

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

Α) Προσωπικές Πληροφορίες

1. Επώνυμο Ντέκα
2. Όνομα Ελένη
3. Ημερομηνία Γέννησης 15 / 7 / 1972
4. Τόπος Γέννησης Ιωάννινα
5. Οικογενειακή κατάσταση Άγαμος
6. Διεύθυνση κατοικίας Ζαλόγγου 6 Μαρούσι Αθήνα ΤΚ 15125
7. Κινητό 6976177379
8. e-mail e.nteka72@hotmail.com



B) Επιστημονικές-Επαγγελματικές Πληροφορίες

1. Ειδικότητα: ΜΑΙΑ, MSc

2. Παρούσα εργασία

A) Επιστημονικός Συνεργάτης Ι.Υ.Π.(Ινστιτούτου Υγείας του Παιδιού)
B) Ακαδημαϊκός Υπότροφος ΠΑ.Δ.Α.(Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, Τμήμα Μαιευτικής)

3. Διάρκεια εργασίας

A) 2013 - 2021
B) Ακαδημαϊκά Έτη 2003 - 2021

4. Δ/ση εργασίας Μεσογείων 38-40 Αθήνα

5. Τηλ. Εργασίας 2107701557

6. Άλλη επαγγελματική προϋπηρεσία

1. Μαία στη «Γενική Κλινική Καλλιθέας (**8/1998 – 3/2000**).
2. Προϊσταμένη-νοσηλεύτρια στην οφθαλμολογική κλινική «Υπαπαντή του Χριστού» (**3/2000 – 8/2002**).
3. Μαία-υπεύθυνη, Μαιευτικού τμήματος «Ανδρομέδα» (θυγατρική της Metropolitan AE) (**3/2001 – 12/2001**).
4. Μαία στο Μαιευτήριο «Νίκη» (**9/2002 – 12/2002**).
5. Μαία στο Αρεταίειο Νοσοκομείο (Μαγγίνειο Μαιευτήριο) (**3/2003 – 11/2003**).
6. Ωρομίσθια εκπαιδευτικός στη Δευτεροβάθμια Εκπ/ση Αττικής (Α' Αθήνας) για το διδακτικό έτος **2003-2004**.
7. Μαία στο Μαιευτικό - Γυναικολογικό Ιατρείο της Γυναικολόγου κα. Μπαχταλιά (**1/10/07 – 30/7/08**).
8. Εργαστηριακός Συνεργάτης του τμήματος Μαιευτικής του ΑΤ.Ε.Ι. Αθήνας κατά τα έτη **2004 – 2018** & Ακαδημαϊκός Υπότροφος ΠΑ.Δ.Α.(Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, Τμήμα Μαιευτικής) **2018-2022**.
9. Επιστημονικός συνεργάτης στο Ινστιτούτο Υγείας Του Παιδιού (Συνεργασία Ως Ελεύθερος Επαγγελματίας) «ΑΛΚΥΟΝΗ» Προαγωγή - Προώθηση Μητρικού Θηλασμού (**4/2013 - 6/2015**), με σύμβαση εργασίας από **25/7/16 - 31/12/22**

Γ) Εκπαιδευτικές Πληροφορίες

1. Πανεπιστημιακές σπουδές : Απόφοιτος ΜΑΙΕΥΤΙΚΗΣ Τ.Ε.Ι. Αθήνας.

2. Ειδικότητα – Μεταπτυχιακές σπουδές :

α) **Certificate** “Postgraduate Program in Health Management”. Υπο την αιγίδα του Υπουργείου Υγείας και του Ομίλου Unesco.

β) **ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΔΙΠΛΩΜΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ (MSc)** του Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών-Ιατρική Σχολή και του ΑΤΕΙ Αθήνας “ **Έρευνα στην Γυναικεία Αναπαραγωγή**” με θέμα πτυχιακής εργασίας “Επίπεδα Αντιπυρονεκτίνης και Insulin-Growth Factor-1, στο πύαρ σε μητέρες με ή χωρίς σακχαρώδη διαβήτη κύησης.”

3. ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ ΔΙΔΑΚΤΙΚΗΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ (ΕΠΠΑΙΚ) της ΑΣΠΑΙΤΕ.

4. Ξένες γλώσσες : Αγγλικά TOEIC Certificate of Achievement

5. Γνώση Η/Υ : ECDL

6. Σεμινάρια :

- Παρακολούθηση Μετεκπαιδευτικού Σεμιναρίου με θέμα “Λοιμώξεις και κύηση” που πραγματοποιήθηκε 8 Φεβρουαρίου 2008 στο Γ.Ν. Μαιευτήριο “Ελενα Βενιζέλου”.
- Παρακολούθηση 1^η Διημερίδας Υπερηχογραφίας με θέμα “Η Μαιευτική υπερηχογραφία στην υπηρεσία της Μαίας” από 22-23 Φεβρουαρίου 2008, στο Γ.Ν. Μαιευτήριο “Ελενα Βενιζέλου”.
- Παρακολούθηση 4^η Ετήσιας Ημερίδας για το Μητρικό θηλασμό, στις 12 Δεκεμβρίου 2008 Αθήνα στο Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών.
- Παρακολούθηση 5^η Ετήσιας Ημερίδας για το Μητρικό θηλασμό, στις 1 Δεκεμβρίου 2008 Αθήνα, Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο.
- Παρακολούθηση Εκπαιδευτικού Σεμιναρίου “Μητρικός Θηλασμός” από 11-15 Μαΐου 2009, από το Νοσοκομείο-Μαιευτήριο «Ελενα Βενιζέλου».
- Παρακολούθηση 3^η Ημερίδας Ψυχοπροφυλακτικής με θέμα “Η γέννηση στις Ζωές” που πραγματοποιήθηκε στο Γ.Ν.Μαιευτήριο “Ελενα Βενιζέλου”.
- Συμμετοχή στις εργασίες της Επιστημονικής Συνάντησης με θέμα “Πρόληψη από τον ιό HPV” που οργανώθηκε στο ΑΤ.Ε.Ι. Αθήνας τη Τετάρτη 28 Ιανουαρίου 2009.
- Παρακολούθηση Ημερίδας με θέμα “Ορμόνες και Γυναίκα από την Εφηβεία έως την Ενήλικη Ζωή και την Εμμηνόπαυση” Αρεταίειο Νοσοκομείο στις 7 Νοεμβρίου 2009.
- Παρακολούθηση τις 1st Perinatal Symposium “Perinatal Asphyxia” στο Αρεταίειο Νοσοκομείο στις 13 Μαρτίου 2010.

