

Doganiamy Amerykę

2 lipca 2012

Ponad 50 proc. Polaków cierpi na nadwagę lub otyłość. Gonimy w tej kwestii Stany Zjednoczone.

Jak informuje „Portal Spożywczy”, na całym świecie aż miliard osób ma nadwagę, a 300 milionów jest otyłych. Przed rokiem 2015 liczba tych osób może wzrosnąć do 1,5 miliarda – alarmuje Światowa Organizacja Zdrowia. W Polsce zbyt dużą masę ciała ma już co drugi dorosły – 36 proc. cierpi na nadwagę, a 20 proc. jest otyłych. To poważny problem, który może doprowadzić do zwiększonej umieralności. Z każdym przybraniem na wadze o dodatkowe 15 kilogramów, ryzyko wcześniejszego zgonu wzrasta o 30 proc.

„Częstość występowania otyłości zwiększa się z wiekiem. Jak pokazały wyniki najnowszego badania epidemiologicznego PolSenior, w populacji osób po 65. roku życia odsetek osób otyłych przekracza 30 proc. Biorąc pod uwagę, że w ostatnich latach obserwujemy wzrost liczby otyłych dzieci i nastolatków, trudno spodziewać się zmniejszenia częstości występowania otyłości wśród dorosłych. Należy podkreślić, że im wcześniej rozwinie się nadwaga lub otyłość, tym większe ryzyko wcześniejszego wystąpienia ich powikłań, przede wszystkim cukrzycy typu 2 i chorób układu krążenia” – komentuje Magdalena Olszanecka-Glinianowicz, prezes Polskiego Towarzystwa Badań nad Otyłością.

Jak dodaje, istotne zwiększenie się odsetka osób z nadwagą i otyłością nastąpiło po zmianach ustrojowych w naszym kraju. Zmienił się wówczas sposób żywienia Polaków i struktura spożywanych pokarmów. „Zwiększyło się spożycie tłuszczów i węglowodanów prostych z powodu większej dostępności wysoko przetworzonej żywności. Zmiany struktury dostępnej żywności w ostatnich latach dotyczą również branży gastronomicznej. Zarówno producenci żywności, jak i branża gastronomiczna

obecnie w dużej mierze stara się dostosować do aktualnych gustów smakowych klienta. Można tutaj użyć określenia zamknięcia się błędnego koła – zmienione potrzeby klientów są przyczyną ich nadmiernej masy ciała, dostosowanie się do ich gustów nasila przyrost masy ciała” – wyjaśnia Olszanecka-Glinianowicz.

Źródło: [Nowy Obywatel](#)