
Anestis Dougkas

Responsable de l'équipe de Recherche en Nutrition

Coordonnées

Tél. : +33 (0)4 72 18 54 61

[Envoyer un mail](#)



Discipline(s)

Nutrition & comportement alimentaire

Activités / CV

MES ACTIVITES

- Recherche
Contribution aux projets internationaux de recherche collaborative et gestion de projets de recherche variés portant sur des repas réels de la vie réelle dans l'axe nutrition et santé
- Éducation
Encadrement des étudiants de master, des doctorants et des post-doctorants
Je co-dirige une post-doctorante [Kenza Drareni](#) qui travaille sur la gestion culinaire des troubles sensoriels et de la malnutrition liés à la chimiothérapie et une doctorante [Erika Guyot](#) qui travaille sur l'exploration prospective de l'évolution du comportement alimentaire chez les patients ayant bénéficié d'une chirurgie bariatrique (chirurgie de l'obésité).
- Dissémination
Diffusion de la science de la nutrition à une variété de publics, à la fois sous forme écrite et en présentation orale par l'organisation de séminaires, conférences et ateliers appliqués

MON PARCOURS

- 2016 à aujourd'hui : Chargé de recherche en nutrition, santé et comportement alimentaire au Centre de Recherche de l'Institut Paul Bocuse à Lyon, France
- 2011-2015 : Post-doctorant au Food for Health Science Center, Université de Lund, Suède
- 2011 : Chercheur associé, Université de Reading, Royaume-Uni
- 2011 : Doctorat en nutrition, Université de Reading, Royaume-Uni
- 2007 : Maîtrise en sciences et nutrition alimentaire, Université de Reading, Royaume-Uni
- 2006 : Baccalauréat (4 ans) en Chimie, spécialisé en Biochimie-Chimie Alimentaire, Université Aristote de Thessalonique, Grèce

Informations complémentaires

MES PROJETS DE RECHERCHE

L'axe central de mes recherches porte sur la régulation de l'appétit, l'apport énergétique et le comportement alimentaire. Un déséquilibre caractérisé par une déficience ou un excès d'énergie, de protéines et d'autres nutriments, qui provoque

des effets indésirables mesurables sur le corps (forme, taille, composition), les résultats cliniques englobant à la fois la surnutrition (obésité) et la sous-alimentation comme les deux côtés de la même pièce de monnaie.

Ceci tient compte à la fois du stimulus et du contexte alimentaire. Par conséquent, la satiété et le comportement alimentaire sont évalués dans un environnement écologique de la vie réelle que l'Institut Paul Bocuse fournit à travers son laboratoire expérimental et l'étude de diverses approches à trois niveaux différents indiqués ci-dessous :

- Nutriment (par exemple sources de protéines, etc.)
- Repas (composition, texture, approche de cuisson, etc.)
- Régimes alimentaires (fréquence, temps, quantité, etc.)

MES RECHERCHES EN 5 MOTS CLEFS

Nutrition humaine, régulation de l'appétit, comportement alimentaire, obésité, repas enrichis en protéines

