

## ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

### **Ημέρα Παχυσαρκίας για να τονιστεί ότι η παχυσαρκία αποτελεί επιδημία που αυξάνεται ταχύτατα στην Ευρώπη**

Βρυξέλλες, 24 Μαρτίου 2016: Η εξαπλούμενη επιδημία της παχυσαρκίας, η οποία αναμένεται να προσβάλει περισσότερο από τους μισούς Ευρωπαίους πολίτες μέχρι το 2030, θα είναι το επίκεντρο της “Ευρωπαϊκής Ημέρας Παχυσαρκίας” που θα πραγματοποιηθεί στις 21 Μαΐου.

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, η παχυσαρκία είναι μία από τις μεγαλύτερες προκλήσεις της δημόσιας υγείας του 21ου αιώνα. Ο επιπολασμός της (δηλαδή το ποσοστό εμφάνισής της σε δεδομένη χρονική στιγμή) έχει τριπλασιαστεί σε πολλές χώρες της Ευρώπης από τη δεκαετία του 1980, και ο αριθμός των ατόμων που πλήττονται συνεχίζει να αυξάνεται με ανησυχητικό ρυθμό.

Επιπρόσθετα από την πρόκληση διαφόρων σωματικών δυσλειτουργιών και ψυχολογικών προβλημάτων, το υπερβολικό σωματικό βάρος αυξάνει δραματικά τον κίνδυνο ανάπτυξης μιας σειράς από μη μεταδοτικές ασθένειες, συμπεριλαμβανομένου του σακχαρώδη διαβήτη τύπου 2, υπέρτασης, δυσλιπιδαιμιών, καρδιαγγειακών παθήσεων και ορισμένων μορφών καρκίνου.

Ο κίνδυνος εμφάνισης μιας ή περισσότερων από αυτές τις παθήσεις αυξάνεται καθώς αυξάνεται το σωματικό βάρος. Η παχυσαρκία είναι ήδη υπεύθυνη για το 2-8% των δαπανών για την υγεία και για το 10-13% των θανάτων στην Ευρώπη, όπως επισημαίνει ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας. Είναι παράλληλα η 5η κύρια αιτία θανάτου σε όλο τον κόσμο.

Η “Ευρωπαϊκή Ημέρα Παχυσαρκίας” διοργανώνεται από την Ευρωπαϊκή Εταιρεία Μελέτης της Παχυσαρκίας (European Association for the Study of Obesity), με τη συμβολή 32 Ευρωπαϊκών Εθνικών Επιστημονικών Εταιρειών, που είναι μέλη της, όπως η Ελληνική Ιατρική Εταιρεία Παχυσαρκίας. Πέρα από τις εκδηλώσεις που θα πραγματοποιηθούν την ίδια ημέρα, ποικίλες πρωτοβουλίες θα λαμβάνουν χώρα σε όλη την Ευρώπη για ένα μήνα.

#### **Άλλοι ευρωπαϊκοί οργανισμοί υγείας που επίσης εμπλέκονται στην Ευρωπαϊκή Ημέρα Παχυσαρκίας**

Και άλλοι ευρωπαϊκοί οργανισμοί υγείας, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που σχετίζονται με τον καρκίνο, το διαβήτη, τα καρδιαγγειακά νοσήματα, την υπέρταση, τη διατροφή και τις ηπατοπάθειες, θα συμμετάσχουν επίσης προκειμένου να τονιστούν οι κίνδυνοι που προκαλεί το αυξημένο σωματικό βάρος και η παχυσαρκία σε αυτές τις παθήσεις.

Το περασμένο έτος, η Ευρωπαϊκή Εταιρεία Μελέτης της Παχυσαρκίας δημοσίευσε τα πορίσματα μιας έρευνας μεταξύ 14.000 ατόμων από επτά ευρωπαϊκές χώρες, επισημαίνοντας ότι η πλειοψηφία των

ανθρώπων υποεκτιμούν το σωματικό τους βάρος, υποεκτιμούν το βάρος των άλλων, και ταυτόχρονα αγνοούν τις συνέπειες του αυξημένου σωματικού βάρους για την υγεία τους.

Επιπλέον, η έρευνα έδειξε ότι η συντριπτική πλειοψηφία των ανθρώπων θεωρούν την παχυσαρκία ως πρόβλημα καθαρά του προσωπικού τρόπου ζωής τους και δεν συνειδητοποιούν ότι υπάρχουν και πολλά άλλα ζητήματα ουσίας που υποκρύπτονται και πρέπει να αντιμετωπίσει η κοινωνία.

