# Χριστίνα Καρατζαφέρη

ΤΕΦΑΑ, ΣΕΦΑΑΔ-ΠΘ, Καρυές 42100 Τρίκαλα
ck@uth.gr; www.mlm.edu.gr; www.myology.gr


## Συνοπτική Παρουσίαση

### 1.1. Στοιχεία επικοινωνίας


Χριστίνα Καρατζαφέρη, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής, Αθλητισμού και Διαιτολογίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τρίκαλα, 42100
Γραφείο αιθ. 23-Εργαστήριο ΚΕΑΦΑ -Πειραματική Φυσιολογία, Κτίριο Γ, 1ος όροφος
Email: ck@uth.gr, Τηλ. Γραφείου: +30-2431047015, Τηλ. Εργαστηρίου +30-2431047020

Christina Karatzaferi, Department of PE and Sport Science, School of Physical Education, Sport and Dietetics, Karyes, Trikala, 42100
Web of Science ID: AAM-7344-2021
ORCID: 0000-0002-8266-5780


### 1.2. Θέση & Γνωστικό αντικείμενο

Μέλος ΔΕΠ του ΠΘ, Καθηγήτρια στην Φυσιολογία της Άσκησης – Μυολογία (ΦΕΚ 454/Γ/25-02-2022)

## Εμπειρία

### 2.1. Διοικητικοί ρόλοι – θέσεις ευθύνης

*Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας*

- Σχολή Επιστημών Φυσικής Αγωγής, Αθλητισμού και Διαιτολογίας, Κοσμήτορας (Σεπτ 2024-σήμερα)
- Ξενόγλωσσο Διατμηματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών (συνεργασία των τμημάτων Επιστήμης Φ.Α. και Αθλητισμού, Ιατρικής, Διατροφής και Διαιτολογίας του ΠΘ) με τίτλο ΔΠΜΣ «Ιατρική του Τρόπου Ζωής» και ΦΕΚ ίδρυσης 4844/Β' Τ/14-9-2022, Διευθύντρια (Νοε 2022– Φεβ 2025)
- Επιτροπή Δεοντολογίας του ΠΘ (Πρόεδρος Καθηγ. Ι. Σεφανίδης), Μέλος (Οκτ 2023- σήμερα)
- Επιτροπές επιλογής προσωπικού σε προς υλοποίηση έργα (λ.χ. 7202.13, 7202.10, κ.ο.κ)

*Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού*

- Πρόγραμμα Erasmus Plus του ΠΘ, Ακαδημαϊκή Συντονίστρια για το Τ.Ε.Φ.Α.Α. για το πρόγραμμα (Ιαν 2019-Δεκ 2022)
- Επιτροπή προγράμματος ERASMUS – Πρόεδρος (Ιαν 2019-Δεκ 2022)
- Επιτροπή υγιεινής και ασφάλειας Τ.Ε.Φ.Α.Α. – Πρόεδρος

*ΠΜΣ «Άσκηση και Υγεία: Αξιολόγηση και Συνταγογράφηση»*

- Επιτροπή Δεοντολογίας - Πρόεδρος
- Μεταπτυχιακή Διατριβή (Δ. Λύτρας- ολοκληρώθηκε) – Επιβλέπουσα
- Μεταπτυχιακή Διατριβή (Ι. Γιαννοπούλου – εν εξελίξει) - Επιβλέπουσα

ΠΜΣ «Εφαρμοσμένη Κινησιολογία στις Ένοπλες Δυνάμεις και τα Σώματα Ασφαλείας»

- Επιτροπή Δεοντολογίας - Πρόεδρος

*Διδακτορικός ή/και Μεταδιδακτορικός κύκλος εκπαίδευσης (ενδεικτικά)*

- Διδακτορική Διατριβή Ι Τσιώλης (έναρξη άνοιξη 2023)- μέλος τριμελούς
- Διδακτορική Διατριβή Ε. Πολύζου- εν εξελίξει – Επιβλέπουσα
- Διδακτορική Διατριβή Ε. Ροδίτη- ολοκληρώθηκε 2026 – Επιβλέπουσα
- Διδακτορική Διατριβή Η. Ντούμα – ολοκληρώθηκε 2025- Μέλος τριμελούς
- Μεταδιδακτορική Υποτροφία ΙΚΥ (Γ. Μήτρου – ολοκληρώθηκε Απρίλιο του 2023) – Επιβλέπουσα
- Συμμετοχή σε 7μελείς επιτροπές εξέτασης υποψηφίων διδακτόρων (Μ. Μισαηλίδη)

*Ε.Λ.Κ.Ε.-ΠΘ*

- Έργα Σχολής ως Ε.Υ. (5600.02.18.03, 9100.2203, 8900.06.05) και ιδρυματικό ως Αναπληρωτής Ε.Υ. (8526.01)
- Έργο «Ερευνητικές δράσεις και εκπαίδευση στη μυολογία» κωδ. 7008
- Ερευνητικό Πρόγραμμα κωδ. 5098 Muscle Stress Relief– Επιστημονικώς Υπεύθυνη(ΕΥ)
    - Επίσης ΕΥ στο συνδεόμενο υποέργο εθνικής συμμετοχής
- Μέλος επιτροπής παραλαβής προμηθειών και υπηρεσιών, έργου κωδ. 5855 με τίτλο: «ΠΜΣ - Εφαρμοσμένη Κινησιολογία στις Ένοπλες Δυνάμεις και τα Σώματα Ασφαλείας »

## 2.2. Διδασκαλία (ενδεικτ. ακαδ. έτος 2023-2024)

Προπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών (ΠΠΣ) – ΤΕΦΑΑ, ΠΘ

- Φυσιολογία της Άσκησης (ΜΕ1051), 6 ECTS, Ε' Εξάμηνο – Υπεύθυνη Μαθήματος και διδάσκουσα (διαμόρφωση και διδασκαλία από το ακαδημαϊκό έτος 2007-2008)
- Άσκηση και Υγεία _ Θεραπευτική Άσκηση Ι (ΚΕ2021), 12 ECTS, ΣΤ' εξάμ. Συνδιδάσκουσα,
- Άσκηση και Υγεία _ Θεραπευτική Άσκηση Ι (ΚΕ2022), 12 ECTS, Η' εξάμ. – Υπεύθυνη και διδάσκουσα
- Ασφαλής Άσκηση και Πρώτες Βοήθειες (ΜΚ1120), 6 ECTS, ΣΤ' εξάμ. - Υπεύθυνη και διδάσκουσα
- Εργογόνα: επιτρεπόμενες και απαγορευμένες εφαρμογές (ΜΕ1129), 4 ECTS, ΣΤ' εξαμ. Υπεύθυνη μαθήματος και διδάσκουσα

