

Otyłość – gdzie jesteśmy i dokąd zmierzamy?

Kategoria: Polityka Zdrowotna

Opublikowano: wtorek, 11, marzec 2025 04:19

Alina Piekarz

Odslony: 868

6 marca bieżącego roku w Senacie odbył się Okrągły Stół Ekspertów z okazji Światowego Dnia Otyłości pt.: „Redukcja otyłości w Polsce – czas strategii, czas odpowiedzialnej współpracy”. W spotkaniu, któremu przewodniczyła senator Agnieszka Gorgoń-Komor, wzięli udział przedstawiciele ministerstw: zdrowia, edukacji oraz sportu, reprezentanci świata biznesu, organizacje samorządowych, jak również lekarze, dziennikarze oraz influencerzy. Związek Powiatów Polskich jest jednym z partnerów inicjatywy „Stop Otyłości. Partnerstwo na rzecz Profilaktyki i Leczenia Otyłości”, pomysłodawcy debaty.

W Polsce, gdzie żyje około 9 milionów osób dotkniętych tą chorobą. Dotyczy ona przede wszystkim dorosłych, ale coraz częściej także dzieci. Analizy pokazują, że otyli rodzice, to często także otyłe dzieci. Jakie należy podjąć działania, aby odwrócić tę sytuację? W jaki sposób wpłynąć na świadomość wszystkich ludzi i przekonać ich do tego, że otyłość to nie „bycie grubym”, tylko poważna choroba prowadząca do wielu powikłań, w tym przedwczesnej śmierci? W końcu kto i kogo powinien edukować w kwestii zdrowego żywienia i aktywnego trybu życia? Na te i wiele innych pytań odpowiadali zaproszeni do Senatu goście. Spotkanie zostało podzielone na siedem modułów tematycznych: rodzina, infrastruktura, edukacja, zdrowie, sport i odpoczynek, kultura i media, biznes i praca, które stanowią ogniwa promowanego ekosystemu walki z otyłością.

Otyłość, to choroba tkanki tłuszczowej, która może doprowadzić do dwustu powikłań, zwiększyć ryzyko nowotworu o 40% i skrócić życie o 10 lat

Rok 2025 został ogłoszony przez Senat RP Rokiem Edukacji Zdrowotnej i Profilaktyki. Inicjatywa stanowi wyraz wsparcia dla tych, którzy działają w obszarze propagowania wiedzy z zakresu zdrowia – zarówno fizycznego, jak i psychicznego. Temat leczenia i profilaktyki otyłości doskonale wpisuje się w to przedsięwzięcie. Jak podkreślała podczas spotkania senator Agnieszka

Gorgoń-Komor: – *Zastanawiamy się, jak wdrożyć edukację zdrowotną, dotyczącą chociażby otyłości, już od najmłodszych lat oraz jakie wprowadzić rozwiązania, aby lepiej ten problem monitorować. Mam pewne sygnały ze strony środowiska POZ, że wielu lekarzy już zaczyna wpisywać do kart pacjentów ich wagę i wzrost. Chcemy, aby stało się to obligatoryjne dla wszystkich.*

Katarzyna Głowińska – Prezes Fundacji na rzecz Leczenia Otyłości, pacjentka walcząca z chorobą otyłościową stwierdziła, że otyłość jest chorobą publiczną, obnażającą, niemożliwą do ukrycia a jednocześnie niewidzialną, nawet przezroczystą. Paradoks wynika z tego, że w tylko jeden procent z dziewięciu milionów osób dotkniętych tym problemem, jest odpowiednio rozpoznawanych, następnie leczonych. – *Nie rozumiemy tej choroby. Dotyczy to zarówno ogółu społeczeństwa, jak i lekarzy. Ważne jest aby uświadomić sobie, że otyłość nie jest chorobą ciała. To jest bardzo poważna choroba biologiczna i każdy z nas, w każdej chwili może na nią zapaść dlatego, że ona może rozpocząć się z dnia na dzień – kiedy dojdzie do zaburzeń homeostazy energetycznej z różnych powodów, niekoniecznie z jedzenia lub niejedzenia* – podkreślała z kolei prof. dr hab. n. med. Lucyna Ostrowska, Prezes Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości.

