποτελέσματα διεθνούς πολυκεντρική μελέτη MEDIS. **38ο Πανελλήνιο Καρδιολογικό Συνέδριο**, Αθήνα, 19-21 Οκτωβρίου 2017.
28. **A. Φωσκόλου**, Σ. Τυροβολάς, Α. Μαριόλης, Χ. Λιονής, Α. Ζεϊμπέκης, Β. Μπουντζιούκα, Δ. Τυροβολά, Ε. Γκότσης, Γ. Μεταλληνός, Α. Ματάλα, Ε. Πολυχρονόπουλος, Λ. Συντώσης, Δ. Παναγιωτάκος. Συγκριτική μελέτη μεταξύ ηπειρωτικών και νησιωτικών περιοχών της Μεσογείου και των προσδιοριστών υγιούς γήρανσης σε ηλικιωμένους άνδρες και γυναίκες: αποτελέσματα διεθνούς πολυκεντρικής μελέτης MEDIS. **38ο Πανελλήνιο Καρδιολογικό Συνέδριο**, Αθήνα, 19-21 Οκτωβρίου 2017.
29. **Foscolou A.**, Tyrovolas S., Mariolis A., Lionis C., Matalas A., Polychronopoulos E., Sidossis L., Panagiotakos D.B. Successful ageing - continental vs insular Mediterranean areas and Western vs Eastern Greek Mediterranean islands - of older adults: the multinational MEDIS study. **ESC Congress 2017**, Barcelona, Spain.
30. **Foscolou A.**, Tyrovolas S., Soulis G., Mariolis A., Matalas A., Lionis C., Polychronopoulos E., Sidossis L., Panagiotakos D B. Financial crisis and health of older Mediterranean adults: the multinational MEDIS Study (2005-2015). **ESC Congress 2017**, Barcelona, Spain.
31. **A. Φωσκόλου**, Σ. Τυροβολάς, Γ. Σούλης et al. Οικονομική κρίση, δείκτες υγείας και διατροφικές συνήθειες ηλικιωμένων νησιωτών: μελέτη MEDIS. **15ο Πανελλήνιο Διαβητολογικό Συνέδριο**, Αθήνα 15-18 Μαρτίου 2017.
32. **A. Φωσκόλου**, Σ. Τυροβολάς, Ε. Πολυχρονόπουλος et al. Σχετίζεται η μακροζωία των γονέων με τον καρδιαγγειακό κίνδυνο και την υγιή γήρανση των απογόνων τους; Αποτελέσματα διεθνούς πολυκεντρικής μελέτης MEDIS. **7ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Αθηροσκλήρωσης**, Αθήνα, 1-3 Δεκεμβρίου 2016
33. **A. Φωσκόλου**, Σ. Τυροβολάς, Α. Μαριόλης et al. Υγιής γήρανση, διατροφικές συνήθειες και κατάσταση υγείας ηλικιωμένων ατόμων: αποτελέσματα διεθνούς πολυκεντρικής μελέτης MEDIS. **7ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Αθηροσκλήρωσης**, Αθήνα, 1-3 Δεκεμβρίου 2016
34. **A. Φωσκόλου**, Πολυχρονόπουλος Ε, Πάκα Ε et al. Τρόπος ζωής και παράγοντες υγείας που επηρεάζουν τα καρδιαγγειακά νοσήματα μεταξύ Ελλήνων ηλικιωμένων νησιωτών του Ανατολικού Αιγαίου: διεθνής πολυκεντρική μελέτη MEDIS. **7ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Αθηροσκλήρωσης**, Αθήνα, 1-3 Δεκεμβρίου 2016
35. **A. Φωσκόλου**, Σ. Τυροβολάς, Ε. Πολυχρονόπουλος et al. Παράγοντες που σχετίζονται με την αρτηριακή πίεση και την πίεση παλμού στους ηλικιωμένους: διεθνής πολυκεντρική μελέτη MEDIS. **7ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Αθηροσκλήρωσης**, Αθήνα, 1-3 Δεκεμβρίου 2016
36. **A. Φωσκόλου**, Σ. Τυροβολάς, Α. Μαριόλης et al. Υγιής γήρανση και ενεργειακή πρόσληψη σε ηλικιωμένους νησιώτες της Μεσογείου: Διεθνής Πολυκεντρική Μελέτη MEDIS. **Εκπαιδευτικό Σεμινάριο Καρδιά, Διαβήτης, Οφθαλμός και Μυοσκελετικό: Όλες οι εξελίξεις**, Αθήνα 25-26 Νοεμβρίου 2016
37. **A. Φωσκόλου**, Τυροβολάς Σ, Πολυχρονόπουλος Ε et al. Υγιής γήρανση, καρδιομεταβολικοί παράγοντες κινδύνου και μακροζωία γονέων ηλικιωμένων νησιωτών: διεθνής πολυκεντρική μελέτη MEDIS. **Εκπαιδευτικό Σεμινάριο**