Επίσης συνδιδασκαλία στα μαθήματα

- Άσκηση σε Κλινικούς Πληθυσμούς (ΜΕ1118), Υπευθ. Γ. Σακκάς - στο Ε' εξαμ.
- Κλινική Εργοφυσιολογία (ΜΕ1139, πρώην ΜΕ1119) Υπευθ. Γ. Σακκάς - στο ΣΤ' εξαμ

Διατμηματικό Ξενόγλωσσο Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών (ΞΔΠΜΣ) Ιατρική του Τρόπου Ζωής

- Μεταπτυχιακή Διατριβή, 22 ECTS, Γ' εξάμ. Υπεύθυνη και διδάσκουσα
- Exercise and Physical Activity in Health and Disease (MA03), 7 ECTS, Α' εξάμ. Συνδιδάσκουσα

Προγράμματα Μεταπτυχιακών Σπουδών (ΠΜΣ), ΤΕΦΑΑ, ΠΘ

- Μεθοδολογία Παρουσίασης Δεδομένων & Συγγραφής Διατριβής (602), ΠΜΣ Εφαρμοσμένη Κινησιολογία στις Ένοπλες Δυνάμεις Υπεύθυνη και διδάσκουσα
- Μεθοδολογία Παρουσίασης Δεδομένων & Συγγραφής Διατριβής (502), ΠΜΣ Άσκηση και Υγεία: αξιολόγηση και συνταγογράφηση Υπευθ. Γ.Σακκάς –συν-διδάσκουσα

- Υπέρχρηση και κατάχρηση του ανθρωπίνου σώματος (611), ΠΜΣ Εφαρμοσμένη Κινησιολογία στις Ένοπλες Δυνάμεις, (Υπευθ. Γ.Κ. Σακκας) –συν διδάσκουσα

## 2.3. Σύνοψη Ερευνητικού & Συγγραφικού Έργου (αριθμητικά Σεπτ 2026)

Βιβλία: 3, Κεφάλαια βιβλίων: 30,

Δημοσιεύσεις σε επιστημονικά περιοδικά με σύστημα κριτών (Pubmed): 91

Δείκτες Απήχησης (3/9/2026): Scopus citations (83 cited documents) 2341 & h-index 26, Google Scholar citations (194 cited documents) 4001 & h-index 33

Χρηματοδοτούμενα ερευνητικά έργα: >13, ιδρυματικά/σχολής: >4

Εξασφάλιση χρηματοδότησης (συνολικά, ως υπεύθυνη ή μέλος ομάδας διεκδίκησης και υλοποίησης): > 10,5 M€

## 2.4. Επαγγελματικό Ιστορικό

- Καθηγήτρια Φυσιολογίας της Άσκησης-Μυολογίας, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, ΦΕΚ 454/Γ/25-02-2022 (Μάρ 2022- σήμερα
- Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Φυσιολογίας της Άσκησης, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, ΦΕΚ 1463/Γ/27-10-2014 Ελλάδα (Νοε 2014- Φεβ 2022).
- Associate Professor in Sport, Faculty of Sport & Health Sciences, University of St Mark & St John, UK (Ιαν 2016-Δεκ 2018)
- Επίκουρος Καθηγήτρια Φυσιολογίας της Άσκησης, επί θητεία, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, ΦΕΚ 156/Γ/02-03-2010, Ελλάδα, (Μαρ 2010-Οκτ 2014)
- Επισκέπτης καθηγητής, Σχολή Βιοεπιστημών, University of Kent, HB (2011-2012)
- Λέκτορας Φυσιολογίας της Άσκησης, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, ΦΕΚ 201/Γ/17-8-2005, Ελλάδα (Σεπτ 2005-Φεβ 2010)
- Επισκέπτης Ερευνητής, [Ιδρυτικό μέλος] και Υπεύθυνη Ερευνητικής Ομάδας – Coordinator of Muscle Structure and Function research, Ινστιτούτο Σωματικής Απόδοσης και Αποκατάστασης (ΙΣΑΑ), του Κέντρου Έρευνας, Τεχνολογίας και Ανάπτυξης Θεσσαλίας (ΚΕΤΕΑΘ), (2006-2016)
- Διδάσκουσα (ΠΔ 407/80), Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, , Ελλάδα (Σεπ 2004- Αυγ 2005)
- Διδάσκουσα, Teaching Personnel (part-time) Human Physiology, University of California Berkeley Extension (Pre-Med programme), Η.Π.Α. (2002-2003)
- Μεταδιδακτορική Ερευνήτρια & Fellow (2002-2004) της Αμερικανικής Ένωσης Καρδιολογίας στο Department of Biochemistry and Biophysics & Cardiovascular Research Institute (CVRI), University of California San Francisco (UCSF), στις Η.Π.Α (2001-2004)
- Λέκτορας στη Φυσιολογία της Άσκησης, Lecturer in Exercise Physiology, Dept. PE Sport & Leisure, University of Edinburgh, H.B. (Νοε 1999-Μάιος 2001)
- Teaching and Research Personnel-Εργαστήριο Φυσιολογίας της Άσκησης, Dept. of Exercise & Sport Sciences, MMU, UK (1996-1999)

**Χριστίνα Καρατζαφέρη**
ΤΕΦΑΑ, ΣΕΦΑΑΔ-ΠΘ, Καρυές 42100 Τρίκαλα
ck@uth.gr; www.mlm.edu.gr; www.myology.gr

## Εκπαίδευση- κατάρτιση

### 3.1. 1ος κύκλος Σπουδών

Πτυχίο Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (BSc), ΤΕΦΑΑ, Εθνικό και Καποδιστριακό, Πανεπιστήμιο Αθηνών, Ελλάδα (1993)
Ειδικότητα: Καλαθοσφαίριση,
Τίτλος/θέμα Διπλωματικής Εργασίας: Προαγωνιστική προετοιμασία παίδων.
Σχεδιάστηκε και παρουσιάστηκε πρόγραμμα προαγωνιστικής προετοιμασίας καλαθοσφαιριστών της κατηγορίας παίδων.
Επιβλέπων: Καθηγητής Μ. Αναστασιάδης.

