

Η Μαρία Πλάδα (cPhD) είναι υποψήφια διδάκτορας στο Τμήμα Διαιτολογίας και Διατροφής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, με θέμα διδακτορικής διατριβής «Βρώσιμα έντομα στην ανθρώπινη διατροφή: διατροφικά οφέλη και αντίληψη των καταναλωτών». Η κα. Πλάδα απέκτησε το πτυχίο Διατροφολόγου-Διαιτολόγου από το Πανεπιστήμιο Oxford Brookes της Οξφόρδης, Ηνωμένο Βασίλειο, το 2003, με εξειδίκευση στη Διατροφή του Ανθρώπου. Απέκτησε επίσης μεταπτυχιακό τίτλο σπουδών (Master of Science) στην Αθλητική Διατροφή με εξειδίκευση στη Σύσταση σώματος Αθλητριών (London Metropolitan University of The United Kingdom). Η κα. Πλάδα εργάζεται επαγγελματικά από το 2004 ως Ερευνήτρια Διατροφολόγος. Το ακαδημαϊκό μέρος της εργασίας της αποτελείται από πολυετή έρευνα σε ευρωπαϊκά έργα στο Πανεπιστήμιο Κρήτης, στην ευρωπαϊκή ερευνητική μελέτη HELENA (Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in Adolescence) και στη μελέτη DiOGenes (Diet, Obesity and Genes), όπου μελετήθηκαν οι διατροφικές συνήθειες των Ευρωπαίων εφήβων καθώς και η οικογενειακή παχυσαρκία αντίστοιχα. Η έρευνά της συνεχίστηκε στο Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών ως υπεύθυνη ερευνήτρια του έργου Eureca, το οποίο αφορούσε την καθιέρωση επαρκούς και ασφαλούς πρόσληψης βιταμινών στην Ευρώπη, ενώ συμμετείχε στην έρευνα EPIC (European Prospective Investigation of Cancer) που μελέτησε δείκτες υγείας σε σχέση με τον καρκίνο. Ως εξειδικευμένη Αθλητική Διατροφολόγος συνεργάζεται με αθλητικές ομάδες παρέχοντας εξειδικευμένη διατροφή σε επαγγελματίες αθλητές (ΑΕΛ 2011-2013). Παράλληλα, από το 2010-2015 ανήκε στο διδακτικό προσωπικό του Τμήματος Διατροφής και Διαιτολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Η κα. Πλάδα από το 2011 μέχρι και σήμερα διατηρεί ιδιωτικό γραφείο παρέχοντας διατροφική υποστήριξη.

Maria Plada (cPhD) is a PhD candidate at the Department of Dietetics and Nutrition of the University of Thessaly, with a PhD thesis topic of “Edible insects in human nutrition: nutritional benefits and consumer perception”. Ms. Plada obtained her degree in Nutritionist-Dietitian from Oxford Brookes University, Oxford, United Kingdom, in 2003, with a specialization in Human Nutrition. She also obtained a Master of Science degree in Sports Nutrition with a specialization in Athlete Body Composition (London Metropolitan University of The United Kingdom).

Ms. Plada has been working professionally since 2004 as a Research Nutritionist. The academic part of her work consists of many years of research in European projects at the University of Crete, in the European research study HELENA (Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in Adolescence) and in the DiOGenes (Diet, Obesity and Genes) study, where the dietary habits of European adolescents as well as familial obesity were studied respectively. Her research continued at the National and Kapodistrian University of Athens as the principal investigator of the Eurreca project, which concerned the establishment of adequate and safe vitamin intake in Europe, while she participated in the EPIC (European Prospective Investigation of Cancer) study that studied health indicators in relation to cancer.

As a specialized Sports Nutritionist, she collaborates with sports teams, providing specialized nutrition to professional athletes (AEL 2011-2013). At the same time, from 2010-2015 she was a member of the teaching staff of the Department of Nutrition and Dietetics of the University of Thessaly. Ms. Plada has maintained a private office since 2011, providing nutritional support.