



MENU

**ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ**

#Tags: Έφηβοι • Ιατρείο Αντιμετώπισης Αυξημένου Βάρους Σώματος • Καρδιαγγειακά νοσήματα • Παιδιά

• Παιδική παχυσαρκία • Παχυσαρκία

Παιδική και Εφηβική Παχυσαρκία: Ένα σοβαρό πρόβλημα Δημόσιας Υγείας



ygeiamou.gr team

🕒 08/08/2022 08:15:55

Η παχυσαρκία έχει πολύπλευρες επιπτώσεις στην υγεία υπονομεύοντας την ατομική και κοινωνική ευημερία. Το «ΘΕΜΑ» και τα sites protothema.gr και ygeiamou.gr ανοίγουν τον διάλογο για την ανάγκη πρόληψης και αντιμετώπισης της παχυσαρκίας - Διαβάστε το άρθρο της Ευαγγελίας Χαρμανδάρη

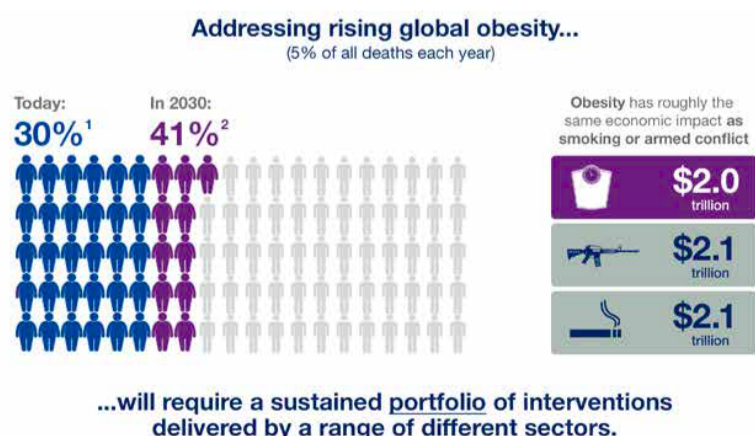
Ολόκληρο το άρθρο της Ευαγγελίας Χαρμανδάρη*:

Η παχυσαρκία κατά την παιδική και εφηβική ηλικία αποτελεί ένα από τα πιο σοβαρά προβλήματα δημόσιας υγείας του 21ου αιώνα. Σύμφωνα με πρόσφατα δεδομένα του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, 41 εκατομμύρια παιδιά προσχολικής ηλικίας (<5 έτη) είναι υπέρβαρα ή παχύσαρκα, 340 εκατομμύρια παιδιά και έφηβοι ηλικίας 5-19 ετών είναι υπέρβαροι ή παχύσαρκοι, και 124 εκατομμύρια παιδιά και έφηβοι είναι παχύσαρκοι. Στην Ελλάδα, ο επιπολασμός του υπέρβαρου και της παχυσαρκίας κυμαίνεται από 21% στην προσχολική ηλικία έως 41% στη σχολική και εφηβική ηλικία, και είναι σημαντικά υψηλότερος από το σύνολο των ευρωπαϊκών χωρών (15% και 25%, αντίστοιχα).