### 3.2. 2ος κύκλος Σπουδών

Μεταπτυχιακό Δίπλωμα Ειδίκευσης «MSc in Sports Science», Department of Physical Education, Sports Science and Recreation Management, Loughborough University, UK (1996)
[Αναγνώριση από το ΔΙΚΑΤΣΑ, αρ. πράξης 32-675, 7/5/2003]
Τίτλος/θέμα: A running test simulating the game of basketball.
Υλοποιήθηκε πρωτότυπη μελέτη των φυσιολογικών απαιτήσεων της καλαθοσφαίρισης και δημιουργία διαλειμματικής δρομικής δοκιμασίας προσομοίωσης της καλαθοσφαίρισης.
Επιβλέπων: Professor C. Williams.

### 3.3. 3ος κύκλος Σπουδών

Διδακτορικό Δίπλωμα « Doctor of Philosophy», Centre for Biophysical & Clinical Research into Human Movement, Department of Exercise and Sport Science, Manchester Metropolitan University, UK (2000)
[Αναγνώριση από το ΔΙΚΑΤΣΑ, αρ. πράξης 32-690, 11/6/2003]
Τίτλος/θέμα: Human muscle fatigue and recovery/ μελέτη του μεταβολισμού διαφόρων τύπων μυϊκών ινών κατά την διάρκεια της άσκησης και κατά την ανάνηψη από την άσκηση (σπριντ σε ισοκινητικό κυκλοεργόμετρο) και συσχέτιση με την παραγωγή μυϊκής ισχύος και το φαινόμενο της κόπωσης.
Επιβλέπων: Professor A.J. Sargeant.

### 3.4. Συνεχιζόμενη εκπαίδευση & επαγγελματική κατάρτιση (CPD)

Aurora Leadership Programme. Leadership Foundation for Higher Education, Research Leadership, UK 2016-2017.

EMBO Practical Course: Transient Kinetics Applied to Biological Macromolecules, Max Planck Institute for Molecular Physiology, Dortmun Germany and Department of Biosciences, University of Kent, UK, 18-24$^{th}$ June, 2006.

CVRI & American Heart Association Post-doctoral Fellowship, Department of Biochemistry and Biophysics, University of California San Francisco, 2001-2004.

## Επιστημονικές Δημοσιεύσεις

### 4.1. Ξενόγλωσσες Δημοσιεύσεις σε επιστημονικά περιοδικά με σύστημα κριτών [EN]

[Σημ., οι εργασίες εμφανίζονται στο αποθετήριο PubMed και Scopus]

93. Michanikou M†, Ntoumas I† , Karatzaferi C, Sakkas GK. Acute Effects of Olfactory Stimulation on 50-m Sprint Swimming Performance in Competitive Swimmers. Exercise and Quality of Life Journal (2026).DOI: 10.31382/20261202

92. Sakkas GK, I Ntoumas, CD Giannaki, C Karatzaferi. Energy Drink Use and Adolescent Sleep Debt: Implications for Obesity, Cognition, and Physical Activity. Nutrients 18 (18), 2946, 2026.

91. Sakkas GK, Ntoumas I, Tsagkalis A, Karatzaferi C. Milk Intake, Sun Exposure, and Caffeinated Energy Drink Consumption in Children and Adolescents: Evidence, Uncertainty, and Implications for Peak Bone Mass Accrual. Nutrients. 2026 Jul 3;18(13):2156

90. Krase AA, Giannaki CD, Ntoumas I, Stefanidis I, Karatzaferi C, Sakkas GK. Cold Dialysis Combined with Intradialytic Exercise Improves Insulin Sensitivity in Hemodialysis Patients: A Pilot Randomized Clinical Trial. Medicina (Kaunas). 2026 Jun 30;62(7):1268.

89. Roditi EE, Tsatalas T, Sakkas GK, Giannopoulou I, Koutedakis Y, Giakas G, Karatzaferi C. The Effects of External Lower Limb Weight or Pressure Application on Human Knee Joint Proprioception in Resting and Fatigue Conditions: A Randomized Trial. J Funct Morphol Kinesiol. 2026 Jun 30;11(3):262

88. Månsson A, Karatzaferi C. Editorial: Release of inorganic phosphate from the myosin active site in actomyosin energy transduction. Front Physiol. 2026 Mar 19;17:1823925. doi: 10.3389/fphys.2026.1823925. PMID: 41940021; PMCID: PMC13044453.

87. Levin O, Just I, Klepochova R, Helsper S, Vints W, Silva AF, Langeard A, Bar Shalom S, Karatzaferi C, Ziaei M, Audiffren M, Voelcker-Rehage C, Netz Y, Masiulis N, Himmelreich U, Kršňák M. Magnetic resonance spectroscopy as a non-invasive tool for assessing brain and muscle adaptation to exercise training in older age: a scoping review into existing research. Exp Gerontol. 2026 Apr;216:113082. doi: 10.1016/j.exger.2026.113082. Epub 2026 Feb 25. PMID: 41748042.

86. Ntoumas I, Karatzaferi C, Giannaki CD, Nousios V, Siarava K, Mpakatselou A, Papanikolaou F, Pappas A, Krommidas C, Dardiotis E, Lavdas E, Sakkas GK. The Effect of Timing of Sports Massage on 60-m Sprint

Performance in Competitive Athletes. Int J Ther Massage Bodywork. 2025 Dec 11;18(4):6-19. doi: 10.3822/ijtmb.v18i4.1251. eCollection 2025 Dec.