- Παρακολούθηση Ημερίδας “ Νεότερες εξελίξεις στην Καρδιοαναπνευστική Αναζωογόνηση” στο Αμφιθέατρο του ΑΤΕΙ Αθηνών στις 13 Μαΐου 2010.
- Παρακολούθηση 3^ο μετεκπαιδευτικό σεμινάριο “Ασφάλεια επαγγελματιών υγείας-Παθολογικά προβλήματα και κύηση”, στις 22 Οκτωβρίου 2010, στο Γ.Ν.Μαιευτήριο “Ελενα Βενιζέλου”.
- Παρακολούθηση του Εκπαιδευτικού Σεμιναρίου “Υπέρταση της Κύησης” στις 19 Μαρτίου 2011, στο Γ.Ν.Μαιευτήριο “Ελενα Βενιζέλου”.
- Παρακολούθηση Επιστημονικής Ημερίδας με θέμα “Λοιμώξεις Γεννητικού “ στις 12 Μαρτίου 2011, στο Γ.Ν. Μαιευτήριο “Ελενα Βενιζέλου”.
- Παρακολούθηση της 6^{ης} Ημερίδας Ενδοκρινολογίας της Γυναίκας με θέμα: “Θυρεοειδής και Γυναίκα: Εφηβεία, Εγκυμοσύνη, Εμμηνόπαυση “, στις 12 Νοεμβρίου 2011, στο Αρεταίειο Νοσοκομείο.
- Παρακολούθηση 9th European Congress on MENOPAUSE AND ANDROPAUSE ,Athens, 28-31 March 2012.
- Παρακολούθηση του 3rd Maria Delivoria-Papadopoulou Perinatal Symposium “ Intrauterine growth restriction-Fetal programming “, στις 10 Μαρτίου 2012, στο Αρεταίειο Νοσοκομείο.
- Παρακολούθηση της 7^{ης} Ημερίδας Ενδοκρινολογίας της Γυναίκας με θέμα “Η Υπογονιμότητα στο ζευγάρι “, στις 9 Ιουνίου 2012, στο Αρεταίειο Νοσοκομείο.
- Παρακολούθηση της 2^{ης} Συνάντησης “ Γέφυρες “, Εκπαιδευτικές, Πολιτιστικές Συναντήσεις για το Μητρικό Θηλασμό, στη Θεσσαλονίκη, στις 21-22 Ιουνίου 2012.
- Παρακολούθηση Εκπαιδευτικού Σεμιναρίου Αξιολογητών για ΦΒΝ που πραγματοποίησε το ΙΥΠ στις 19 Νοεμβρίου 2013.
- Παρακολούθηση 7^{ου} Ετήσιου Σεμιναρίου Πιστοποιημένων Συμβούλων Γαλουχίας IBCLC “Σύμφωνα με τις ανάγκες του βρέφους” με τον Jack Newman, Θεσσαλονίκη στις 3-4/Μαΐου /2014
- Παρακολούθηση (webinar) 20^η Ημερίδα «Στηρίζουμε το Μητρικό Θηλασμό – Στηρίζουμε τη βιωσιμότητα του πλανήτη» της Νεογνολογικής Κλινικής Εθνικού & Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών στο Αρεταίειο Νοσοκομείο στις 21 Νοεμβρίου 2020.
- Παρακολούθηση (webinar) «Πρόωρος Τοκετός, up to date» της Ελληνικής Εταιρείας Περιγεννητικής Ιατρικής & Α΄ Γυναικολογικής Κλινικής Παν/μειου Αθηνών Ν. Αλεξάνδρας στις 5 Δεκεμβρίου 2020.
- Παρακολούθηση (webinar) «Διάθεση ανθρώπινου βιολογικού υλικού και Υπογονιμότητα» του Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών και της Ελληνικής Αναπαραγωγικής Ιατρικής στις 5 Δεκεμβρίου 2020.
- Παρακολούθηση (webinar) «COVID-19. Κύηση & Τοκετός. Παρουσίαση Ελληνικών Δεδομένων» της Ελληνικής Εταιρείας Εμβρυομητρικής Ιατρικής στις 19 Δεκέμβριου 2020.

Δ) Ερευνητικό – Εκπαιδευτικό έργο

Ξερόγλωσσες Δημοσιεύσεις

1. Sakkas EG¹, Paltoglou G², Linardi A³, Gryparis A¹, Nteka E¹, Chalarakis N¹, Mantzou A⁴, Vrachnis N⁵, Iliodromiti Z⁶, Koukkou E³, Deligeoroglou E⁵, Sakkas GE⁷, Mastorakos G¹ . Associations of maternal oestradiol, cortisol, and TGF-β1 plasma concentrations with thyroid autoantibodies during pregnancy and postpartum. Clin Endocrinol (Oxf). 2018 Dec;89(6):789-797. doi: 10.1111/cen.13843. Epub 2018 Sep 24.
2. Iliodromiti Z¹, Zografaki I², Papamichail D², Stavrou T², Gaki E¹, Ekizoglou C¹, Nteka E¹, Mavrika P¹, Zidropoulos S¹, Panagiotopoulos T², Antoniadou I¹ Increase of breast-feeding in the past decade in Greece, but still low uptake: cross-sectional studies in 2007 and 2017. Public Health Nutr. 2020 Jan 17:1-10. doi:10.1017/S1368980019003719.