- Καρδιά, Διαβήτης, Οφθαλμός και Μυοσκελετικό: Όλες οι εξελίξεις**, Αθήνα 25-26 Νοεμβρίου 2016
38. **Α. Φωσκόλου**, Πολυχρονόπουλος Ε, Πάκα Ε et al. Παράγοντες που επηρεάζουν τους καρδιομεταβολικούς παράγοντες κινδύνου σε ηλικιωμένους Έλληνες νησιώτες: διεθνής πολυκεντρική μελέτη MEDIS. **Εκπαιδευτικό Σεμινάριο Καρδιά, Διαβήτης, Οφθαλμός και Μυοσκελετικό: Όλες οι εξελίξεις**, Αθήνα 25-26 Νοεμβρίου 2016
  39. **Α. Φωσκόλου**, Σ. Τυροβολάς, Α. Μαριόλης et al. Υγιάς γήρανση και διατροφικές συνήθειες ηλικιωμένων ατόμων: αποτελέσματα Διεθνούς Πολυκεντρικής μελέτης MEDIS. **37ο Πανελλήνιο Καρδιολογικό Συνέδριο**, Αθήνα, 20-22 Οκτωβρίου 2016.
  40. **Α. Φωσκόλου**, Ε. Πολυχρονόπουλος, Ε. Πάκα et al. Διατροφικές συνήθειες και καρδιομεταβολικός κίνδυνος Ελλήνων ηλικιωμένων νησιωτών του Ανατολικού Αιγαίου: Διεθνής Πολυκεντρική Μελέτη MEDIS. **37ο Πανελλήνιο Καρδιολογικό Συνέδριο**, Αθήνα, 20-22 Οκτωβρίου 2016.
  41. **Α. Φωσκόλου**, Σ. Τυροβολάς, Ε. Πολυχρονόπουλος et al. Παράγοντες που σχετίζονται με την αρτηριακή πίεση στους ηλικιωμένους (Διεθνής Πολυκεντρική Μελέτη MEDIS): Ο ρόλος της Μεσογειακής διατροφής και της κατανάλωσης αλκοόλ. **37ο Πανελλήνιο Καρδιολογικό Συνέδριο**, Αθήνα, 20-22 Οκτωβρίου 2016.
  42. Α. Papadimitriou, S. Tyrovolas, **A. Foscolou** et al. Determinants of successful ageing in a Mediterranean population: the multi-national MEDIS (MEDiterranean Islands) study. **Integrative Health Symposium, Rutgers**
  43. Α. Matalas, **A. Foscolou**, I. Stavridis, Α. Efstathiou The sweet taste of blood. Blood as food in Greek cultures. **University College London. Food, Drink, and Civilization**, Λονδίνο, 21-23 Σεπτεμβρίου 2016.
  44. **Α. Φωσκόλου**, Δ. Παναγιωτάκος, Α. Μαριόλης et al. Ανάλυση και σύγκριση καρδιομεταβολικού κινδύνου ηλικιωμένων νησιωτών της Μεσογείου και ηλικιωμένων που ζουν στην περιοχή της Μάνης: μελέτη MEDIS. **6ο Συμπόσιο Ομάδων Εργασίας, Ελληνική Εταιρεία Αθηροσκλήρωσης**, Αθήνα, 4-5 Δεκεμβρίου 2015.
  45. **Α. Φωσκόλου**, Δ. Παναγιωτάκος, Α. Μαριόλης et al. Συγκριτική ανάλυση για την υγιά γήρανση μεταξύ των ηλικιωμένων που ζουν στην περιοχή της Μάνης και όσων ζουν στις νησιωτικές περιοχές της Μεσογείου: μελέτη MEDIS. **13ο Πανελλήνιο Συνέδριο Διατροφής και Διαιτολογίας**, Αθήνα, 27-29 Νοεμβρίου 2015.
  46. **Α. Φωσκόλου**, Δ. Παναγιωτάκος, Α. Μαριόλης et al. Συγκριτική ανάλυση για την υγιά γήρανση και τον καρδιομεταβολικό κίνδυνο μεταξύ των ηλικιωμένων που ζουν στην περιοχή της Μάνης και όσων ζουν στις νησιωτικές περιοχές της Μεσογείου: μελέτη MEDIS. **18ο Πανελλήνιο Συνέδριο Λιπιδιολογίας, Αθηροσκλήρωσης και Αγγειακής Νόσου**, Αθήνα, 22-24 Οκτωβρίου 2015.

## 6. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

1. **7<sup>η</sup> Ημερίδα Διατροφής Ε.Μ.Πα.Κ.Α.Ν & 5<sup>η</sup> Διημερίδα Διατροφής ΕΔ-ΔΕ**, Αθήνα, Οκτώβριος 2022, Εισηγήτρια.
2. **Πανελλήνιες Εκπαιδευτικές Ημερίδες Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας «Γ. Παπαδάκης»**, Αθήνα, Φεβρουάριος 2019, Εισηγήτρια.

## 7. ΔΙΑΦΟΡΑ

### **ΚΡΙΤΗΣ**

(Reviewer)

- Nutrition and Health
- Nutrients
- Lipids in Health and Disease
- Endocrine
- Agriculture
- International Journal of Environmental Research and Public Health
- Archives of Gerontology and Geriatrics

### **ΓΛΩΣΣΕΣ**

- **Ελληνικά:** Μητρική
- **Αγγλικά:** Άριστη γνώση, ECPE Michigan
- **Γαλλικά:** Πολύ καλή γνώση, Sorbonne I