



Moje zdravlje



Budi sretan



Budi lijep(a)



Zdravi tanjur



Halo, doktore!



Zdravstveni adresar



Baza bolesti

Do 2025. godine svaka peta odrasla osoba bit će pretila

SVAKA PETA

odrasla osoba bit će pretila do 2025. godine



Povećanjem tjelesne mase za **1 kg** raste rizik od razvoja šećerne bolesti za **7,3%**



10.11.2016.

Do 2025. godine bit će:

268 MILIJUNA DJECE
s prekomjernom tjelesnom masom

91 MILIJUN DJECE
bit će pretilo



Prema najnovijim istraživanjima, ako se trendovi iz 2010. godine nastave, do 2025. godine svaka peta odrasla osoba bit će pretila. 268 milijuna djece će imati prekomjernu tjelesnu masu, a 91 milijun bit će pretilo.



ordinacija.hr
moje zdravlje, svaki dan

sponzorirani članak

moj-toner

toneri / garancijom kvalitete



Toneri s garancijom

Prof. dr. sc. Željko Krznarić, dr. med., predsjednik Hrvatskog liječničkog zbora, napomenuo kako bismo učinkovito spriječili porast oboljelih od pretilosti i dijabetesa tipa 2, što su jedni od ključnih ciljeva *Global Action Plan for Prevention and Control of NCDs 2013-2020 (Svjetska zdravstvena organizacija, eng.WHO)*, potrebno je započeti s **preventivnim aktivnostima u najranijoj dobi** i pritom uključiti cijelu zajednicu.

Povezanost pretilosti i razvoja dijabetesa tipa 2 te njihov utjecaj na Hrvatsku, ali i na cijeli svijet, dodatno je pojasnila **Davorka Herman-Mahečić, dr. med.**, endokrinolog s KBC Sestre milosrdnice. U svom izlaganju ukazala je na to da je **debljina kompleksna i složena bolest** i pojasnila zašto je došlo do porasta oboljelih u svijetu. Povrh toga, upozorila je kako upravo ta bolest **pridonosi smanjenom očekivanom trajanju života** zbog povećanog rizika od razvoja drugih popratnih bolesti poput dijabetesa tipa 2.

Kako bismo osvijestili važnost i ulogu pravilne prehrane i tjelesne aktivnosti po zdravlje te tako zdravijim životnim izborima prevenirali razvoj kroničnih nezaraznih bolesti, važno je educirati se. **Program PETICA-igrom do zdravlja** učenike educira o važnosti zdravijih životnih izbora. Putem predavanja i kreativnih radionica, ali i različitih kampanja i događanja, uključuju se djeca i njihovi roditelji te se ciljanim porukama pridonosi promjeni njihovih stavova, znanja, ali i navika. No, kako bi se prevenirala pretilost, zajednica, također, mora djelovati.

“ Edukacija o pravilnoj prehrani i tjelesnoj aktivnosti više se ne događa isključivo unutar obitelji, već veliku ulogu imaju i **obrazovne ustanove**, javni sektor i mediji, ali i sama prehrambena industrija. Znanstveno je dokazano da mediji imaju **moć u oblikovanju prehrambenih navika djece** i adolescenata te ih jednako učinkovito mogu „odgojiti“ sklonosti zdravim navikama, kao i nezdravim izborima - istaknula je znanstvena koordinatorica programa PETICA-igrom do zdravlja, **doc. dr. sc. Darija Vranešić Bender** .