

SVETOVÝ DEŇ OBEZITY 2022 – OBEZITA MÔŽE POTRÁPIŤ CELÉ TELO, MUSÍME KONAŤ (1. časť)

Svetový deň obezity každoročne pripadá na 4. marca. Tento rok sa osvetová kampaň nesie v duchu témy „Každý musí konať!“. Veľká časť populácie si totiž osvojila nezdravé stravovacie návyky a sedavý spôsob života. Tieto rizikové faktory je potrebné eliminovať na celosvetovej úrovni, aby sa predišlo ďalšiemu zvýšeniu výskytu nadváhy a obezity u ľudí.

Obezita je celosvetovo rozšírené chronické ochorenie. Spôsobuje vážne komplikácie zdravia, ktoré znižujú kvalitu života jednotlivca a v neposlednom rade zvyšujú náklady potrebné na zabezpečenie zdravotnej starostlivosti. Dochádza k nahromadeniu tuku v ľudskom organizme, ktoré vedie k zhoršeniu zdravotného stavu obézneho človeka.

Obezita vo veľkej miere prispieva k rozvoju ďalších chronických neprenosných ochorení, ktorými sú napríklad: choroby srdca, obličiek a pečene, vysoký krvný tlak, diabetes mellitus či viaceré druhy rakoviny (rakovina prsníka, maternice, hrubého čreva, prostaty a pod.). Obezita môže taktiež negatívne vplývať na psychiku daného jednotlivca, ktorý môže trpieť depresiami a byť stigmatizovaný. V konečnom dôsledku obezita spôsobuje väčšiu úmrtnosť ako následky fajčenia. U obéznych pacientov je v porovnaní s osobami s primeranou hmotnosťou až trikrát väčšie riziko, že budú čeliť rôznym onkologickým ochoreniam, cukrovke, či artériovej hypertenzii. Ľudia s obezitou majú tiež dvakrát väčšiu pravdepodobnosť hospitalizácie v súvislosti s ochorením COVID-19.

Vypracoval Odbor podpory zdravia a výchovy ku zdraviu v spolupráci s Odborom komunikácie ÚVZ SR