85. Yioukka M, Dinas PC, Ntoumas I, Karatzaferi C, Sakkas GK. Effects of smartphone-based-interventions on health-related quality of life of adults with type 2 diabetes mellitus. A systematic review and meta-analysis. Clinical Epidemiology and Global Health, 102229, 2025.

84. Vints WAJ, Gökçe E, Langeard A, Pavlova I, Çevik ÖS, Ziaaldini MM, Todri J, Lena O, Shalom SB, Jak S, Zorba Zormpa I, Karatzaferi C, Levin O, Masiulis N, Netz Y; PhysAgeNet. Investigating the mediating effect of myokines on exercise-induced cognitive changes in older adults: A living systematic review and meta-analysis. Neurosci Biobehav Rev. 2025 Nov;178:106381. doi: 10.1016/j.neubiorev.2025.106381. Epub 2025 Sep 23. Erratum in: Neurosci Biobehav Rev. 2025 Dec;179:106405. doi: 10.1016/j.neubiorev.2025.106405. PMID: 40998287. Erratum in Neurosci Biobehav Rev. 2025 Dec;179:106405. doi: 10.1016/j.neubiorev.2025.106405. Epub 2025 Oct 9.

83. Theofilidis G, Bogdanis GC, Kaltsatou A, Poulianiti KP, Mitrou GI, Suemi DCR, Georgakouli K, Stavropoulos-Kalinoglou A, Krase AA, Chasioti-Fourli F, Syrmos N, Sakkas GK, Koutedakis Y, Karatzaferi C. Physiological, Performance, and Oxidative Stress Responses to High-Intensity Uphill and Downhill Interval Training J Funct Morphol Kinesiol 10 (4), 460, 2025

82. Papanikolaou F, Bareka M, Karatzaferi C, Sakkas GK, Roka V, Liampas I, Gouva M, Arnaoutoglou E. Massage and electroacupuncture as a combined method versus epidural analgesia for chronic low back pain management. Explore (NY). 2025 Nov 2;21(6):103279. doi: 10.1016/j.explore.2025.103279. Epub ahead of print. PMID:41207271.

81. Ntoumas I, Antoniou N, Giannaki CD, Papanikolaou F, Pappas A, Dardiotis E, Karatzaferi C, Sakkas GK. New Generation Automatic Massage Chairs for Enhancing Daytime Naps: A Crossover Placebo-Controlled Trial. Healthcare (Basel). 2025 Sep 12;13(18):2291. doi: 10.3390/healthcare13182291. PMID: 41008423; PMCID: PMC12469339.

80. Ntoumas I, Karatzaferi C, Boubougiatzi F, Manakou N, Aslanidi A, Giannaki CD, Papanikolaou F, Dardiotis E, Lavdas E, Sakkas GK. Massage positively influences daytime brain activity and reduces arousal state in poor sleepers: a randomized controlled trial. BMC Complement Med Ther. 2025 Jul 28;25(1):290. doi: 10.1186/s12906-02505022-6. MID: 40722019; PMCID: PMC12302761

79. Ntoumas I, Karatzaferi C, Giannaki CD, Papanikolaou F, Pappas A, Dardiotis E, Sakkas GK. The Impact of Relaxation Massage Prior to Bedtime on Sleep Quality and Quantity in People with Symptoms of Chronic Insomnia: A Home-Based Sleep Study. Healthcare (Basel). 2025 Jan 17;13(2):180. doi:10.3390/healthcare13020180. PMID: 39857207; PMCID: PMC11765054.

78. Varveri D, Karatzaferi C, Polatou E, Sakkas GK. Developing the aquaticity level in healthy adolescents. A randomized control study. Front Sports Act Living. 2024 Dec 24;6:1437338. doi: 10.3389/fspor.2024.1437338. PMID: 39777016;PMCID: PMC11703659.

77. Roditi EE, Tsatalas T, Sakkas GK, Koutedakis Y, Giakas G, Karatzaferi C. Effects of Muscular Fatigue on Position Sense in Two Phases of the Menstrual Cycle. J Funct Morphol Kinesiol. 2024 Jun 29;9(3):115. doi: 10.3390/jfmk9030115. PMID: 39051276; PMCID: PMC11270258.

76. Sakkas GK, Giannaki CD, Wilund KR, Karatzaferi C. How to cultivate sustainable physical health and wellness in transplant recipients: the emerging and enduring role of exercise scientists. Curr Opin Organ Transplant. 2024 Aug 1;29(4):294-298. doi: 10.1097/MOT.0000000000001160. Epub 2024 Jun 6. PMID: 38841870.

75. Wilkinson TJ, Baker LA, Watson EL, Nikopoulou K, Karatzaferi C, Graham-Brown MP, Smith AC, Sakkas GK. Skeletal Muscle Texture Assessment Using Ultrasonography: Comparison with Magnetic Resonance Imaging in Chronic Kidney Disease. Ultrason Imaging. 2024 Sep;46(4-5):263-268. doi: 10.1177/01617346241255879. Epub 2024 May 28. PMID: 38807343; PMCID: PMC11325600.

74. Krase AA, Giannaki CD, Flouris AD, Liakos D, Stefanidis I, Karatzaferi C, Sakkas GK. The Acute, Combined, and Separate Effects of Cold Hemodialysis and Intradialytic Exercise in Insulin Sensitivity and Glucose Disposal. ASAIO J. 2024 May 1;70(5):436-441. doi: 10.1097/MAT.0000000000002117.

73. Grigoriou SS, Karatzaferi C, Giannaki CD, Sakkas GK. Emotional Intelligence in Hemodialysis Patients: The Impact of an Intradialytic Exercise Training Program. Healthcare (Basel). 2024 Apr 23;12(9):872. doi: 10.3390/healthcare12090872.

72. Vints WAJ, Gökçe E, Langeard A, Pavlova I, Çevik ÖS, Ziaaldini MM, Todri J, Lena O, Sakkas GK, Jak S, Zorba Zormpa I, Karatzaferi C, Levin O, Masiulis N, Netz Y. Myokines as mediators of exercise-induced cognitive changes in older adults: protocol for a comprehensive living systematic review and meta-analysis. Front Aging Neurosci. 2023 Jul 13;15:1213057. doi: 10.3389/fnagi.2023.1213057.

