

---

# Otyłości można zapobiegać

Poniedziałek, 15 maja 2017

W Śląskim Urzędzie Wojewódzkim lekarze, nauczyciele, pracownicy Państwowej Inspekcji Sanitarnej uczestniczyli w konferencji „Czas na zdrowie – profilaktyka otyłości i nadwagi wśród dzieci i młodzieży”.

---

Spotkanie miało na celu zwiększyć świadomość oraz wiedzę nauczycieli i osób pracujących z dziećmi w zakresie zagrożeń dla zdrowia, jakie niesie nadwaga i otyłość, a także pokazać, jak wdrażać profilaktykę i promocję zdrowia na poziomie szkoły.

Konferencja została zorganizowana przez Wydział Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Śląskiego, Wojewódzką Stację Sanitarno -Epidemiologiczną w Katowicach oraz Regionalny Ośrodek Metodyczno-Edukacyjny METIS w Katowicach.

*Według WHO w roku 2014 liczba dzieci poniżej 5 roku życia dotkniętych nadwagą lub otyłością osiągnęła liczbę 41 mln. W USA jedno na czworo dzieci ma nadwagę lub jest otyłe, w Unii Europejskiej jedno na trzy. 53-90% dzieci z otyłością staje się dorosłymi z nadmierną masą ciała. Według ostatnich badań HBSC (Health Behaviour in School-aged Children) w 2014 nadwaga i otyłość występowały u 14,8% ankietowanych polskich uczniów.*

Między innymi takie dane przedstawiła w swojej prezentacji dr Monika Bąk – Sosnowska Kierownik Zakładu Psychologii Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach.

Pani doktor zaznaczyła również, iż głównymi przyczynami wymienionych statystyk są nieprawidłowe zachowania żywieniowe oraz brak ruchu, które często spowodowane są podłożem psychologicznym, wpływem środowiska rówieśniczego, medialnego itp.

Pani profesor Przemysław Jarosz – Chobot Konsultant Wojewódzki w Dziedzinie Diabetologii, wygłosiła prezentację na temat chorób społecznych u dzieci i młodzieży, podkreślając, że nadwaga i otyłość, spowodowana przede wszystkim nieprawidłowym odżywianiem, to problem globalny zaraz obok cukrzycy i depresji, nierzadko też związanych z zaburzeniami żywieniowymi.

Podczas konferencji zaprezentowano również nową Piramidę Zdrowego Żywienia i Aktywności Fizycznej opracowaną w Instytucie Żywności i Żywienia; zasady znakowania produktów; informacje o dodatkach do żywności, będących istotnymi aspektami świadomego odżywiania.

Spotkanie zakończono prezentacjami dot. Szkół Promujących Zdrowie. Przedstawiciel Regionalnego Ośrodka Metodyczno-Edukacyjnego METIS w Katowicach i zarazem koordynator projektu Szkoły Promujące Zdrowie m.in. przedstawił na czym polega projekt i przekonywał o jego wartości. Natomiast pani Dyrektor z Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 7 w Katowicach, realizująca projekt Szkoły Promujące Zdrowie, opowiedziała o swoich działaniach w zakresie przeciwdziałania nadwadze i otyłości, jako kluczowej części edukacji zdrowotnej, stanowiącej ważny element programu nauczania i wychowania w jej szkole.

Konferencja została zorganizowana w ramach „[Programu Zapobiegania Nadwadze i Otyłości w Województwie Śląskim na lata 2015-2020](#)”