

25% dzieci i młodzieży ma nadwagę lub otyłość

5 marca 2025

W Polsce 25 proc. dzieci i młodzieży ma nadwagę lub otyłość; dochodzimy do średniej europejskiej – przekazała we wtorek w Sejmie prof. Katarzyna Zatońska z Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu. Dodała, że otyłość to drugi, po paleniu papierosów, czynnik ryzyka wystąpienia nowotworów. We wtorek w Sejmie odbyła się konferencja pt. „Bądźmy zdrowi – Zdrowie, Dieta, Ruch, Odpowiedzialność, Wiedza i Inspiracja. Wydarzenie z okazji Światowego Dnia Otyłości”.



Kierowniczka Katedry Zdrowia Populacyjnego Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu prof. Katarzyna Zatońska poinformowała, że w Polsce 25 proc. dzieci i młodzieży cierpi na nadwagę lub otyłość. „Dochodzimy do średniej europejskiej i za chwilę przegonimy Europę” – oceniła. Jednocześnie zaznaczyła, że otyłość powoduje problemy z układem sercowo-naczyniowym, problemy psychospołeczne i jest drugim po paleniu papierosów czynnikiem ryzyka występowania wielu nowotworów. „To druga przyczyna zgonów wśród Polaków” – zastrzegła. Zdaniem ekspertki otyłość to także problem finansowy. Jak

wyjaśniła, Polska przez skutki choroby otyłościowej rocznie traci około 4 proc. PKB.

Senatorka i kardiolożka Agnieszka Gorgoń-Komor przekazała, że obecnie 30 proc. uczniów nie uczestniczy w lekcjach wychowania fizycznego, ponieważ mają wystawione przez lekarza zwolnienia. Podkreśliła, że powodem do wystawienia zwolnienia mogą być np. padaczka, ciężkie wady serca, bóle zamostkowe w trakcie wysiłku, choroby układu ruchu, ciężkie skrzywienie kręgosłupa lub stany pourazowe. „Niechęć do ćwiczeń nie jest powodem, który uprawniałby lekarza do wystawienia zwolnienia” – zastrzegła. Według senatorki, różnego rodzaju fobie czy lęki zgłaszane przez uczniów wymagają konsultacji i diagnozy psychiatrycznej. Gorgoń-Komor przywołała wyniki badań przeprowadzonych w 2016 r., na grupie 4 tys. osób w wieku od 18 do 30 lat, które potwierdziły, że regularna aktywność fizyczna podejmowana w młodym wieku obniża ryzyko zachorowania na choroby układu sercowo-naczyniowego w wieku późniejszym o około 15 proc. „Badania jednoznacznie pokazują, że regularny wysiłek [...] zwiększa wydolność układu krążenia, poprawia wytrenowanie mięśni, poprawia stan układu kostnego i poprawia wszystkie wskaźniki metaboliczne” – wymieniła. Senatorka zaznaczyła, że w Polsce problem nadwagi i otyłości dotyczy 10 proc. dzieci w wieku od 1 do 3 lat, 30 proc. dzieci w wieku wczesnoszkolnym i 22 proc. młodzieży do 15 lat. Dodała, że WHO zaleca dzieciom i młodzieży w wieku od 5 do 17 lat przynajmniej godzinę aktywności fizycznej dziennie.

Prorektorka ds. Strategii Rozwoju Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu prof. Marzena Dominiak wskazała, że według klasyfikacji Marca Lalonde’a najważniejszym czynnikiem wpływającym na zdrowie jest styl życia, który odpowiada za stan zdrowia człowieka w 50 proc. Dodała, że środowisko oraz czynniki genetyczne odpowiadają za stan zdrowia jedynie w 20 proc., a jakość służby zdrowia – w 10 proc. Zdaniem prof. Dominiak coraz częstsze występowanie otyłości spowodował globalny kryzys zdrowia publicznego. „Według WHO 1 na 8 osób

na świecie żyje obecnie z otyłością. NFZ w 2024 r. opublikował raport, w którym stwierdzono, że w 2035 r. na świecie będzie 4 mld osób z nadwagą i chorobą otyłościową” – mówiła. Według ekspertki otyłość wiąże się z „ogólnoustrojowym zapaleniem i rozregulowaniem immunologicznym, który przyczynia się do rozwoju zespołu metabolicznego, chorób sercowo-naczyniowych [...], a także komplikacji behawioralnych i mentalnych”. Prof. Dominiak wymieniła dobre praktyki, mające na celu wspieranie walki z otyłością i jej przeciwdziałanie. Są to m.in. wprowadzenie przepisów ograniczających zasięg szkodliwego marketingu żywności i napojów dla dzieci; prowadzenie szkolnej polityki zdrowego żywienia, w tym inicjatyw mających na celu ograniczenie sprzedaży produktów o wysokiej zawartości tłuszczów, cukru i soli w pobliżu szkół; kampanie edukacyjne na rzecz zdrowej diety; wprowadzenie standardów aktywności fizycznej w szkołach oraz integrację usług zapobiegania otyłości.

Autorstwo: PAP

Ilustracja: Wolne Media (CC0)

Źródło: [NaukawPolsce.pl](https://naukawpolsce.pl)