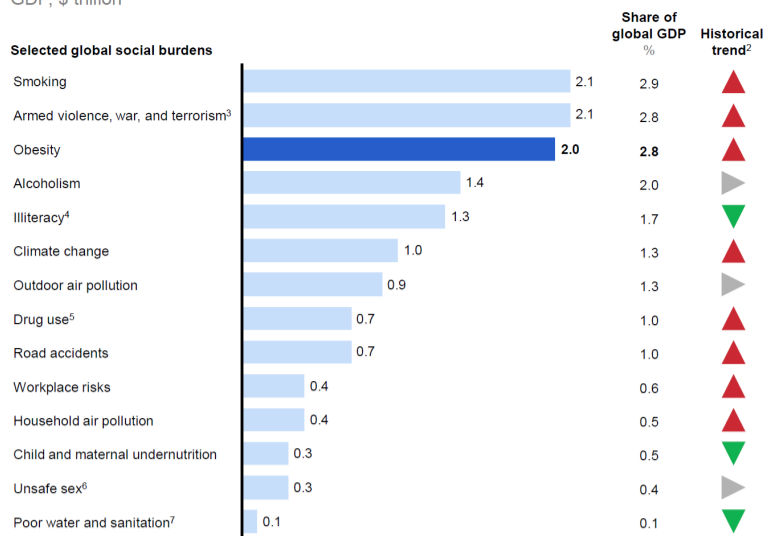
Ευαγγελία Χαρμανδάρη, MD, MSc, PhD, MRCP(UK), CCST(UK), Καθηγήτρια Παιδιατρικής – Παιδιατρικής Ενδοκρινολογίας Α' Παιδιατρική Κλινική Ιατρική Σχολή Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, Νοσοκομείο Παίδων «Η Αγία Σοφία», Αθήνα

Η παχυσαρκία αποτελεί χρόνια νόσο με πολλές και σημαντικές επιπλοκές, όπως αντίσταση στην ινσουλίνη και Σακχαρώδη Διαβήτη τύπου 2, υπέρταση, δυσλιπιδαιμία, καρδιαγγειακά προβλήματα και κακοήθειες, και οδηγεί σε αυξημένη νοσηρότητα και θνησιμότητα. Εκτός από την αυξημένη νοσηρότητα και θνησιμότητα, η παχυσαρκία ευθύνεται και για ένα σημαντικό υψηλό ποσοστό των δαπανών της δημόσιας υγείας. Δεδομένα που δημοσιεύθηκαν από το McKinsey Global Institute δείχνουν ότι οι οικονομικές επιπτώσεις από την παχυσαρκία ανέρχονται σε 2.0 τρισεκατομμύρια δολάρια ετησίως, ή 2,8% του παγκόσμιου Ακκαθάριστου Εγχώριου Προϊόντος (ΑΕΠ), ποσό ανάλογο με τον παγκόσμιο οικονομικό αντίκτυπο από το κάπνισμα ή την ένοπλη βία, τον πόλεμο και την τρομοκρατία (Εικόνα 1α και 1β).



Εικόνα 1α

Estimated annual global direct economic impact and investment to mitigate selected global burdens, 2012¹
GDP, \$ trillion



¹ Based on 2010 disability-adjusted life years (DALY) data from the Global Burden of Disease database and 2012 economic indicators from the World Bank; excluding associated revenue or taxes; including lost productivity due to disability and death, direct cost, e.g., for health care, and direct investment to mitigate; GDP data on purchasing power parity basis.

² Based on historical development between 1990 and 2010 of total global DALYs lost (Global Burden of Disease).

³ Includes military budget.

⁴ Includes functional illiteracy.

⁵ Includes associated crime and imprisonment.

⁶ Includes sexually transmitted diseases. Excludes unwanted pregnancies.

⁷ Excludes lost time to access clean water source.

SOURCE: Literature review; World Health Organization Global Burden of Disease database; McKinsey Global Institute analysis

Εικόνα 1β

Τα παιδιά και οι έφηβοι με παχυσαρκία είναι πιο πιθανόν να έχουν παχυσαρκία κατά την ενήλικη ζωή, και να αναπτύξουν σε νεαρότερη ηλικία νοσήματα που οδηγούν σε πρόωμη θνησιμότητα. Η πιθανότητα αυτή κυμαίνεται από 8% για παιδιά ηλικίας 1-2 ετών των οποίων οι γονείς δεν έχουν παχυσαρκία, έως 79% για παιδιά/εφήβους 10 – 14 ετών με τουλάχιστον έναν γονέα με παχυσαρκία. Μετά την ηλικία των 6 ετών, η πιθανότητα να έχουν παχυσαρκία στην ενήλικη ζωή υπερβαίνει το 50%, σε σύγκριση με περίπου 10% για τα παιδιά χωρίς παχυσαρκία. Η παχυσαρκία των γονέων υπερδιπλασιάζει τον κίνδυνο παχυσαρκίας στην ενήλικη ζωή σε όλα τα παιδιά ηλικίας κάτω των 10 ετών.