71. Mitsiokapas V, Siarampi E, Smixioti V, Mitsiokapa E, Karatzaferi C, Koulouvaris P, Mavrogenis AF, Giannaki CD, Sakkas GK. Inadequate functional capacity and health-related outcomes in older adults living in nursing homes in Greece. Aging and Health Research 3(1): 100118- 100122.

70. Giannaki CD, Grigoriou SS, George K, Karatzaferi C, Zigoulis P, Lavdas E, Chaniotis D, Stefanidis I, Sakkas GK. Nine Months of Hybrid Intradialytic Exercise Training Improves Ejection Fraction and Cardiac Autonomic Nervous System Activity. Sports (Basel). 2023 Mar 31;11(4):79. doi: 10.3390/sports11040079.

69. Lamberti N, Manfredini F, Babjaková J, Gallè F, Medijainen K, Karatzaferi C, Pavlova I, Netz Y, López-Soto PJ. Effect of physical activity interventions on quality of life in older adults: A protocol for systematic review and meta-analysis. Medicine (Baltimore). 2022 Dec 2;101(48):e31801. doi: 10.1097/MD.0000000000031801. PMID: 36482570; PMCID: PMC9726368.

68. Grigoriou SS, Karatzaferi C, Giannaki CD, Patramani G, Vogiatzi C, Mitrou GI, Stefanidis I, Sakkas GK. The effect of a 9-month hybrid intradialytic exercise training program on nerve conduction velocity

parameters in patients receiving hemodialysis therapy. Int Urol Nephrol. 2022 Dec;54(12):3271-3281. doi: 10.1007/s11255-022-03266-6. Epub 2022 Jul 5. PMID: 35789452.

67. Vlahoyiannis A, Karali E, Giannaki CD, Karioti A, Pappas A, Lavdas E, Karatzaferi C, Sakkas GK. The vicious circle between physical, psychological, and physiological characteristics of shift work in nurses: a multidimensional approach. Sleep Breath. 2021 Apr 17. doi: 10.1007/s11325-021-02381-5.
66. Krase AA, Terzis G, Giannaki CD, Stasinaki AN, Wilkinson TJ, Smith AC, Zorz C, Karatzaferi C, Stefanidis I, Sakkas GK. Seven months of aerobic intradialytic exercise training can prevent muscle loss in haemodialysis patients: an ultrasonography study. Int Urol Nephrol. 2021 Jun 28. doi: 10.1007/s11255-021-02931-6. Epub ahead of print. PMID: 34184202.
65. Grigoriou SS, Giannaki CD, George K, Karatzaferi C, Zigoulis P, Eleftheriadis T, Stefanidis I, Sakkas GK. A single bout of hybrid intradialytic exercise did not affect left-ventricular function in exercise-naïve dialysis patients: a randomized, cross-over trial. Int Urol Nephrol. 2021 Jun 7. doi: 10.1007/s11255-021-02910-x. Epub ahead of print. PMID: 34100215.
64. Grigoriou SS, Krase AA, Karatzaferi C, Giannaki CD, Lavdas E, Mitrou GI, Bloxham S, Stefanidis I, Sakkas GK. Long-term intradialytic hybrid exercise training on fatigue symptoms in patients receiving hemodialysis therapy. Int Urol Nephrol. 2021 Apr;53(4):771-784. doi: 10.1007/s11255-020-02711-8.
63. Theofilidis G, Bogdanis GC, Stavropoulos-Kalinoglou A, Krase AA, Tsatalas T, Shum G, Sakkas GK, Koutedakis Y, Karatzaferi C. The effects of training with high-speed interval running on muscle performance are modulated by slope. Physiol Rep. 2021 Jan;9(1):e14656. doi: 10.14814/phy2.14656.
62. Krase AA, Flouris AD, Karatzaferi C, Giannaki CD, Stefanidis I, Sakkas GK. Separate and combined effects of cold dialysis and intradialytic exercise on the thermoregulatory responses of hemodialysis patients: a randomized-cross-over study. BMC Nephrol. 2020;21(1):524.
61. Rosa CSC, Giannaki CD, Krase A, Mplekou M, Grigoriou SS, Stefanidis I, Lavdas, E. Pappas A, Bloxham S, Karatzaferi C, Sakkas G K. Effects of 12 months of detraining on health-related quality of life in patients receiving hemodialysis therapy. Int Urol Nephrol. 2020;52(9):1771-8.
60. Kaltsatou A, Hadjigeorgiou GM, Grigoriou SS, Karatzaferi C, Giannaki CD, Lavdas E, et al. Cardiac autonomic function during intradialytic exercise training. Postgrad Med. 2019;131(7):539-45.
59. Karatzaferi C, Sandri M, Sakkas GK, Smith C. Effects of Redox Disturbances on Motility, Contractility and Muscle Tissue Pathogenesis. Oxid Med Cell Longev. 2019;2019:3272035.
58. Poulianiti KP, Karioti A, Kaltsatou A, Mitrou GI, Koutedakis Y, Tepetes K, Christodoulidis G, Giakas G, Maridaki M, Stefanidis I, Jamurtas A Z, Sakkas GK, Karatzaferi C. Evidence of Blood and Muscle Redox Status Imbalance in Experimentally Induced Renal Insufficiency in a Rabbit Model. Oxid Med Cell Longev. 2019;2019:8219283.
57. Pafili Z, Maridaki M, Giannaki CD, Karatzaferi C, Liakopoulos V, Eleftheriadis T, et al. Phosphorus nutritional knowledge among dialysis health care providers and patients: A multicenter observational study. Clin Nutr ESPEN. 2019;31:33-7.
56. Mitrou GI, Giannaki CD, Karatzaferi C, Hadjigeorgiou GM, Lavdas E, Maridaki MD, et al. Nocturnal Activity Is Not Affected by a Long-Duration, Low-Intensity Single Exercise Bout. Sports (Basel). 2019;7(3).