Κεφάλαια σε συλλογικούς τόμους

3. Athanasios Farfaras, George Pierrakos, John Pateras, Helen Nteka, Hlias Margaritis. Association of Bone Morphogenetic Protein 6 with Endometriosis Classification. in Juarez Marta, Tomas Luna. Endometriosis:Risk Factors, Symptoms and Management. e-book, 2013. ISBN: 978-1-62618-732-0

Ελληνικές Δημοσιεύσεις

Εργασίες σε επιστημονικά περιοδικά χωρίς κριτές

1. Πεχλιβάνη Φ., Ντέκα Ε. Ερευνητική Εργασία Αξιολόγησης Ημερίδας Μητρικού Θηλασμού. 'ΕΛΕΥΘΩ' 1:191-202 2013
2. Ντέκα Ε., Μπράιλας Α. Το σχολείο που ονειρεύομαι: μια διερεύνηση των αντιλήψεων των εκπαιδευτικών μέσα από την τέχνη. Περιοδικό Εκπαίδευση & Επιστήμες Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. 1:5 2018

Ανακοινώσεις ξένων Συνεδρίων

1. **Oral Announcement:** The 8th Congress on Women's Health and Disease 1-3 September 2011, Kos Island.

“ Incidence of post-partum Thyroiditis (PPT) in a population of Athens. Role of reverse T3.”

SAKKAS E., NTEKA E., CHALARAKIS N., MANTZOU E., PALTOGLOU G., KOUSKOUNI E., SAKKAS G., MASTORAKOS G., CREATSAS G.

2. **Oral Announcement :** XXIII EUROPEAN CONGRESS PERINATAL MEDICINE 13-16 June 2012, PARIS, FRANCE.

“Adiponectin , IGF-1 and IGFBP-2 in Colostrum and transitional milk of gestational diabetic mothers treated with insulin”

NTEKA E., LIOSIS G., KASTANIDOY O.,PAPAGAROYFALIS K. ,MASTORAKOS G., LYKERIDOY A.

Ανακοινώσεις Ελληνικών Συνεδρίων - Ημερίδων

1. Oral Poster: 16ο Πανελλήνιο Συνέδριο Περιγεννητικής Ιατρικής 21-23 Οκτωβρίου, 2011, ΑΘΗΝΑ.
“Επίπεδα αντιπυρονεκτίνης, IGF-1 και IGFBP-2 στο γάλα μητέρων με διαβήτη κύησης τις πρώτες μέρες της γαλουχίας.”
ΝΤΕΚΑ Ε., ΛΙΟΣΗΣ Γ., ΚΑΣΤΑΝΙΔΟΥ Ο., ΠΑΠΑΓΑΡΟΥΦΑΛΗΣ Κ., ΠΑΛΤΟΓΛΟΥ Γ., ΜΑΣΤΟΡΑΚΟΣ Γ., ΛΥΚΕΡΙΔΟΥ Α.

2. Ανακοίνωση: 12ο Πανελλήνιο Συνέδριο Μαιών-Μαιευτών 17-20/10/2012, Ηράκλειο, Κρήτης
“Επίπεδα αντιπυρονεκτίνης, IGF-1 και IGFBP-2 στο γάλα μητέρων με διαβήτη κύησης τις πρώτες μέρες της γαλουχίας.”
ΝΤΕΚΑ Ε., ΛΙΟΣΗΣ Γ., ΚΑΣΤΑΝΙΔΟΥ Ο., ΠΑΠΑΓΑΡΟΥΦΑΛΗΣ Κ., ΠΑΛΤΟΓΛΟΥ Γ., ΜΑΣΤΟΡΑΚΟΣ Γ., ΛΥΚΕΡΙΔΟΥ Α.

