



ODRŽAN STRUČNI SIMPOZIJ „CROATIAN OBESITY FORUM“

posvećen temi *Zdravlje majke i djeteta*

U četvrtak, 9. studenoga 2017., u Hrvatskom liječničkom zboru održan je stručni simpozij „Croatian Obesity Forum“ u organizaciji programa „PETICA – igrom do zdravlja“ koji se bavi prevencijom pretilosti u djece školske dobi. Ove je godine Croatian Obesity Forum održan ususret Svjetskom danu dijabetesa koji je posvećen ženama i dijabetesu te pravu na zdraviju budućnost. Stoga je tema stručnog simpozija bila zdravlje majke i djeteta kroz prizmu prevencije pretilosti i dijabetesa.

(U Zagrebu, 9. studenoga 2017.)- Stručni simpozij „Croatian Obesity Forum“ okupio je istaknute hrvatske stručnjake s dugogodišnjim iskustvom na području ginekologije, pedijatrije, endokrinologije i dijabetologije te javnog zdravstva. „Croatian Obesity Forum“, s temom *Zdravlje majke i djeteta*, organiziran je ususret Svjetskom danu dijabetesa (14. studenoga) koji ove godine posebnu pozornost posvećuje zdravlju žene i pravu na zdraviju budućnost. Organizator stručnog simpozija je javnozdravstveni program „PETICA-igrom do zdravlja“ Hrvatskog liječničkog zbora, čiji cilj je prevencija pretilosti u djece školske dobi. Program se bavi edukacijom djece i njihovih roditelja o važnosti pravilne prehrane i tjelesne aktivnosti, a uključuje više od 4000 dionika te djeluje u zagrebačkim osnovnim školama od školske godine 2014./2015.

Predsjednik Hrvatskog liječničkog zbora, **prof. dr. sc. Željko Krznarić**, otvorio je stručni simpozij, te je upozorio kako se u pretiloj djece uočava niz metaboličkih poremećaja koji rezultiraju razvojem kroničnih nezaraznih bolesti. Upravo te bolesti javljaju se sve češće u dječjoj i adolescentskoj dobi. Stoga je u svrhu učinkovite prevencije pretilosti i dijabetesa potrebno započeti s preventivnim aktivnostima u najranijoj dječjoj dobi i pritom uključiti cijelu zajednicu.

Na pandemiju pretilosti te ozbiljnost ove bolesti ukazuju i statistički podaci Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo. Naime, 33% dječaka i 20% djevojčica ima prekomjernu tjelesnu masu ili je pretilo u dobi od 11 godina. Potencijalno objašnjenje istoga leži u činjenicama da samo 58% dječaka i 60% djevojčica doručkuje svakog radnog dana i tek se 39% dječaka i 26% djevojčica bavi umjerenom do intenzivnom tjelesnom aktivnošću, najmanje 60 minuta tijekom dana (HBSC, 2016.). Stanje je jednako zabrinjavajuće i u odrasloj populaciji - 63% muškaraca i 54% žena ima prekomjernu tjelesnu masu u Hrvatskoj, a pretilo ih je 20%.

Zamjenica gradonačelnika Milana Bandića, doc. dr. sc. Olivera Majić, pozdravila je sve nazočne na stručnom simpoziju naglašavajući važnost prevencije pretilosti u djece i odraslih za zdravlje cijele zajednice i javnozdravstvenih projekata kojima je to cilj. Ujedno je najavila još snažniju potporu Grada Zagreba daljnjoj provedbi programa „PETICA-igrom do zdravlja“ u idućoj školskoj godini.

„Croatian Obesity Forum“ započeo je predavanjima **dr. sc. Nine Petričević i dr. Davorke Herman Mahečić** koje su dodatno naglasile kako su osnovne endokrinološke komplikacije debljine najčešće inzulinska rezistencija i dijabetes tipa 2 te kako se debljina smatra značajnim čimbenikom rizika za razvoj, tijek i liječenje istoga.

PROGRAM PREVENCIJE PRETILOSTI DJECE ŠKOLSKE DOBI

Hrvatski liječnički zbor · Šubićeva 9 · HR-10 000 Zagreb · Tel. +385 (0)1 46 93 300 · Fax: +385 (0)1 46 55 066

OIB: 60192951611 · Žiro račun kod Zagrebačke banke d. d. · SWIFT: ZABAHR2X · IBAN: HR7423600001101214818 · PNB: 268-120



Projekt PETICA - igrom do zdravlja dio je EPODE međunarodne mreže (EIN) programa čiji je cilj smanjenje stope pretilosti u djece školske dobi diljem svijeta.

petica@hlz.hr
www.petica.hr



S obzirom da se svakih 20 minuta dijagnosticira 600 osoba s dijabetesom tipa 2 te umire njih 300, poseban naglasak je stavljen na važnost zdravih životnih navika svakog pojedinca kako bi se debljina u začetku prevenirala.