55. Sakkas GK, Giannaki CD, Karatzaferi C, Manconi M. Sleep Abnormalities in Multiple Sclerosis. Curr Treat Options Neurol. 2019;21(1):4.
54. Mitrou GI, Sakkas GK, Poulianiti KP, Karioti A, Tepetes K, Christodoulidis G, Giakas G, Stefanidis I, Geeves M A, Koutedakis Y, Karatzaferi C. Evidence of functional deficits at the single muscle fiber level in experimentally-induced renal insufficiency. J Biomech. 2019;82:259-65.
53. Theofilidis G, Bogdanis GC, Koutedakis Y, Karatzaferi C. Monitoring Exercise-Induced Muscle Fatigue and Adaptations: Making Sense of Popular or Emerging Indices and Biomarkers. Sports (Basel). 2018;6(4).
52. Marcondes FK, Cardozo LT, Luchi KCG, Irfannuddin M, Karatzaferi C, Rocha MJ, et al. Meeting report: IUPS and ADInstruments 2017 Teaching Workshop. Adv Physiol Educ. 2018;42(2):334-9.
51. Sakkas GK, Tsaknaki E, Rosa CS, Giannaki CD, Krase AA, Lavdas E, Hadjigeorgiou GM, Stefanidis I, Karatzaferi C. The Effect of Cold Dialysis in Motor and Sensory Symptoms of RLS/WED Occurring During Hemodialysis: A Double-Blind Study. ASAIO J. 2018;64(1):110-4.
50. Dimitriadou E, Giannaki CD, Tsekoura M, Stefanidis I, Hadjigeorgiou GM, Lavdas E, Sakkas GK, Karatzaferi C. Restless legs syndrome/Willis-Ekbom disease prevalence in beta thalassemia patients. Sleep Breath. 2018;22(1):175-9.
49. Sakkas GK, Krase AA, Giannaki CD, Karatzaferi C. Cold dialysis and its impact on renal patients' health: An evidence-based mini review. World J Nephrol. 2017;6(3):119-22.
48. Karatzaferi C, Adamek N, Geeves MA. Modulators of actin-myosin dissociation: basis for muscle type functional differences during fatigue. Am J Physiol Cell Physiol. 2017;313(6):C644-C54.
47. Mitrou GI, Poulianiti KP, Koutedakis Y, Jamurtas AZ, Maridaki MD, Stefanidis I, Sakkas GK, Karatzaferi C. Functional responses of uremic single skeletal muscle fibers to redox imbalances. Hippokratia. 2017;21(1):3.
46. Queen M, Karatzaferi C, Bloxham SR, Panwar U, Drew P, Barton AG, et al. How Can Physical Activity Referral Rates for Breast Cancer Patients be Increased? Front Oncol. 2016;6:198.
45. Poulianiti K, Karatzaferi C, Flouris AD, Fatouros IG, Koutedakis Y, Jamurtas AZ. Antioxidant responses following active and passive smoking of tobacco and electronic cigarettes. Toxicol Mech Methods. 2016;26(6):455-61.
44. Dos Santos MP, Batistela E, Pereira MP, Paula-Gomes S, Zanon NM, Kettelhut Ido C, Karatzaferi C et al. Higher insulin sensitivity in EDL muscle of rats fed a low-protein, high-carbohydrate diet inhibits the caspase-3 and ubiquitin-proteasome proteolytic systems but does not increase protein synthesis. J Nutr Biochem. 2016;34:89-98.
43. Varveri D, Flouris AD, Smirnios N, Pollatou E, Karatzaferi C, Sakkas GK. Developing and testing an instrument to assess aquaticity in humans. J Bodyw Mov Ther. 2016;20(3):497-503.
42. Poulianiti KP, Kaltsatou A, Mitrou GI, Jamurtas AZ, Koutedakis Y, Maridaki M, Stefanidis I, Sakkas GK, Karatzaferi C. Systemic Redox Imbalance in Chronic Kidney Disease: A Systematic Review. Oxid Med Cell Longev. 2016;2016:8598253.
41. Kaltsatou A, Karatzaferi C, Mitrou GI, Poulianiti KP, Sakkas GK. Intra-Renal Hemodynamic Changes After Habitual Physical Activity in Patients with Chronic Kidney Disease. Curr Pharm Des. 2016;22(24):3700-14.

40. Stefanidis I, Vainas A, Giannaki CD, Dardiotis E, Spanoulis A, Sounidaki M, Eleftheriadis T, Liakopoulos V, Karatzaferi C et al. Restless legs syndrome and mortality in hemodialysis patients. Sleep Med. 2016;22:103.
39. Varveri D, Karatzaferi C, Pollatou E, Sakkas GK. Aquaticity: A discussion of the term and of how it applies to humans. J Bodyw Mov Ther. 2016;20(2):219-23.
38. Malavaki CJ, Sakkas GK, Mitrou GI, Kalyva A, Stefanidis I, Myburgh KH, Karatzaferi C. Skeletal muscle atrophy: disease-induced mechanisms may mask disuse atrophy. J Muscle Res Cell Motil. 2015;36(6):405-21.
37. Giannaki CD, Sakkas GK, Karatzaferi C, Maridaki MD, Koutedakis Y, Hadjigeorgiou GM, et al. Combination of Exercise Training and Dopamine Agonists in Patients with RLS on Dialysis: A Randomized, Double-Blind Placebo-Controlled Study. ASAIO J. 2015;61(6):738-41.
36. Stefanidis I, Vainas A, Giannaki CD, Dardiotis E, Spanoulis A, Sounidaki M, Eleftheriadis T, Liakopoulos V, Karatzaferi C et al. Restless legs syndrome does not affect 3-year mortality in hemodialysis patients. Sleep Med. 2015;16(9):1131-8.
35. Kaltsatou A, Grigoriou SS, Karatzaferi C, Giannaki CD, Stefanidis I, Sakkas GK. Cognitive function and exercise training for chronic renal disease patients: A literature review. J Bodyw Mov Ther. 2015;19(3):509-15.
34. Grigoriou SS, Karatzaferi C, Sakkas GK. Pharmacological and Non-pharmacological Treatment Options for Depression and Depressive Symptoms in Hemodialysis Patients. Health Psychology Research. 2015;3(1):1811.
33. Malavaki C, Hatziefthimiou A, Daskalopoulou SS, Stefanidis I, Karatzaferi C, Aidonidis I. Ranolazine enhances nicardipine-induced relaxation of alpha1-adrenoceptor-mediated contraction on isolated rabbit aorta. Acta Cardiol. 2015;70(2):157-62.
32. Kaltsatou A, Sakkas GK, Poulianiti KP, Koutedakis Y, Tepetes K, Christodoulidis G, Stefanidis I, Karatzaferi C. Uremic myopathy: is oxidative stress implicated in muscle dysfunction in uremia? Front Physiol. 2015;6:102.
31. Sakkas GK, Giannaki CD, Karatzaferi C, Maridaki M, Koutedakis Y, Hadjigeorgiou GM, et al. Current trends in the management of uremic restless legs syndrome: a systematic review on aspects related to quality of life, cardiovascular mortality and survival. Sleep Med Rev. 2015;21:39-49.
30. Giannaki CD, Hadjigeorgiou GM, Karatzaferi C, Pantzaris MC, Stefanidis I, Sakkas GK. Epidemiology, impact, and treatment options of restless legs syndrome in end-stage renal disease patients: an evidence-based review. Kidney Int. 2014;85(6):1275-82.