3. ΟΜΙΛΙΑ: 2ο Συνέδριο Ψυχοπροφυλακτικής. 4-6- Οκτωβρίου 2013 Λάρισα .
Ντέκα Ελένη. “Μητρικός θηλασμός σε ειδικές καταστάσεις.”

4. ΟΜΙΛΙΑ: Ημερίδα τμήματος Μαιευτικής, ΤΕΙ Αθήνας & Εθνικό Πρόγραμμα "Αλκυόνη" Προώθηση, προαγωγή και υποστήριξη του μητρικού θηλασμού. 4/12/2013 Αθήνα .
Ντέκα Ελένη. “Αιτίες διακοπής μητρικού θηλασμού, ο ρόλος των επαγγελματιών υγείας.”

5. Poster: 52ο Πανελλήνιο Παιδιατρικό Συνέδριο, 6-8 Ιουνίου 2014, Ρόδος
ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΗ ΘΗΛΑΣΜΟΥ "ΑΛΚΥΟΝΗ"-10525: **Η ΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΓΑΛΑΚΤΟΣ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΙ ΔΙΑΧΕΙΡΗΣΗΣ ΤΗΣ.**

6. Poster: 9th Congress for women's health. 28-30 August 2014, Athens
COUNSELLING LACTATING WOMEN ON MEDICATION USE.

7. ΟΜΙΛΙΑ: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΓΙΑ ΤΟ ΜΗΤΡΙΚΟ ΘΗΛΑΣΜΟ, 16 Δεκεμβρίου 2014, Υπουργείο Υγείας-Αίθουσα Τελετών, Αθήνα.
Ντέκα Ε. "Κοινά προβλήματα θηλασμού".

8. Ανακοίνωση: 13ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΜΑΙΩΝ-ΤΩΝ. 18-21 Σεπτεμβρίου 2014, Ναύπλιο
Τηλεφωνική γραμμή υποστήριξης του θηλασμού "ΑΛΚΥΟΝΗ" : συμβουλευοντας θηλάζουσες μητέρες σχετικά με τη χρήση φαρμάκων στη διάρκεια της γαλουχίας.

9. ΟΜΙΛΙΑ: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΓΙΑ ΤΟ ΜΗΤΡΙΚΟ ΘΗΛΑΣΜΟ, 21 Μαρτίου 2015, Αμφιθέατρο Πανεπιστημιακού Γενικού Νοσοκομείου Αλεξανδρούπολης.
Ντέκα Ε. "Κοινά προβλήματα θηλασμού"

10. ΟΜΙΛΙΑ: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΓΙΑ ΤΟ ΜΗΤΡΙΚΟ ΘΗΛΑΣΜΟ, 22 Απριλίου 2015, Αίθουσα ΚΑΣΤΕΛΛΑΚΗ Επιμελητήριο Ηρακλείου Κρήτης.
Ντέκα Ε. "Κοινά προβλήματα θηλασμού"

11. ΟΜΙΛΙΑ: Ετήσιο Μετεκπαιδευτικό Σεμινάριο Μητρικού Θηλασμού Συλλόγου Μαιών Αθήνας 2017
Ντέκα Ε. “ Σύσταση Μητρικού Γάλακτος”