MES PUBLICATIONS

www.researchgate.net/profile/Anestis_Dougkas2/publications

Peer Reviewed Publications

- Dougkas A, Reynolds CK, Givens ID, Elwood PC & Minihane AM. (2011) Associations between dairy consumption and body weight: a review of the evidence and underlying mechanisms. *Nutrition Research Reviews*, 15, 1-24.
- Dougkas A, Minihane AM, Givens ID, Reynolds CK & Yaqoob P. (2012) Differential effects of dairy snacks on appetite, but not overall energy intake. *British Journal of Nutrition*, 108, 2274-2285.
- Dougkas A, Yaqoob P, Givens ID, Reynolds CK & Minihane AM. (2013) The impact of obesity-related single nucleotide polymorphisms on appetite and energy intake. *British Journal of Nutrition*, 110, 1151-1156.
- Givens ID, Livingstone KM, Pickering JE, Fekete AA, Dougkas A & Elwood PC. (2014) Milk: White elixir or white poison? An examination of the associations between dairy consumption and disease in human subjects. *Animal Frontiers* 8, 8-15
- Dougkas A and Östman E. (2016) Protein enriched liquid preloads varying in macronutrient content modulate appetite and appetite-regulating hormones in healthy adults. *Journal of Nutrition*. doi: 10.3945/jn.115.217224
- Korompokis K, Östman E and Dougkas A. (2016) The impact of liquid preloads varying in macronutrient content on postprandial kinetics of amino acids relative to appetite in healthy adults. *Appetite*; 107:511-520
- Dougkas A and Östman E. (2017) Comparable effects of breakfast meals varying in protein source on subjective appetite and subsequent energy intake in healthy males. *European Journal of Nutrition*. doi: 10.1007/s00394-017-1392-4
- Zanzer YC, Plaza M, Dougkas A, Turner C, Björck I and Östman E. (2017) Polyphenol-rich spice-based beverages modulated postprandial early glycaemia, appetite and PYY after breakfast challenge in healthy subjects: A randomized, single blind, crossover study. *Journal of Functional Foods*; 35:574-583
- Zanzer YC, Plaza M, Dougkas A, Turner C, Östman E. (2018) Black pepper-based beverage (BPB) induced appetite-suppressing effects without altering postprandial glycaemia, gut and thyroid hormones or gastrointestinal tolerability: a randomized crossover study in healthy subjects. *Food and Function* 9, 2774-2786
- Guo J, Dougkas A, Elwood PC & Givens ID. (2018) Dairy foods and body mass index over 10-year: evidence from the Caerphilly Prospective Study. *Nutrients* 10(10), 1515
- Dougkas A, Barr S, Reddy S and Summerbell CD. (2019) A critical review of the role of milk and dairy products in the development of obesity in children and adolescents. *Nutrition Research Reviews* 32(1), 106-127.
- Zanzer YC, Batista AG, Dougkas A, Tovar J, Granfeldt Y, Östman E. (2019) Difficulties in translating appetite sensations effect of turmeric-based beverage when given prior to isoenergetic medium or high-fat meals in healthy subjects. *Nutrients* 11(4). pii: E736
- Carughi A, Bellisle F, Dougkas A, Feeney MJ, Higgs JD. (2019) A randomized controlled study to assess effects of a daily pistachio (*Pistacia vera*) "goûter" (afternoon snack) on next-meal energy intake, satiety and anthropometry in French women. *Nutrients* 11(4). pii: E767
- Drareni K, Dougkas A, Giboreau A, Laville M, Souquet PJ, Bensafi M. (2019) Relationship between food behavior and taste and smell alterations in cancer patients undergoing chemotherapy: A structured review. *Seminars in Oncology* 2, 160-172
- Dougkas A, Vannereux M, Giboreau A. (2019) The impact of herbs and spices on increasing the appreciation and intake of low salt legume-based meals. *Nutrients* 11(12).
- Drareni K, Bensafi M, Giboreau A, Dougkas A. (2020) Chemotherapy-induced taste and smell changes influence food perception in cancer patients. *Supportive Care in Cancer*

Book chapters

- Giboreau A, Dougkas A. (2018) Gastronomy as an Aid to Increasing people's Food Intake at Healthcare Institutions, in the *Encyclopedia of Food Security and Sustainability*. Elsevier

- Dougkas A, Saulais L, Giboreau A. (2019) Studying Natural Meals: What are the Benefits of the Living Lab Approach? in 'Context: The Effects of Environment on Product Design and Evaluation' edited by HL. Meiselman. Elsevier
- Dougkas A, Cooper L, Hocking E. (2020) The role of dairy products in the development of obesity across the lifespan. In I.D Givens (eds) Milk and Dairy Foods: Their Functionality in Human Health. Elsevier
- Dougkas A., Hobbs D. (2020) The Role of Milk and Dairy Products in the Development of Obesity and Cardiometabolic Disease. In: Meiselman H. (eds) Handbook of Eating and Drinking: Interdisciplinary perspectives. Springer, Cham

MON PROFIL

www.linkedin.com/in/anestis-dougkas-224864b/

Centre de Recherche et d'Innovation - Institut Lyfe

Château du Vivier - Ecully - France
Tel: +33 (0)4 72 18 02 20

Contact

Raphaëlle Mouillefarine
Partnerships Development
[Envoyer un email](#)
+33 (0)4 26 20 97 63

Carrière

> [Chercheur en sciences de la nutrition et du comportement alimentaire](#)