



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
DIRECȚIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ A JUDEȚULUI BISTRITĂ-NĂSĂUD

1. **Str. Grănicerilor nr. 5, 420095, Bistrița** ☒ Director executiv, Director ex. adj. economic, Secretariat: 0263 – 232601, 231592; Fax: 0263 - 231137
2. **Str. Zimbrului, nr. 5, 420075, Bistrița** ☒ Supraveghere în Sănătate Publică, Control în sănătate publică, Autorizări, Administrativ, Secretariat : 0263-217337; 217309; Fax: 0263-212934

COMUNICAT DE PRESĂ

Ziua mondială de luptă împotriva obezității
4 Martie 2024

Obezitatea este o condiție medicală caracterizată prin creșterea greutateii corporale pe seama țesutului adipos, definită printr-o valoare a indicelui de masă corporală mai mare sau egal cu 30 kg/m. Obezitatea are consecințe importante asupra calității vieții în general cu impact asupra incidenței, prevalenței și mortalității prin boli asociate precum cele cardiovasculare, endocrine și a unor forme de cancer.

Ziua Mondială de Luptă Împotriva Obezității, marcată în întreaga lume pe data de 4 martie, promovează conștientizarea asupra problematicei date de această condiție, adoptarea unui stil de viață sănătos precum și acțiunile necesare pentru combaterea obezității.

La nivel global, conform datelor existente, în anul 2020, aproape 1 miliard de oameni, adică 1 din 7 persoane, sufereau de obezitate. Se estimează că, 1,9 miliarde – numărul de oameni din întreaga lume care vor trăi cu obezitate în 2035; că potențialul este de 100% creștere - obezitatea infantilă va crește cu 100% între 2020 și 2035 adică 1 din 4 – oameni vor trăi cu obezitate până în 2035.

În România, 2 din 100 de persoane se aflau în evidența medicală cu diagnosticul de obezitate în anul 2022. În ceea ce privește înregistrarea cazurilor noi de boală, în anul 2022, cele mai multe cazuri noi de obezitate s-au înregistrat pentru genul feminin și în mediul urban. 5 din 10 persoane adulte declarau că sunt supraponderale sau obeze, conform studiului Institutului Național de Statistică, în anul 2019.

Obezitatea infantilă constituie una dintre cele mai grave probleme de sănătate din secolul XXI. Incidența obezității la copii, în România a fost în ușoară creștere până în anul 2020 când a avut valoarea de 165.94‰ locuitori, apoi a crescut semnificativ până la 196.14‰ de locuitori în anul 2021, respectiv 173.02‰ de locuitori, în anul 2022. Studiul realizat de Institutul Național de Sănătate Publică în anul 2020 după protocolul COSI (European Childhood Obesity Surveillance Initiative) arată că 3 din 10 copii cu vârsta de 7-9 ani sunt supraponderali sau suferă de obezitate.

România este pe locul întâi în Uniunea Europeană în ceea ce privește obezitatea infantilă. Statistici recente arată că aproape 40 la sută dintre copiii de la noi au probleme cu greutatea. Aceste situații sunt tot mai întâlnite și la copii care încă nu au împlinit șapte ani! În plus, peste 50% au o capacitate fizică slabă și foarte slabă!

Factorii care pot crește riscul de apariție al obezității infantile sunt multipli și au legătură, de cele mai multe ori, cu stilul de viață, alături de o predispoziție genetică. Astfel, o dietă zilnică bazată pe consumul de alimente tip fast-food, produse de patiserie și gustări nesănătoase crește riscul de obezitate. În egală măsură, consumul de dulciuri poate duce la creșterea excesivă în greutate, la fel și băuturile dulci, fie că sunt sau nu carbogazoase.

Un alt factor poate fi un istoric familial de obezitate. Un copil dintr-o familie cu persoane supraponderale, este mult mai predispus către obezitate, atât genetic, cât și în ceea ce privește educația alimentară: alimentele bogate în calorii sunt întotdeauna la îndemâna lui, iar activitatea fizică nu este încurajată.

Activitățile preponderent sedentare, cum ar fi jocurile pe calculator sau uitatul la televizor, alături de o dietă bogată în calorii contribuie de apariția kilogramelor în plus. Un alt aspect important este faptul că majoritatea reclamelor ce apar la TV sunt la alimente nesănătoase.

Factorii psihologici și socio-economici sunt deseori ignorați de părinți. Unii copii mănâncă în exces pentru a face față emoțiilor negative, stresului familial sau din plictiseală. De asemenea, oamenii din unele comunități au resurse limitate și acces limitat la supermarketuri. Drept urmare, ei tind să cumpere alimente care nu se strică repede, cum ar fi conserve, mâncăruri congelate semipreparate, biscuiți și tot felul de alte dulciuri/snacks-uri. Toate aceste alimente conțin foarte mulți conservanți și foarte multă sare, iar acestea au un rol esențial în acumularea de kilograme în exces.

Predispoziția spre obezitate se poate moșteni, însă părinții trebuie să îi obișnuiască pe cei mici cu un stil de viață sănătos, care include o alimentație echilibrată și activități sportive în mod obligatoriu.

**Director executiv,
Dr. Anca Andrițoiu**