Ο κύριος προγνωστικός παράγοντας παχυσαρκίας στην ενήλικη ζωή μέχρι την ηλικία 3 ετών είναι η παχυσαρκία των γονέων, από 3-9 ετών τόσο η παχυσαρκία του παιδιού όσο και των γονέων, ενώ σε ηλικία > 9 ετών κυρίως η παχυσαρκία του παιδιού. Προοπτικές μελέτες έδειξαν ότι σχεδόν το 90% των παιδιών με παχυσαρκία σε ηλικία 3 ετών παραμένουν υπέρβαρα ή παχύσαρκα στην εφηβεία. Επομένως, η παχυσαρκία κατά την παιδική και εφηβική ηλικία είναι ένας σημαντικός προγνωστικός παράγοντας της παχυσαρκίας κατά την ενήλικη ζωή, ενώ η παχυσαρκία των γονέων υπερδιπλασιάζει τον κίνδυνο παχυσαρκίας στην ενήλικη ζωή σε όλα τα παιδιά ηλικίας κάτω των 10 ετών.

Κατά συνέπεια, είναι απολύτως απαραίτητο να δοθεί έμφαση τόσο στην πρόληψη, όσο και στην αντιμετώπιση της παχυσαρκίας κατά την παιδική και εφηβική ηλικία, ώστε να βοηθήσουμε αποτελεσματικά στη βελτίωση της υγείας των πολιτών της χώρας μας κατά την ενήλικη ζωή, καθώς και στην ελάττωση του κόστους νοσηλείας τους λόγω των επιπλοκών της παχυσαρκίας.

Για την πρόληψη και αντιμετώπιση της παχυσαρκίας σε παιδιά και εφήβους, αναπτύξαμε μια καινοτόμο e-health εφαρμογές, η οποία ονομάζεται «**Εθνικό Μητρώο Πρόληψης και Αντιμετώπισης της Παχυσαρκίας κατά την Παιδική και Εφηβική Ηλικία**», εφαρμόζεται για πρώτη φορά στην Ελλάδα και παγκόσμια, και λειτουργεί από τον Σεπτέμβριο 2015. Το Εθνικό Μητρώο διασφαλίζει την καταγραφή και διαχρονική παρακολούθηση παιδιών και εφήβων σε όλη τη χώρα, καθώς και την καθοδήγηση Παιδιάτρων και Γενικών Ιατρών με συγκεκριμένες, σαφείς και αναλυτικές οδηγίες σχετικά με την αντιμετώπιση του αυξημένου βάρους σώματος. Έτσι, διασφαλίζεται ένας ενιαίος τρόπος αντιμετώπισης της παχυσαρκίας σε όλη τη χώρα, και παρέχεται η δυνατότητα καθοδήγησης επιστημόνων υγείας που βρίσκονται μακριά από εξειδικευμένα κέντρα.

Επίσης, αναπτύξαμε το **Ιατρείο Αντιμετώπισης Αυξημένου Βάρους Σώματος**, το οποίο αποτελεί το μεγαλύτερο Κέντρο Παιδικής Παχυσαρκίας στην Ελλάδα και ένα από τα μεγαλύτερα στην Ευρώπη. Σήμερα, έχουμε 3.000 περίπου παιδιά και εφήβους που αξιολογούνται ανά τακτά χρονικά διαστήματα στο Ιατρείο μας από μεγάλη διεπιστημονική ομάδα. Επιτυγχάνουμε ελάττωση του ποσοστού παχυσαρκίας κατά 30% και του υπέρβαρου κατά 35% μέσα σε ένα έτος. Για το έργο που προσφέρουμε βραβευθήκαμε από την Ιατρική Εταιρεία Αθηνών, τα Health Care Business Awards 2020 (Gold and Platinum Awards), και τα Patients partnerships Awards 2022 (Gold and Platinum Awards).

