

**Bud'me akční pre zdravšiu budúcnosť
Pripojme sa k Európskemu dňu obezity**

Slovenský deň obezity

Do roku 2030 by malo byť podľa štatistických údajov viac ako 50% Európanov obéznych. V niektorých krajinách by mohol dokonca počet osôb s nadváhou a obezitou presiahnuť 90%, čo sú veľmi znepokujujúce čísla. Odhaduje sa, že obezita už dnes stojí Európsku úniu 70 miliard eur ročne v nákladoch na zdravotnú starostlivosť a stratu produktivity. Celkové bremeno je však pravdepodobne ešte vyššie, pretože obezita vyvoláva množstvo ďalších ochorení, vrátane cukrovky 2. typu, srdcovocievnych ochorení a onkologických ochorení, nielen v dospelí, ale aj detskej a adolescentnej populácii. Lepšie povedomie o príčinách vzniku obezity, ako aj prevencia a liečba obezity by mohli priniesť značné úspory v systéme zdravotnej starostlivosti a znížiť by utrpenie miliónov obéznych ľudí. Obezita je zložitá ochorenie a nie je len problémom čisto osobného životného štýlu, ale aj ďalších súvislostí vychádzajúcich z prostredia, ktoré je potrebné riešiť na celospoločenskej úrovni. Príčiny môžu siahať od genetických a endokrinných faktorov až po faktory životného prostredia. Aktívne sa na jej rozvoji podieľa napríklad stres, strava, ako aj sedavý spôsob života s čoraz nižšou pohybovou aktivitou.

Európska asociácia pre štúdium obezity (EASO), ktorá združuje organizácie zaoberajúce sa problematikou obezity z 32 európskych krajín vyhlásila 21.5.2016 za **Európsky deň obezity**. V roku 2011 sa jej členom stala aj Obezitologická sekcia Slovenskej diabetologickej spoločnosti (OS SDS). Aktívne sa podieľa nielen na činnosti EASO, ale od roku 2015 aj Svetovej obezitologickej spoločnosti (World Obesity Federation – WOF).

Do nelichotivej štatistiky týkajúcej sa nadváhy a obezity prispievame aj my na Slovensku, preto sa Obezitologická sekcia SDS rozhodla pripojiť k Európskemu dňu obezity.

OS SDS pripravila v spolupráci so Všeobecnou zdravotnou poisťovňou, Regionálnymi úradmi verejného zdravotníctva a magistrátmi troch pilotných miest (Bratislava, Trnava, Košice) **1. Slovenský deň obezity**.

Počas soboty 21. mája sa budú môcť záujemcovia stretnúť s odborníkmi, ktorí budú merať krvný tlak, cholesterol a glukózu v krvi, určovať BMI, obvod pásu, merať množstvo svalstva a tuku v tele, zostavovať zdravý jedálny lístok a predovšetkým poskytovať konzultácie ľuďom s týmto problémom, či ich príbuzným a známym. V Bratislave vedci z Biomedicínskeho centra SAV priblížia záujemcom príčiny a dôsledky obezity na úrovni molekúl, buniek a orgánov ako aj novinky z oblasti výskumu obezity vo svete aj u nás. V spolupráci s Fakultou telesnej výchovy a športu UK si budú môcť návštevníci podujatia v Bratislave vyskúšať správnu techniku severskej chôdze - nordic walking. Vo všetkých troch pilotných mestách spolu s trénermi pohybovej aktivity absolvujú aj ďalšie športové aktivity pomáhajúce rozvoju pohybových schopností zameraných na optimalizáciu hmotnosti (prezentácia cvikov kettlballom, predvádzanie strečingu, ako aj cvikov na fit loptách a balančnej doske). V Košiciach, ktoré sú v roku 2016 Európskym mestom športu, sa o športovú stránku podujatia postará Ústav telesnej výchovy a športu UPJŠ v spolupráci s fitness klubom Katie De Chimp. V Trnave sa v rámci podujatia budú môcť záujemcovia stretnúť aj s odborníkmi na chirurgickú (bariatricko-metabolickú) liečbu obezity.

Lekári, športoví inštruktori i výživoví poradcovia budú pripravení pomáhať od 10. do 14. hodiny v bratislavskej Starej tržnici (1. poschodie, galéria SNP) a v Trnave na Radnici. V Košiciach bude akcia prebiehať v KulturParku od 10. do 17. hodiny.

Hlavný organizátor podujatia



Partneri podujatia



Podujatie sa koná v priestoroch investičných projektov, ktoré boli implementované v rámci opatrenia 7.1 prioritnej osi "Európske hlavné mesto kultúry Košice 2013" Regionálneho operačného programu a sú spolufinancované Európskou úniou vo výške 85 % z Európskeho fondu regionálneho rozvoja a vo výške 10 % zo štátneho rozpočtu Slovenskej republiky. Viac informácií nájdete na www.ropka.sk, www.mpsr.sk a tiež na www.culture.gov.sk, ERDF: Investícia do vašej budúcnosti.

MUDr. Fábryová Ľubomíra, Ph.D

Predsedkyňa Obezitologickej sekcie Slovenskej diabetologickej spoločnosti

Metabol KLINIK s.r.o.

Ambulancia diabetológie, porúch látkovej premeny a výživy, Cukrová 3, 811 08 Bratislava

Email: lfabryova@metabolklinik.sk