



## Δελτίο Τύπου

### Επιστημονική πληροφόρηση για τη διατροφή και την πρόληψη του COVID-19 στην ιστοσελίδα του Δήμου Ιλίου

Η πανδημία αποτελεί κυρίαρχο μέρος της καθημερινότητάς μας και η αντιμετώπισή της εξαρτάται, σε μεγάλο βαθμό, από την πληροφόρησή μας. Σε μια προσπάθεια να συμβάλει στην υπεύθυνη ενημέρωση των πολιτών, ο Δήμος Ιλίου δημιούργησε στην ιστοσελίδα [www.ilion.gr](http://www.ilion.gr) ξεχωριστή ενότητα με επιστημονικά άρθρα για τη διατροφή και την πρόληψη του COVID-19, η οποία συνεχώς ανανεώνεται.

Στη συγκεκριμένη ενότητα παρουσιάζονται, με βάση τα ερευνητικά και επιστημονικά δεδομένα από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, τους Ευρωπαϊκούς και Εθνικούς Φορείς Υγείας και Διατροφής, τα εξής:

- Διατροφή και ενίσχυση του ανοσοποιητικού συστήματος, θωράκιση του οργανισμού απέναντι στον SARS-CoV-2
- Διατροφή ευπαθών ομάδων του πληθυσμού.
- Σημασία της διατροφής στην προσχολική και σχολική ηλικία.
- Κανόνες Υγιεινής και προστασίας

Την επιμέλεια της ενότητας έχει ο Στέφανος Μαρκόπουλος, Κλινικός Διαιτολόγος/ Διατροφολόγος, MSc.

Όπως τόνισε ο **Δήμαρχος Ιλίου Νίκος Ζενέτος**:

«Ο περιορισμός της εξάπλωσης του ιού μας αφορά όλους και η έγκυρη, επιστημονική πληροφόρηση είναι εξαιρετικά σημαντική, προκειμένου να προστατεύσουμε τον εαυτό μας και τους συνανθρώπους μας. Η γνώση για τους τρόπους θωράκισης του οργανισμού δεν αποτελεί μόνο δικαίωμα αλλά και υποχρέωση απέναντι σε οτιδήποτε απειλεί την υγεία μας, γεγονός στο οποίο συμβάλλει ο Δήμος Ιλίου, με επιστημονικό και επικαιροποιημένο ενημερωτικό υλικό, μέσα από την επίσημη ιστοσελίδα του. Γιατί η γνώση είναι δύναμη».



**ΔΗΜΟΣ ΙΛΙΟΥ**

**Επιστημονική πληροφόρηση  
για τη διατροφή και την πρόληψη  
του COVID-19**

**<https://www.ilion.gr/about-covid-19>**