Στρατηγικοί Στόχοι για την Αντιμετώπιση της Παχυσαρκίας

Η πρόληψη και αντιμετώπιση της παχυσαρκίας κατά την παιδική και εφηβική ηλικία είναι η οριστική λύση για την πρόληψη της παχυσαρκίας κατά την ενήλικη ζωή

Στρατηγικοί στόχοι:

1. Αναγνώριση της παχυσαρκίας ως χρόνιας νόσου:

- ◆ Αναγνώριση των ομάδων αυξημένου κινδύνου
- ◆ Ενημέρωση /Εκπαίδευση Γονέων/ Οικογένειας

◆ Ενημέρωση /Εκπαίδευση Εκπαιδευτικών σε Σχολεία και Γυμνάσια

- Ρόλος Ιατρών (Παιδιάτρων, Παθολόγων, Ενδοκρινολόγων και συναφών ειδικοτήτων)
- Ρόλος άλλων Επιστημόνων Υγείας (Διατροφολόγων, Καθηγητών Φυσικής Αγωγής, Κλινικών Ψυχολόγων)
- Ρόλος των Επιστημονικών Εταιρειών
- Ρόλος των Υπουργείων Υγείας και Παιδείας

2. Πρόληψη της παχυσαρκίας ως χρόνιας νόσου:

◆ Υιοθέτηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής από άποψη διατροφής, ύπνου και σωματικής δραστηριότητας

◆ Αναγνώριση και ενδυνάμωση των ατόμων που χρήζουν ψυχολογική υποστήριξη

- Ρόλος Ιατρών, άλλων Επιστημόνων Υγείας (Διατροφολόγων, Καθηγητών Φυσικής Αγωγής, Κλινικών Ψυχολόγων), Επιστημονικών Εταιρειών
- Ρόλος των Υπουργείων Υγείας και Παιδείας
- Ρόλος των Δήμων και Περιφερειών
- Ρόλος των Γονέων/ Οικογένειας
- Ρόλος των Εκπαιδευτικών σε Σχολεία και Γυμνάσια
- Ρόλος των ΜΜΕ

3. Αντιμετώπιση της παχυσαρκίας ως χρόνιας νόσου:

◆ Συνεργασία και σύμπραξη όλων των αρμόδιων φορέων

- Επιστημόνων Υγείας, Επιστημονικών Εταιρειών
- Υπουργείων Υγείας και Παιδείας
- Πολιτείας, Γονέων/ Οικογένειας και Εκπαιδευτικών

◆ Εκπαίδευση Επιστημόνων Υγείας στην ΠΦΥ σχετικά με την πρόληψη και αντιμετώπιση της παχυσαρκίας

◆ Ανάπτυξη εξειδικευμένων κέντρων τα οποία θα ενημερώνουν και θα καθοδηγούν τους ιατρούς ΠΦΥ

4. Αντιμετώπιση της παχυσαρκίας σε παιδιά και εφήβους:

◆ Χρήση του Εθνικού Μητρώου Πρόληψης και Αντιμετώπισης της Παχυσαρκίας κατά την παιδική και εφηβική ηλικία από Παιδιάτρους και Γενικούς Ιατρούς

◆ Εκπαίδευση και Πιστοποίηση Ιατρών σχετικά με την χρήση του

◆ Ένταξη του Εθνικού Μητρώου στα Θεραπευτικά Πρωτόκολλα

◆ Παρακολούθηση μέσω του Εθνικού Μητρώου των αποτελεσματικότητας των δράσεων σχετικά με την αντιμετώπιση της παχυσαρκίας σε παιδιά και εφήβους