29. Giannaki CD, Sakkas GK, Karatzaferi C, Hadjigeorgiou GM, Lavdas E, Kyriakides T, et al. Effect of exercise training and dopamine agonists in patients with uremic restless legs syndrome: a six-month randomized, partially double-blind, placebo-controlled comparative study. BMC Nephrol. 2013;14:194.

28. Giannaki CD, Hadjigeorgiou GM, Karatzaferi C, Maridaki MD, Koutedakis Y, Founta P, et al. A single-blind randomized controlled trial to evaluate the effect of 6 months of progressive aerobic exercise training in patients with uraemic restless legs syndrome. Nephrol Dial Transplant. 2013;28(11):2834-40.
27. Giannaki CD, Karatzaferi C, Hadjigeorgiou GM, George KP, Stefanidis I, Sakkas GK. Periodic limb movements in sleep and cardiovascular disease: time to act. Front Neurol. 2013;4:97.
26. Mitrou GI, Grigoriou SS, Konstantopoulou E, Theofilou P, Giannaki CD, Stefanidis I, Karatzaferi C, Sakkas GK. Exercise training and depression in ESRD: a review. Semin Dial. 2013;26(5):604-13.
25. Karatzaferi C, Chase PB. Muscle fatigue and muscle weakness: what we know and what we wish we did. Front Physiol. 2013;4:125.
24. Giannaki CD, Zigoulis P, Karatzaferi C, Hadjigeorgiou GM, George KP, Gourgoulianis K, et al. Periodic limb movements in sleep contribute to further cardiac structure abnormalities in hemodialysis patients with restless legs syndrome. J Clin Sleep Med. 2013;9(2):147-53.
23. Gkizlis V, Giannaki CD, Karatzaferi C, Hadjigeorgiou GM, Mihas C, Koutedakis Y, et al. Uremic versus idiopathic restless legs syndrome: impact on aspects related to quality of life. ASAIO J. 2012;58(6):607-11.
22. Karatzaferi C, Sakkas GK. Editorial on special issue "Lifestyle and ageing in muscle disease". J Muscle Res Cell Motil. 2012;33(3-4):153-4.
21. Sakkas GK, Karatzaferi C. Hemodialysis fatigue: just "simple" fatigue or a syndrome on its own right? Front Physiol. 2012;3:306.
20. Giannaki CD, Stefanidis I, Karatzaferi C, Liakos N, Roka V, Ntente I, et al. The effect of prolonged intradialytic exercise in hemodialysis efficiency indices. ASAIO J. 2011;57(3):213-8.
19. Tsarouhas K, Karatzaferi C, Tsitsimpikou C, Haliassos A, Kouretas D, Pavlidis P, et al. Effects of walking on heart rate recovery, endothelium modulators and quality of life in patients with heart failure. Eur J Cardiovasc Prev Rehabil. 2011;18(4):594-600.
18. Giannaki CD, Sakkas GK, Karatzaferi C, Hadjigeorgiou GM, Lavdas E, Liakopoulos V, et al. Evidence of increased muscle atrophy and impaired quality of life parameters in patients with uremic restless legs syndrome. PLoS One. 2011;6(10):e25180.
17. Giannaki CD, Sakkas GK, Hadjigeorgiou GM, Karatzaferi C, Patramani G, Lavdas E, et al. Non-pharmacological management of periodic limb movements during hemodialysis session in patients with uremic restless legs syndrome. ASAIO J. 2010;56(6):538-42.
16. Giannaki CD, Sakkas GK, Hadjigeorgiou GM, Liakopoulos V, Anifandis G, Karatzaferi C, et al. Quality of life score is primarily affected by the mental rather than the physical component in patients with restless legs syndrome. Mov Disord. 2010;25(1):135-6; author reply 6-7.
15. Sakkas GK, Karatzaferi C, Zintzaras E, Giannaki CD, Liakopoulos V, Lavdas E, et al. Liver fat, visceral adiposity, and sleep disturbances contribute to the development of insulin resistance and glucose intolerance in nondiabetic dialysis patients. Am J Physiol Regul Integr Comp Physiol. 2008;295(6):R1721-9.
14. Sakkas GK, Liakopoulos V, Karatzaferi C, Stefanidis I. Sleep quality and dialysis efficacy affect functional capacity in patients receiving haemodialysis therapy. Nephrol Dial Transplant. 2008;23(8):2703-4; author reply 4.

