



ZIUA EUROPEANĂ ÎMPOTRIVA OBEZITĂȚII

ZEIO
21.05.2016

- INFORMARE -



INSTITUTUL NAȚIONAL
DE SĂNĂTATE PUBLICĂ



CENTRUL NAȚIONAL DE EVALUARE ȘI
PROMOVARE A STĂRII DE SĂNĂTATE



CENTRUL REGIONAL DE
SĂNĂTATE PUBLICĂ SIBIU

Ce este ZEIO?

Ziua Europeană Împotriva Obezității (ZEIO) este o zi de sensibilizare recunoscută la nivel internațional, activitățile și inițiativele care au loc în jurul ei sunt foarte importante. Acestea includ evenimente organizate la nivel local, național și internațional și multe vor continua și după aceea.

Scopul este de a spori cunoașterea și înțelegerea necesității unei acțiuni la nivel european și național, pentru a îmbunătăți prevenirea și tratamentul obezității. În același timp, campania sprijină cetățenii europeni care sunt supraponderali sau obezi pentru a face modificări ale stilului de viață, pentru a gestiona greutatea lor și a ameliora starea generală de sănătate și calitatea vieții .

Despre ZEIO

Prima Zi Europeană Împotriva Obezității (ZEIO), a avut loc în mai 2010. Ceea ce a început ca o campanie care implică un mic grup de medici și pacienți interesați de această problemă , s-a transformat rapid într- un eveniment major cu participanți și activități în multe țări europene .

Evenimentele au variat de la picnicuri și standuri de informare la Paris, la plimbări și alergări distractive ; briefing-uri pentru cadrele medicale și farmaciști ; distribuirea gratuită a fructelor și legumelor proaspete ; dezbateri și ateliere de lucru pentru politicieni și factorii de decizie ; conferințe de presă, precum și utilizarea gratuită a bicicletelor timp de ora, timp de o zi.

În 2010, ZEIO a primit premiul pentru " Campania Anului " la premiile europene Public Affairs.

Despre ZEIO - continuare

Ziua Europeană Împotriva Obezității este o platformă de campanie a Asociației Europene pentru Studiul Obezității (EASO). Înființată în anul 1986, EASO este o federație de asociații profesionale din 32 de țări europene. Este vocea comunității obezității europene, reprezentând oameni de știință, practicieni din domeniul sănătății, medici, experți de sănătate publică și pacienți.

EASO este în relații formale cu Organizația Mondială a Sănătății (OMS), Biroul Regional pentru Europa și este membru fondator al Platformei UE privind alimentația, activitatea fizică și sănătatea.

Importanța ZEIO

- **ZEIO 2016 subliniază necesitatea ca obezitatea să fie recunoscută pe scară mai largă de către Uniunea Europeană și de către guvernele statelor membre ca o boală cronică și să atragă atenția asupra beneficiilor pe care acest lucru le va aduce atât persoanelor fizice, cât și sistemelor de sănătate.**
- **Obezitatea este recunoscută ca o boală cronică ce necesită o gestionare pe termen lung de către organizațiile de sănătate, cum ar fi: OMS, Organizația pentru Cooperare Economică și Dezvoltare (OECD), Asociația Medicală Americană (AMA) și Asociația Medicală Canadiană (CMA) .**

Importanța ZEIO - continuare

ZEIO este o ocazie importantă de a sensibiliza oamenii cu privire la obezitate.

- Recunoașterea obezității ca boală cronică de către statele membre din Europa va avea ca rezultat un mai mare acces la îngrijire și tratament pentru cei care sunt supraponderali sau care sunt obezi.
- În același timp, campania sprijină inițiativele mai largi ale Asociației Europene de Studiu a Obezității EASO și ale asociațiilor naționale și centrelor colaboratoare, de încurajare a cetățenilor europeni supraponderali sau obezi de a face modificările necesare pentru a gestiona greutatea lor și de a îmbunătăți starea generală de sănătate și calitatea vieții.

