

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ- ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ ΔΙΔΑΚΤΟΡΕΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Μετά από απόφαση της Συνέλευσης του Τμήματος με ημερομηνία 14-10-2026
Υποψήφιοι Διδάκτορες για το Τμήμα Φυσικοθεραπείας είναι οι :

κα. **Ντούσκου Αντιόλα** με επιβλέπων Καθηγητή τον κ. Βασιλόπουλο Αριστείδη, Αναπληρωτή Καθηγητή του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και έχει θέμα: **«Ύπνος, κοινωνικοοικονομική θέση και τύπος κατοικίας: Συσχετίσεις με τη σωματική υγεία, την ψυχική υγεία και την λειτουργικότητα των ενηλίκων»**

Η Τριμελής Συμβουλευτική Επιτροπή η οποία έχει οριστεί είναι η εξής:

1. Γεώργιος Κριτσωτάκης, Αναπληρωτής Καθηγητής του Τμήματος Διοίκησης Επιχειρήσεων και Τουρισμού στο Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο
2. Καπρέλη Ελένη, Καθηγήτρια του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας
3. Βασιλόπουλος Αριστείδης, Αναπληρωτής Καθηγητής του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Ο ύπνος αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινότητας των ανθρώπων, βασική βιολογική ανάγκη και σημαντικό δείκτη της σωματικής και ψυχικής υγείας, ο οποίος επηρεάζεται από βιολογικούς, κοινωνικούς και οικονομικούς παράγοντες. Σκοπός της παρούσας διδακτορικής πρότασης είναι η διερεύνηση της ποιότητας και των χαρακτηριστικών του ύπνου σε σχέση με την οικονομική κατάσταση των ατόμων σε αστικές, ημιαστικές και αγροτικές περιοχές.

Η έρευνα θα έχει ως στόχο τρεις βασικές εισοδηματικές κατηγορίες, δηλαδή άτομα με χαμηλό, μεσαίο και υψηλό εισόδημα καθώς θεωρούμε ότι υπάρχει κοινωνική κλίση και η υγεία του ύπνου βελτιώνεται όταν βελτιώνεται και αυξάνεται το εισόδημα ενώ οι οικονομικά ασθενέστεροι συνδέονται με αυξημένη πιθανότητα αϋπνίας και κακής ποιότητας ύπνου. Δηλαδή η ποιότητά του και τα χαρακτηριστικά του μπορεί να επηρεαστούν από συνθήκες όπως η επισιτιστική ανασφάλεια, το άγχος, η ανεργία και η οικονομική δυσχέρεια. Παράλληλα θα μελετηθούν πιθανές διαφορές μεταξύ ατόμων που κατοικούν σε αστικές, ημιαστικές και αγροτικές περιοχές. Παράγοντες όπως ο θόρυβος, η ρύπανση, το άγχος και οι συνθήκες διαβίωσης ενδέχεται να επηρεάζουν εξίσου σημαντικά την ποιότητα του ύπνου.

Για την διερεύνηση των επιμέρους μεταβλητών θα επιλεγεί η συγχρονική μελέτη, όπου τα δεδομένα κάθε συμμετέχοντα θα συλλεχθούν σε ένα συγκεκριμένο χρονικό σημείο. Η συλλογή των δεδομένων θα γίνει μέσω ανώνυμων αυτοσυμπληρούμενων ερωτηματολογίων. Ανάμεσα στα κοινωνικοδημογραφικά και οικονομικά χαρακτηριστικά που θα καταγραφούν είναι ηλικία, φύλο, επάγγελμα, εισόδημα και τύπος κατοικίας. Αυτοί οι παράγοντες θεωρούνται σημαντικοί επειδή μπορεί να επηρεάζουν τόσο την ποιότητα του ύπνου όσο και τη σχέση μεταξύ οικονομικής κατάστασης και ύπνου. Πριν από την κύρια έρευνα θα προηγηθεί μια πιλοτική μελέτη με σκοπό την αξιολόγηση της εφαρμοσιμότητας των διαδικασιών για την αποφυγή αποτυχιών και δυσκολιών που θα μπορούσαν να προκύψουν από μια έρευνα μεγάλης κλίμακας. Τα ερωτηματολόγια που θα χρησιμοποιηθούν είναι το ερωτηματολόγιο PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index), το ESS (Epworth Sleepiness Scale), το ISI (Insomnia Severity Index), το PHQ-9 (Patient Health Questionnaire – Depression), GAD-7 (Generalized Anxiety Disorder Scale) και το PSS (Perceived Stress Scale). Η μελέτη θα διεξαχθεί στην Κεντρική Ελλάδα όπου περιλαμβάνονται αστικές, ημιαστικές και αγροτικές περιοχές.

Από την ανάλυση των αποτελεσμάτων, αναμένεται η ανάδειξη πιθανών κοινωνικών και οικονομικών ανισοτήτων στην ποιότητα και τα χαρακτηριστικά του ύπνου και καλύτερη κατανόηση των παραγόντων που επηρεάζουν την αϋπνία. Η γνώση που θα προκύψει μπορεί να χρησιμοποιηθεί από τους επαγγελματίες υγείας για την ανάπτυξη στοχευμένων παρεμβάσεων στην προαγωγή του ύπνου.

ABSTRACT

Sleep is an integral part of daily life, a fundamental biological need, and an important indicator of physical and mental health. Sleep is influenced by biological, social, and economic factors. The aim of the present doctoral research proposal is to investigate sleep quality and sleep characteristics in relation to individuals' socioeconomic status across urban, semi-urban, and rural areas.

The study will focus on three main income groups, namely individuals with low, middle, and high income, based on the assumption that a social gradient exists in sleep health. It is hypothesized that sleep health improves as income increases, whereas individuals with lower socioeconomic status are more likely to experience insomnia and poor sleep quality. In particular, sleep quality and characteristics may be affected by conditions such as food insecurity, stress, unemployment and financial hardship. At the same time, potential differences between individuals living in urban, semi-urban, and rural areas will be examined. Factors such as noise, pollution, stress, and living conditions may also have a significant impact on sleep quality.

A cross-sectional study design will be employed to investigate the variables of interest, with data from each participant collected at a specific point in time. Data will be collected through anonymous, self-administered questionnaires. The sociodemographic and economic characteristics that will be recorded will include age, sex, occupation, income, and place of residence. These factors are considered important because they may affect both sleep quality and the relationship between socioeconomic status and sleep.

Prior to the main study, a pilot study will be conducted to assess the feasibility of the research procedures and to identify potential challenges or difficulties that could arise during the implementation of a large-scale study. The questionnaires to be used will include the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), the Epworth Sleepiness Scale (ESS), the Insomnia Severity Index (ISI), the Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) for depression, the Generalized Anxiety Disorder-7 scale (GAD-7), and the Perceived Stress Scale (PSS). The study will be conducted in Central Greece, including urban, semi-urban, and rural areas.

The analysis of the findings is expected to highlight potential social and economic inequalities in sleep quality and sleep characteristics and to contribute to a better understanding of the factors associated with insomnia. The knowledge generated by the study may be used by healthcare professionals to develop targeted interventions aimed at promoting healthy sleep and improving sleep-related health outcomes.