

4 marca – Światowy Dzień Otyłości



Grafika informacyjna

Co to jest otyłość?

Otyłość to choroba przewlekła, wynikająca z nadmiernie nagromadzonej tkanki tłuszczowej w organizmie. To schorzenie o charakterze przewlekłym i postępującym, które nie ustępuje samoistnie oraz ma skłonność do nawrotów.

Jakie są konsekwencje otyłości?

Zdefiniowano ponad 200 powikłań klinicznych choroby otyłościowej, a wśród nich znajdują się m.in.:

- nadciśnienie tętnicze,
- cukrzyca typu 2,
- zaburzenia gospodarki lipidowej,
- udary mózgu,
- choroby sercowo-naczyniowe,
- niealkoholowa stłuszczeniowa choroba wątroby,
- obturacyjny bezdech senny,
- kamica pęcherzyka żółciowego,
- choroby nowotworowe, w tym rak jelita grubego i rak piersi,
- zaburzenia hormonalne, w tym zaburzenia erekcji, zespół policystycznych jajników, niepłodność,
- choroby stawów,
- depresja i zaburzenia nastroju.

Jaka jest przyczyna otyłości?

Przyczyną otyłości jest zaburzona równowaga energetyczna organizmu. Występuje ona przy tzw. dodatnim bilansie energetycznym, czyli sytuacji, w której ilość energii (kiloKalorii, kcal) pobieranej z pożywienia jest wyższa niż ilość energii wydatkowanej przez organizm. Jednak na powstawanie tej jednostki chorobowej wpływ ma szereg czynników, które wzajemnie się przenikają i często są od siebie zależne. Zaliczamy do nich:

- Czynniki społeczne (makrośrodowisko);
- Czynniki środowiskowe (mikrośrodowisko);
- Czynniki psychologiczne;
- Uwarunkowania genetyczne i epigenetyczne;
- Uwarunkowania hormonalne, neurohormonalne i stosowane leczenie.

Gmina Miasto Rzeszów we współpracy z Centrum Medycznym Medyk realizuje „**Program profilaktyki i wczesnego wykrywania nadwagi i otyłości wśród dzieci klas III szkół podstawowych prowadzonych przez Gminę Miasto Rzeszów na lata 2024-2028**”. Program jest skierowany do dzieci w wieku 9 lat, uczęszczających do III klas szkół podstawowych na terenie Miasta Rzeszowa oraz ich rodziców/opiekunów prawnych, którzy zostali objęci działaniami informacyjno-edukacyjnymi. W 2025 r. zakończyliśmy realizację interwencji multikomponentowej, obejmującej konsultacje dietetyczne, psychologiczne oraz konsultacje ze specjalistą aktywności ruchowej. Kolejnym etapem są dwukrotne pomiary populacji objętej interwencją dietetyczną, pół roku po zakończeniu programu i rok po zakończeniu, wykonywane przez higienistkę szkolną/pielęgniarkę środowiskową lub dietetyka obejmujące pomiar wzrostu i masy ciała oraz przeprowadzenie ankiety oceniającej zmianę zachowań zdrowotnych dzieci w zakresie nawyków żywieniowych, poziomu aktywności fizycznej oraz jakości życia.

Ponadto, Miasto Rzeszów dołączyło do **Partnerstwa STOP OTYŁOŚCI**. Partnerstwo na rzecz Profilaktyki i Leczenia Otyłości to niezależna i otwarta inicjatywa środowiska ekspertów zdrowia publicznego, nauki, sektora społecznego i biznesowego, mająca charakter niepromocyjny oraz działająca na rzecz wielosektorowej redukcji otyłości w Polsce. Instytucjami założycielskimi Partnerstwa są Instytut Zarządzania w Ochronie Zdrowia Uczelni Łazarskiego oraz Polskie Towarzystwo Leczenia Otyłości, a Koordynatorem Partnerstwa jest Instytut Zarządzania w Ochronie Zdrowia UŁA. Głównym celem działalności jest zbudowanie krajowego partnerstwa międzysektorowego,

działającego na rzecz wytworzenia ścieżek i mechanizmów wielopoziomowego współdziałania pomiędzy różnymi sektorami administracji publicznej, sektorem nauki, przedsiębiorstwami oraz sektorem społecznym. Jednym z kluczowych dokumentów Partnerstwa jest raport opublikowany w czerwcu 2024 roku pt. „Otyłość. Skala zjawiska i konsekwencje. Założenia do planu strategicznego redukcji otyłości w Polsce”. Raport ten szczegółowo przedstawia sytuację otyłości w Polsce i proponuje rozwiązania w ramach krajowego planu redukcji otyłości. Znaleźć go można na stronie internetowej Partnerstwa www.stop-otylosci.pl

Zachęcamy do zapoznania się z raportem!