Informații pentru specialiștii din domeniul sănătății

- Supragreutatea și obezitatea sunt definite ca acumularea anormală sau excesivă a grăsimii, ceea ce poate afecta sănătatea individului.
- Indicele masei corporale (IMC) este raportul dintre greutate și înălțime și se folosește pentru clasificarea supragreutății și obezității la adult.

$$\text{IMC} = \frac{\text{Greutatea (kg)}}{\text{Înălțimea}^2 \text{ (m}^2\text{)}}$$

Informații pentru specialiștii din domeniul sănătății

- Definiția OMS :
- IMC mai mare sau egal cu 25 reprezintă supragreutate
- IMC mai mare sau egal cu 30 reprezintă obezitate

- IMC oferă cel mai util instrument de măsurare a supragreutății și obezității la adulți și este același pentru ambele sexe și pentru toate vârstele la adulți.
- Oricum, IMC este un indicator aproximativ, întrucât poate să nu corespundă aceluiași grad de obezitate la diferiți indivizi.
- În cazul copiilor, se folosesc curbele percentilice pentru a stabili prezența și gradul obezității, disponibile pe site-ul: <http://www.cdc.gov/growthcharts>

Informații pentru specialiștii din domeniul sănătății

- Obezitatea este o **afecțiune cronică**. Urmărirea și supravegherea continue sunt necesare pentru a preveni creșterea ulterioară în greutate, monitorizarea riscului de îmbolnăvire și tratarea predispozițiilor asociate precum diabetul zaharat de tip 2, afecțiunile cardiovasculare și unele forme de cancer.
- Din luna iunie 2013, Asociația Medicală Americană a recunoscut oficial **obezitatea ca boală**, iar această decizie va duce la abordarea țintită a acestei afecțiuni la nivel internațional referitor la accesul individual la tratament, precum și la tipul de tratament aplicat.

Informații pentru specialiștii din domeniul sănătății

- **Profilaxia și tratamentul supraponderalității și obezității includ studierea macronutrienților conținuți în dietă, cantitățile meselor servite, obiceiurile alimentare, activitatea fizică și sedentarismul în creștere în societatea modernă. Creșterea timpului afectat vizionării TV, activitățile bazate pe utilizarea computerului, lipsa activității fizice și ingestia de alimente fast-food, alături de substituirea în creștere a apei cu băuturi energizante, toate acestea duc la o epidemie de obezitate .**
- **Majoritatea informațiilor sugerează că, pentru gestionarea greutateii, este mai important volumul activității fizice, decât intensitatea acesteia.**

Informații pentru specialiștii din domeniul sănătății

- OMS recunoaște că, în acest secol, obezitatea are o prevalență similară sau mai mare decât cea a malnutriției și bolilor infecțioase. Din acest motiv, în cazul în care nu sunt luate măsuri drastice pentru a preveni și trata obezitatea, mai mult de 50 % din populația lumii va fi obeză în 2025 .
- Obezitatea este, prin urmare, o boală cronică cu o prevalență foarte mare în țările dezvoltate, care afectează bărbați și femei de toate rasele și vârstele .
- Preobezitatea și obezitatea sunt importante probleme de sănătate publică și ele cer o strategie comună, care include promovarea obiceiurilor alimentare sănătoase și un stil de viață mai activ, precum și un tratament adecvat .

Informații pentru specialiștii din domeniul sănătății

- Îngrijorătoare este incidența tot mai mare a obezității infantile în Europa. Obezitatea la copil, în special în al doilea deceniu de viață, este acum recunoscută a fi un predictor puternic al obezității la adulți, în special pentru copiii foarte supraponderali, cu părinți obezi .
- Există, de asemenea, tot mai multe dovezi că obezitatea are consecințe nefaste sociale, economice și asupra sănătății. De aceea, obezitatea din copilărie este acum recunoscută ca o importantă problemă de sănătate publică, iar acest lucru a fost sporit și mai mult de prevalența tot mai mare a obezității la adulți, atât în țările dezvoltate, cât și în cele în curs de dezvoltare .

Informații pentru specialiștii din domeniul sănătății

Bibliografie selectivă:

- 1.C. Tsigos et al. Management of Obesity in Adults: European Clinical Practice Guidelines Obesity Facts 2008;1:106–116, The European Journal of Obesity
- 2.F. Branca et al. 2007 The challenges of obesity in the WHO European region and the strategies for response
- 3. WHO. European Charter on counteracting obesity, <http://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/obesity/publications/pre-2009/european-charter-on-counteracting-obesity>
- 4.Global Burden of Disease 2010, <http://www.thelancet.com/themed/global-burden-of-disease>
- 5.Asociația Europeană împotriva Obezității -Obesity Facts & Figures: World Health Organisation Fact sheet N°311, 2014 <http://easo.org/obesity-facts-figures>
- 6. WHO . Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood_what_can_be_done/en/