«Η παχυσαρκία είναι μια πολυσύνθετη και χρόνια πάθηση με πολλές αιτίες, πολλές από τις οποίες είναι πέραν του ελέγχου του ατόμου», σημειώνει η Ευρωπαϊκή Εταιρεία Μελέτης της Παχυσαρκίας (EASO) . «Οι αιτίες μπορεί να οφείλονται σε γενετικές και ενδοκρινικές παθήσεις ή ακόμα και σε περιβαλλοντικούς παράγοντες, όπως το στρες, η διατροφή και η καθιστική ζωή.»

"Ένας πιο υγιεινός τρόπος ζωής, που περιλαμβάνει υγιεινή διατροφή και τακτική σωματική άσκηση μπορεί να βοηθήσει στη διατήρηση του φυσιολογικού βάρους. Ωστόσο, η παχυσαρκία είναι μια χρόνια ασθένεια και πρέπει να αναγνωρίζεται και να αντιμετωπίζεται ως τέτοια. Η αποδοχή και η υποστήριξη των παχύσαρκων ατόμων θα τους βοηθήσει στο να αναζητήσουν τη βοήθεια και την αντιμετώπιση που χρειάζονται».

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας αναφέρει ότι οι κοινωνίες και οι κυβερνήσεις θα πρέπει να δράσουν από κοινού ώστε να περιοριστεί η επιδημία. "Οι εθνικές πολιτικές θα πρέπει να ενθαρρύνουν και να παρέχουν ευκαιρίες για σωματική δραστηριότητα και παράλληλα να μεριμνούν για το κόστος, τη διαθεσιμότητα και την προσβασιμότητα σε υγιεινές τροφές. Θα πρέπει επίσης να ενθαρρύνουν τη συμμετοχή και τη συμβολή των διαφόρων κυβερνητικών και πολιτειακών φορέων, των επιστημονικών φορέων, του ιδιωτικού τομέα, άλλων ενδιαφερόμενων φορέων, καθώς και αυτών των ίδιων των πολιτών στην αντιμετώπιση της παχυσαρκίας."

Η EASO τονίζει επίσης ότι "τα άτομα είναι ευάλωτα και επηρεάζονται από τις αλλαγές στην παραγωγική διαδικασία και διάθεση των τροφίμων, καθώς και από τις αλλαγές στη σωματική δραστηριότητα που έχει επέλθει στην εργασία τους και στον τρόπο των μετακινήσεών τους. Πολλές από αυτές τις αλλαγές συνδέονται με την παχυσαρκία και επομένως θα πρέπει να αναλάβουμε δράση τόσο σε συλλογικό όσο και σε ατομικό επίπεδο για να τις αντιμετωπίσουμε».

Στη διάρκεια της "Ευρωπαϊκής Ημέρας Παχυσαρκίας 2016 - Δράση για ένα πιο Υγιές Μέλλον", για όλους τους πολίτες όλων των κρατών-μελών της Ευρωπαϊκής Ένωσης, υπάρχει η προτροπή για ευαισθητοποίηση και συμμετοχή.

Περαιτέρω λεπτομέρειες για το πώς να υποστηρίξετε την Ευρωπαϊκή Ημέρα Παχυσαρκίας και που μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την παχυσαρκία, την πρόληψη και τη θεραπεία της, είναι διαθέσιμες στην ιστοσελίδα του European Obesity Day: [www.europeanobesityday.eu](http://www.europeanobesityday.eu) . Ακολουθείστε μας επίσης στο Twitter (@ EOD2016 και # EOD2016) και στο Facebook (EuropeanObesityDay).

### **Για περισσότερες πληροφορίες**

Δείτε επίσης την ιστοσελίδα της European Obesity Day: [www.europeanobesityday.eu](http://www.europeanobesityday.eu), της European Association for the Study of Obesity (EASO) [www.easo.org](http://www.easo.org), και του World Health Organisation [www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/obesity](http://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/obesity). Η έρευνα που αναφέρεται, *Παχυσαρκία: μια υποτιμημένη απειλή*, είναι διαθέσιμη στην ιστοσελίδα της EASO: <http://easo.org/perception-survey/summary-of-all-countries/> με περιλήψεις σε πολλές γλώσσες.

Περισσότερα στοιχεία σχετικά με θέματα παχυσαρκίας στη χώρα μας μπορείτε να βρείτε στην ιστοσελίδα της Ελληνικής Ιατρικής Εταιρείας Παχυσαρκίας, [www.eiep.gr](http://www.eiep.gr)