Zatrważające dane

W wielu raportach, także międzynarodowych, Polska wymieniana jest wśród krajów-liderów w zakresie tempa rozwoju otyłości. W trakcie spotkania zaprezentowano wiele danych statystycznych związanych bezpośrednio lub pośrednio z tą chorobą. Profesor Lucyna Ostrowska wskazała między innymi na to, że tylko co drugi lekarz rodzinny wpisuje w kartę pacjenta deklaratywnie podaną przez niego informację dotyczącą jego wzrostu oraz wagi. Tymczasem, jak pokazują dane zebrane przez Ministerstwo Sportu i

Turystyki, blisko 52% dorosłych Polek i Polaków ma indeks masy ciała (pot. BMI) na poziomie 25 i więcej, czyli zmagają się z nadwagą. Wśród dzieci młodzieży ponad 12% chłopców i 10% dziewczynek w wieku przedszkolnym oraz ponad 18% dzieci w wieku szkolnym jest otyłych.

Zebrani w Senacie eksperci wskazali, że według wszelkich badań, około 70% naszych nawyków życiowych czerpiemy jako dzieci od najbliższych, następnie powielamy je w dorosłości. Jednym z nich jest brak aktywności fizycznej. Jak przekazał Piotr Borys, Sekretarz Stanu w Ministerstwie Sportu i Turystyki, 65% Polaków w ogóle nie jest aktywna fizycznie. Dla porównania – 78% Finów uprawia jakąś formę aktywności we wszystkich okresach swojego życia. – **Wraz z przedstawicielami akademii wychowania fizycznego przebadaliśmy 80 tysięcy dzieci w całej Polsce, aby określić ich konkretne zdolności ruchowe. 94% z nich nie ma wystarczających kompetencji ruchowych. 57% uczniów wszystkich klas szkoły podstawowej nie potrafi wykonać skoku przez skakankę, 88% dzieci z klas 1-3 nie potrafi wykonać przewrotu w przód, 86% dzieci z klas 1-3 nie potrafi wykonać rzutu i chwytu odbitej od ściany piłki tenisowej, 70% dzieci z klas 4-6 nie potrafi prawidłowo koźłować piłki, zaś 78% uczniów klas 7-8 nie potrafi pokonywać przeszkód w biegu** – przekazał Minister.

Przedstawiciel resortu zapewnił, że podejmowane są wielopłaszczyznowe działania, angażujące również przedstawicieli innych Ministerstw – w tym Zdrowia oraz Edukacji Narodowej, mające na celu poprawę tej sytuacji. Jednym z przedsięwzięć jest otwieranie szkolnych hal sportowych „po godzinach”. Trwają także prace, których efektem miałyby być wsparcie nauczycieli nauczania początkowego w zakresie przeprowadzania lekcji wychowania fizycznego przez wyszkolone osoby. Efektem podejmowanych działań miałyby być nie tylko zmiana nawyków, ale zaszczepienie w dzieciach pasji do takiej aktywności fizycznej, którą lubią, nie do której są zmuszane na lekcjach wychowania fizycznego.

Konieczna zmiana definiowania aktu jedzenia?

Sporo emocji wywołał temat poświęcony ogólnie pojętemu żywieniu, które przez większość ludzi na świecie jest postrzegane jako forma przyjemności, coś, co ma sprawiać radość. Odnosił się do tego między innymi znanymi z wielu programów kulinarnych Karol Okrasa, który stwierdził, że współcześni kucharze powinni być swego rodzaju „adwokatami konsumentów”: – **Rolą kucharzy jest działać profilaktycznie. Ale nie tworzyć dobre przepisy, bo to robi dietetyk. Kucharz jest od tego, aby wszyscy, niezależnie od tego czy chorują czy nie, dalej czuli się pełnowartościowymi konsumentami, czującymi radość z życia, którym jedzenie sprawia przyjemność** – przekonywał. Jego słowa nie spotkały się z akceptacją pozostałych uczestników debaty. Wskazywano, że czas najwyższy przestać utożsamiać spożywanie posiłków z jakąkolwiek przyjemnością, a zacząć promować je jako czynność polegającą na dostarczaniu organizmowi niezbędnej do życia energii.