13. Sakkas GK, Hadjigeorgiou GM, Karatzaferi C, Maridaki MD, Giannaki CD, Mertens PR, et al. Intradialytic aerobic exercise training ameliorates symptoms of restless legs syndrome and improves functional capacity in patients on hemodialysis: a pilot study. ASAIO J. 2008;54(2):185-90.
12. Karatzaferi C, Franks-Skiba K, Cooke R. Inhibition of shortening velocity of skinned skeletal muscle fibers in conditions that mimic fatigue. Am J Physiol Regul Integr Comp Physiol. 2008;294(3):R948-55.
11. Sakkas GK, Gourgoulianis KI, Karatzaferi C, Liakopoulos V, Maridaki MD, Pastaka C, et al. Haemodialysis patients with sleep apnoea syndrome experience increased central adiposity and altered muscular composition and functionality. Nephrol Dial Transplant. 2008;23(1):336-44.
10. Sakkas GK, Karatzaferi C, Liakopoulos V, Maridaki MD, Lavdas E, Giannaki CD, et al. Polysomnographic evidence of sleep apnoea disorders in lean and overweight haemodialysis patients. J Ren Care. 2007;33(4):159-64.
9. Paschalis V, Nikolaidis MG, Fatouros IG, Giakas G, Koutedakis Y, Karatzaferi C, et al. Uniform and prolonged changes in blood oxidative stress after muscle-damaging exercise. In Vivo. 2007;21(5):877-83.
8. Vinogradova MV, Stone DB, Malanina GG, Karatzaferi C, Cooke R, Mendelson RA, et al. Ca(2+)-regulated structural changes in troponin. Proc Natl Acad Sci U S A. 2005;102(14):5038-43.
7. Karatzaferi C, Chinn MK, Cooke R. The force exerted by a muscle cross-bridge depends directly on the strength of the actomyosin bond. Biophys J. 2004;87(4):2532-44.
6. Sakkas GK, Sargeant AJ, Mercer TH, Ball D, Koufaki P, Karatzaferi C, et al. Changes in muscle morphology in dialysis patients after 6 months of aerobic exercise training. Nephrol Dial Transplant. 2003;18(9):1854-61.
5. Karatzaferi C, Myburgh KH, Chinn MK, Franks-Skiba K, Cooke R. Effect of an ADP analog on isometric force and ATPase activity of active muscle fibers. Am J Physiol Cell Physiol. 2003;284(4):C816-25.
4. Karatzaferi C, de Haan A, van Mechelen W, Sargeant AJ. Metabolic changes in single human fibres during brief maximal exercise. Exp Physiol. 2001;86(3):411-5.
3. Karatzaferi C, de Haan A, Ferguson RA, van Mechelen W, Sargeant AJ. Phosphocreatine and ATP content in human single muscle fibres before and after maximum dynamic exercise. Pflugers Arch. 2001;442(3):467-74.
2. Karatzaferi C, Giakas G, Ball D. Fatigue profile: a numerical method to examine fatigue in cycle ergometry. Eur J Appl Physiol Occup Physiol. 1999;80(5):508-10.
1. Karatzaferi C, De Haan A, Offringa C, Sargeant AJ. Improved high-performance liquid chromatographic assay for the determination of "high-energy" phosphates in mammalian skeletal muscle. Application to a single-fibre study in man. J Chromatogr B Biomed Sci Appl. 1999;730(2):183-91.

### 4.2. Δημοσιεύσεις σε επιστημονικά περιοδικά με σύστημα κριτών στην Ελληνική Γλώσσα (GR)

4. Μήτρου Γ, Σακκάς Γ, Μαλαβάκη Χ, Καρυώτη Α, Γιάκας Γ, **Καρατζαφέρη Χ**. Μυϊκός Κάματος σε Επίπεδο Κινητικών Πρωτεϊνών. Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό 2017; 15 (1), 57 – 66. DOI: https://doi.org/10.26253/heal.uth.ojs.ispe.2017.1492

3. Σταυράκης Δ, **Καρατζαφέρη Χ**, Χατζηγεωργιάδης Α, Τζιαμούρτας Α, Κουτεντάκης Ι. Η Επίδραση του Μητρικού Θηλασμού στην Παιδική Παχυσαρκία. Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό 2014; 12 (1), 71 – 78.
2. Ροδίτη Ε, Τσαταλάς Ε, Χατζηγεωργιάδης Α, Τζιαμούρτας Α, Γεροδήμος Β, Κουτεντάκης Ι, **Καρατζαφέρη Χ**. Επίδραση της Κόπωσης στην Αντίληψη της Θέσης Άρθρωσης του Γόνατος σε Αθλήτριες. Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό 2011; 9 (1), 64 – 72.
1. Χασάνδρα Μ, Τσιαούση Λ, Ζήση Β, **Καρατζαφέρη Χ**, Θεοδωράκης Γ. Η επίδραση της Άσκησης, του Καπνίσματος και του Αλκοόλ στην Ποιότητα Ζωής Εκπαιδευομένων σε Κέντρα Δια Βίου Μάθησης. Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό 2013; 11 (3), 9 – 2.

### 4.3. Μονογραφίες (μετά από κρίση)

1 **Καρατζαφέρη Χ**. «Μυοϊνιδική συμβολή στον μυϊκό κάματο». Στο Μ. Ζουμπουλακης (Ed.) *Επιστημονικά Ανάλεκτα: Επετειακός Τόμος για τα 20 χρόνια του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας,* ISBN 978-960-9439-08-4, pp 397-411, 2011 (στα ελληνικά).

2 **Καρατζαφέρη Χ**. «Σκελετικός μυς: παράμετροι λειτουργίας και αναδυόμενες ερευνητικές κατευθύνσεις», Αναζητήσεις στην Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό, 19(2): 69-79.

### 4.4. Άλλες Επιστημονικές Δημοσιεύσεις με σύστημα κριτών

1 **Karatzaferi C**, Geeves M A.Temperature and fatigue effects on ATP induced actomyosin dissociation kinetics. The Physiological Society - 37th Congress of IUPS (Birmingham, UK, 2013) Proc 37th IUPS, PCD259

2 **Karatzaferi C**. Competency based education: a European perspective. The Physiological Society - 37th Congress of IUPS (Birmingham, UK, 2013) Proc 37th IUPS, SA100

3 Polyzou E, **Karatzaferi C**, Efthymiou G, Diggelidis N. Knowledge, self-efficacy and attitudes of Greek primary schoolchildren towards cardiopulmonary resuscitation
Resuscitation 2019, 142 (S1) e68.