- 12. ΟΜΙΛΙΑ:** Ετήσιο Μετεκπαιδευτικό Σεμινάριο Μητρικού Θηλασμού στο Ν. Μαιευτήριο «Έλενας Βενιζέλου», ΑΘΗΝΑ
Ντέκα Ε. “**Επίδραση της Καισαρικής Τομής στο Μητρικό θηλασμό.**”
- 13. ΟΜΙΛΙΑ:** Ημερίδα Νοσοκομείου Τρικάλων για το Μ. Θηλασμό 4/11/17 ΤΡΙΚΑΛΑ
Ντέκα Ε. **ΑΛΚΥΟΝΗ “Εθνική Πρωτοβουλία Προαγωγής Μητρικού Θηλασμού”**
- 14. ΟΜΙΛΙΑ:** Εκπαιδευτικό Σεμινάριο Μητρικού θηλασμού 17-19/5/2019 Γενικό Νοσοκομείο Κοζάνης. ΚΟΖΑΝΗ
Ντέκα Ε. “**Ανατομία μαστού-στοματικής κοιλότητας βρέφους**”
- 15. ΟΜΙΛΙΑ:** Εκπαιδευτικό Σεμινάριο Μητρικού θηλασμού 17-19/5/2019 Γενικό Νοσοκομείο Κοζάνης. ΚΟΖΑΝΗ
Ντέκα Ε. “**Φυσιολογία της γαλακτογένεσης και του θηλασμού**”
- 16. ΟΜΙΛΙΑ:** Εκπαιδευτικό Σεμινάριο Μητρικού θηλασμού 17-19/5/2019 Γενικό Νοσοκομείο Κοζάνης. ΚΟΖΑΝΗ
Ντέκα Ε. “**Υποστήριξη Μητρικού θηλασμού στο Μαιευτήριο**”
- 17. ΟΜΙΛΙΑ:** Εκπαιδευτικό Σεμινάριο Μητρικού θηλασμού 17-19/5/2019 Γενικό Νοσοκομείο Κοζάνης. ΚΟΖΑΝΗ
Ντέκα Ε. “**Ανεπάρκεια γάλακτος, Γαλακταγωγά: ενδείξεις και νεότερα δεδομένα**”
- 18. ΟΜΙΛΙΑ:** Ετήσιο Μετεκπαιδευτικό Σεμινάριο Μητρικού Θηλασμού Συλλόγου Μαιών Αθήνας κ ΑΡΕΤΑΙΕΙΟΥ Νοσοκομείου 5 /11/18 ΑΘΗΝΑ
Ντέκα Ε. «**Φιλικά Προς Τα Βρέφη Νοσοκομεία ΦΒΝ**» τι ισχύει στην Ελλάδα»
- 19. ΟΜΙΛΙΑ:** Ημερίδα του Κέντρου Υγείας Αιγίου κ Εμπορικού Συλλόγου Αιγιαλείας «Σημεία Φιλικά στο Μητρικό Θηλασμό» 6/11/19 ΑΙΓΙΟ
Ντέκα Ε. «**Σημεία Φιλικά Προς Το Θηλασμό**»
- 20. ΟΜΙΛΙΑ** Ημερίδα του Δικτύου Πρωτοβάθμιων Υπηρεσιών Υγείας Μαιών της 2^{ης} ΥΠΕ Πειραιάς-Αιγαίου κ ΠΑΔ.Α 13/12/19 Ρέντης - ΑΘΗΝΑ
Ντέκα Ε. “**Υποστηρίζοντας το Μητρικό Θηλασμό στο πλαίσιο της Π. Φ. Υ.**”

[Βιβλία/Μονογραφίες/Εκθέσεις](#)

2015 ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ - ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΥΓΕΙΑΣ.

Συν-συγγραφή σε οδηγό που απευθύνεται σε Επαγγελματίες Υγείας με σκοπό την υποστήριξη και προώθηση του μητρικού θηλασμού. Ι.Υ.Π.

2018 Εθνική Μελέτη εκτίμησης της συχνότητας και των προσδιοριστικών παραγόντων του Μητρικού Θηλασμού στην Ελλάδα. Ι.Υ.Π.

[Άλλες εργασίες](#)

2015 ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ - ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ.

Συν-συγγραφή οδηγού που απευθύνεται σε εγκύους και θηλάζουσες μητέρες με σκοπό την υποστήριξή τους. Ι.Υ.Π.