Još jedan motiv za zdraviji način življenja dala je i **dr. sc. Gorana Mirošević**. U svojem predavanju objasnila je kako pretile bolesnice češće imaju i sindrom policističnih jajnika te veliku stopu neplodnosti. Jednake poteškoće u planiranju obitelji imaju i pretili muškarci koji zbog debljine imaju snižene vrijednosti testosterona. Ukoliko i dođe do začeca, dijete kojemu su oba roditelja pretila ima 80% vjerojatnost da će i samo biti pretilo, a ako je samo jedan roditelj pretio, vjerojatnost se smanjuje na 40%. S druge strane, samo 7% djece čiji su roditelji adekvatne tjelesne mase razvija pretilost.

Zbog svega navedenog izrazito je važno promišljati o zdravlju djeteta i prije nego što je začeto što je i naglasila ginekologinja, **prof. dr. sc. Marina Ivanišević**. Tijekom svojeg predavanja posebnu pozornost posvetila je razvoju dijabetesa u trudnoći. Predavačica je istaknula kako dijabetes u trudnoći predstavlja problem za majku i za dijete, te jednako tako nosi moguće nepovoljne posljedice po njihovo zdravlje i nakon trudnoće. Također, navela je kako se redoviti obroci temeljeni na principima pravilne prehrane i redovita tjelesna aktivnost ključni za liječenje gestacijskog dijabetesa. Pretilost u trudnoći poseban je izazov za ginekologe, a o tom problemu govorio je **prof.dr.sc. Ratko Matijević**, osvrnuvši se na brojne međunarodne smjernice koje promoviraju važnost kontroliranog prirasta na tjelesnoj masi tijekom trudnoće.

O izravnoj povezanosti životnih navika majke i detaljnim razlozima razvoja pretilosti u djece progovorio je **prof. dr. sc. Milivoj Jovančević**. Istaknuo je kako se uzroci debljine nerijetko nalaze u najranijoj životnoj dobi, od začeca i prvih godina rasta i razvoja. Samo neki od njih su različiti biološki čimbenici - od nasljeđa, prehrambenih navika majke tijekom trudnoće, izostanka dojenja, neodgovarajuće prehrane i manjka kretanja, reklamnih poruka putem medija; do brojnih nepovoljnih psihosocijalnih utjecaja. Također, napomenuo je kako je liječenje debljine u djece predškolske dobi iznimno zahtjevno zbog izostanka motiviranosti djeteta da sudjeluje u liječenju. Stoga jedini mogući put podrazumijeva apsolutnu posvećenost oba roditelja i šire obitelji, što u pravilu zahtjeva promjenu životnog stila svih ukućana. Procjenjuje se da 30% pretilih predškolaca ostaju pretili do konca života.

Važnost pravovremene prevencije pretilosti je nit vodilja „**Croatian Obesity Forum**“, ali ujedno i zajednička poruka struke koju smo željeli odaslati općoj javnosti. Prevencija je ključna za smanjenje rizika razvoja dijabetesa tipa 2 te brojnih drugih bolesti, prisutnih u odraslih, ali sada već i u mladim. Ključ preventivnih aktivnosti jest kvalitetna i kontinuirana edukacija jer znanjem osnažujemo buduće majke i očeve, ili one koji to već jesu, pridonoseći njihovom odabiru zdravijeg načina življenja. Njihov zdraviji način življenja bit će ujedno i preduvjet za stvaranje zdravijih zajednica u budućnosti.

Stručni simpozij podržao je Novo Nordisk Hrvatska.

PROGRAM PREVENCIJE PRETILOSTI DJECE ŠKOLSKE DOBI

Hrvatski liječnički zbor · Šubićeva 9 · HR-10 000 Zagreb · Tel. +385 (0)1 46 93 300 · Fax: +385 (0)1 46 55 066

OIB: 60192951611 · Žiro račun kod Zagrebačke banke d. d. · SWIFT: ZABAHR2X · IBAN: HR7423600001101214818 · PNB: 268-120



Projekt PETICA - igrom do zdravlja dio je EPODE međunarodne mreže (EIN) programa čiji je cilj smanjenje stope pretilosti u djece školske dobi diljem svijeta.

petica@hlz.hr
www.petica.hr



Za više informacija obratite se:

Sari Cobal, mag. nutr., voditeljica programa PETICA-igrom do zdravlja

Kontakt: +385981712338, cobal.epode@hlz.hr

PROGRAM PREVENCIJE PRETILOSTI DJECE ŠKOLSKE DOBI

Hrvatski liječnički zbor · Šubićeva 9 · HR-10 000 Zagreb · **Tel.** +385 (0)1 46 93 300 · **Fax:** +385 (0)1 46 55 066

OIB: 60192951611 · Žiro račun kod Zagrebačke banke d. d. · **SWIFT:** ZABAHR2X · **IBAN:** HR7423600001101214818 · **PNB:** 268-120



Projekt PETICA - igrom do zdravlja dio je EPODE međunarodne mreže (EIN) programa čiji je cilj smanjenje stope pretilosti u djece školske dobi diljem svijeta.

petica@hlz.hr
www.petica.hr