Renata Kurlanc – Dyrektor Departamentu Wychowania i Profilaktyki w Ministerstwie Edukacji Narodowej odniosła się z kolei do tematu wypracowania i zaszczepienia w najmłodszych pokoleniach standardów antyobesogenego życia, między innymi poprzez edukację. – **W szkołach trwają rozmowy na temat uregulowania wytycznych dotyczących grup produktów spożywczych, które są dopuszczone do zbiorowego żywienia – wykorzystywane przez stołówki, sprzedawane w sklepikach oraz automatach. MEN chce między innymi zakazu reklamy produktów, które nie będą ujęte w tej grupie** – zapewniła. Inną ścieżką dotarcia z informacjami na temat zdrowego odżywiania, także do rodziców, miałyby być specjalne warsztaty tematyczne. – **Musimy sprawić, aby dzieci i młodzież poczuły to i chciały same działać. Jednak bez zaangażowania rodziców nie osiągniemy sukcesu. Nie może być tak, że jednego uczymy w szkołach, drugie przekazują rodzice w domu. Tu musi być synergia** – dodała.

Oddolne inicjatywy na rzecz walki z otyłością

Moderującymi senacką debatę były dr Małgorzata Gałązka-Sobotka oraz Marta Pawłowska, które we współpracy z różnymi podmiotami powołały w czerwcu 2024 roku Partnerstwo na Rzecz Profilaktyki i Leczenia Otyłości. Akcja zainicjowana przez Instytut Zarządzania Zdrowia Uczelni Łazarskiego, środowisko Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości oraz środowisko organizacji pacjenckich ma między innymi zintegrować naukowców, środowiska społeczne, biznesowe, organizacje pracodawców, jak również samorządy lokalne wszystkich szczebli. – ***Dyskusje z udziałem ekspertów reprezentujących tak wiele dziedzin pozwolą nam wspólnie zdefiniować to, co moglibyśmy zrobić w naszych strefach wpływów, aby stworzyć skuteczny, nowoczesny a być może najnowocześniejszy ekosystem społeczny „stop otyłości” na świecie*** – przekonywała dyrektor Instytutu Zarządzania w Ochronie Zdrowia Uczelni Łazarskiego, dr Małgorzata Gałązka-Sobotka.

Jedną z organizacji, która jako pierwsza wsparła inicjatywę, jest Związek Powiatów Polskich. - ***Chcemy stać się instytucjonalnym hubem samorządowym o charakterze informacyjno-doradczo-wdrożeniowym, który będzie przekładał efekty naszych wspólnych prac na płaszczyznę wdrożeniową, w powiatach, miastach na prawach powiatu i jednostkach im podległych*** - mówił Rafał Rudka z ZPP. - ***Widzimy przestrzeń do organizacji różnego rodzaju kampanii informacyjnych czy też szkoleń dla środowiska samorządowego, aby wypracowane rozwiązania dotarły do decydentów, którzy będą mogli wdrożyć je w życie*** – podsumował.

Obrady okrągłego stołu zakończyły się gorzkim stwierdzeniem wskazującym na brak w Polsce ścieżki oraz odpowiednich narzędzi do leczenia pacjentów z chorobą otyłościową, która nie jest nawet dostatecznie diagnozowana. Wskazano na konieczność wielotorowego działania, którego ważną częścią będzie profilaktyka i przeciwdziałanie otyłości. Podejmowane kroki nie powinny jednak przesłaniać sedna sprawy, które stanowią sami pacjenci i konieczność podjęcia ich jak najszybszego leczenia.