◆ Υποστήριξη και περαιτέρω ανάπτυξη του Ιατρείου Αντιμετώπισης Αυξημένου Βάρους Σώματος (ΙΑΑΒΣ), Νοσοκομείο Παίδων «Η Αγία Σοφία» – Το ιατρείο προσφέρει σημαντικό κλινικό, εκπαιδευτικό και ερευνητικό έργο

◆ Συντονισμός όλων των δράσεων που αφορούν στην αντιμετώπιση της παχυσαρκίας σε παιδιά και εφήβους

5. Αντιμετώπιση της παχυσαρκίας με συλλογικές δράσεις:

◆ Συνεργασία και σύμπραξη όλων των αρμόδιων φορέων

◆ Καταγραφή και επιμερισμός των δράσεων

◆ Χρονοδιάγραμμα με βραχυπρόθεσμους και μακροπρόθεσμους στόχους

◆ Παρακολούθηση της υλοποίησης των στόχων

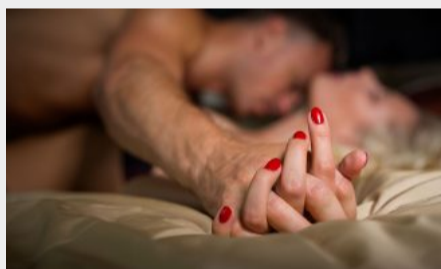
* Η Ευαγγελία Χαρμανδάρη, MD, MSc, PhD, MRCP(UK), CCST(UK) είναι Καθηγήτρια Παιδιατρικής – Παιδιατρικής Ενδοκρινολογίας
Α΄ Παιδιατρική Κλινική Ιατρική Σχολή Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, Νοσοκομείο Παίδων «Η Αγία Σοφία», Αθήνα

** Η Novo Nordisk Hellas υποστηρίζει την πρωτοβουλία του «Πρώτου Θέματος» να αναδείξει τη σημασία της πρόληψης και αντιμετώπισης της παχυσαρκίας. Η φαρμακευτική εταιρεία δεν έχει καμία ανάμειξη στην επιλογή των αρθρογράφων και στο περιεχόμενο των κειμένων.

Best of Network



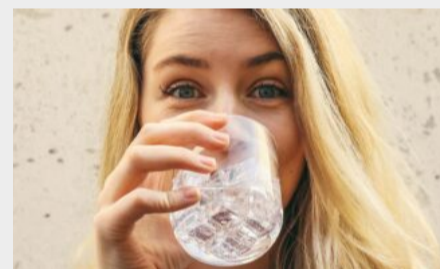
Κορωνοϊός: Κάποιοι δεν κόλλησαν ποτέ – Ποιο είναι το μυστικό τους



Η σεξουαλική πρακτική που τετραπλασιάζει τις πιθανότητες καρκίνου



Η αθώα συνήθεια που κλέβει χρόνια ζωής – Πώς θα την αλλάξετε



Αντιγήρανση: Η κίνηση που πρέπει να κάνουμε μόλις σηκωθούμε από το κρεβάτι



Το δημοφιλές δημητριακό που αγαπά το έντερο και ρίχνει την χοληστερόλη



Εγκυμοσύνη: Τα χημικά που κάνουν κακό στο έμβρυο – Πως να τα αποφύγετε



Ημικρανία: Δύο ανησυχητικές αλλαγές που εμφανίζονται σιωπηλά στους ασθενείς



Καρδιά: Ο συνδυασμός που μειώνει 66% τον κίνδυνο ανεπάρκειας



Long Covid: 3 επίμονα συμπτώματα που απειλούν την καρδιά



Σχέσεις – Γέλιο: Ποιος είναι πιο αστείος και κερδίζει τη «μάχη» του χιούμορ