

## 22 maja Europejski Dzień Walki z Otyłością

Autor: Michał Muszyński

22.05.2018.

Zmieniony 22.05.2018.

Otyłość to choroba cywilizacyjna XXI w. Co roku dotyka ona coraz większej liczby osób na całym świecie, zarówno dorosłych, jak i dzieci.

Jedną z podstawowych przyczyn narastającego problemu z otyłością jest popularyzacja tzw. „jedzenia śmieciowego” czyli fast-foodów. Do tego dochodzi brak aktywności fizycznej, siedzący tryb życia, pochłanianie dużej ilości słodczy, słonych przekąsek oraz wysokosłodzonych napojów.

Jak wynika z badań przeprowadzonych przez Instytut Żywienia i Żywności im. prof. dra med. Aleksandra Szczygła, z nadwagą lub otyłością zmagają się co piąty uczeń szkoły podstawowej i gimnazjum. Wśród populacji osób dorosłych sytuacja jest znacznie gorsza. Według danych zawartych w Światowym Indeksie Bezpieczeństwa Żywnościowego 2017 (Global Food Security Index) 23,2% społeczeństwa polskiego dotkniętych jest problemem otyłości. Pasuje to Polskę na 6 miejscu w Europie.

W województwie kujawsko-pomorskim w 2016 r. z powodu otyłości leczono 8740 osób w wieku 0-18 lat. Dane statystyczne wskazują, że otyłość stanowi 8% spośród wszystkich schorzeń u dzieci i młodzieży będących pod opieką lekarzy POZ.

Musimy mieć świadomość, że nieleczona otyłość prowadzi do wielu chorób.

Choroby związane z otyłością:

-

cukrzyca,

-

choroby układu krążenia,

-

żylaki,

-

podwyższone ryzyko nowotworów złośliwych,

-

zwrodnienia stawów,

-

choroby nerek,

-

choroby wątroby,

-

niepłodność,

-

choroby pęcherza żółciowego.

<http://www.medexpress.pl/europejski-dzien-otylosci-2018-koniecznosc-wspolnego-dzialania/70436>

<http://www.izz.waw.pl/pl/strona-gowna/3-aktualnoci/aktualnoci/541-musimy-zatrzymac-epidemie-otylosci>