



Instytut
Żywności
i Żywienia

Warszawa, 23 października 2018

OTYŁOŚĆ, ANOREKSJA, BULIMIA – DLACZEGO WCIĄŻ PRZEGRYWAMY?

IV NARODOWY KONGRES ŻYWIENIOWY – ZAPRASZAMY!

Odsetek Polaków zmagających się z nadwagą i otyłością stale wzrasta, także w grupie najmłodszych. Z okazji Światowego Dnia Walki z Otyłością Instytut Żywności i Żywienia apeluje o podjęcie efektywnych programów profilaktyki i leczenia otyłości oraz zapowiada program IV Narodowego Kongresu Żywnieniowego 2019, który będzie dotyczył tego obszaru.

Otyłość wpędza nas w choroby

„Wg gromadzonych przez IŻŻ danych i opinii eksperckich, tempo wzrostu epidemii otyłości w Polsce nie zwalnia, a nawet przybiera na sile. Zjawisko to przeraża nas, lekarzy i dietetyków, zwłaszcza, że wzrost ten dotyczy także najmłodszych. Dlaczego stale przegrywamy? Czy jesteśmy naprawdę skazani na porażkę? Co musi się jeszcze zdarzyć, by wprowadzić powszechnie sprawdzone przez Instytut programy profilaktyki? Tym zagadnieniom poświęcimy IV Narodowy Kongres Żywnieniowy – ogólnopolskie spotkanie ekspertów, praktyków i pasjonatów. Gorąco zapraszam do udziału!” – zapowiada Prof. dr. hab. Mirosław Jarosz, Dyrektor Instytutu Żywności i Żywienia, pomysłodawca wydarzenia.

Występowanie otyłości na świecie stale rośnie: z 3,2% w 1975r. do 10,8% w 2014r. wśród mężczyzn oraz z 6,4% do 14,9% u kobiet (Lancet 2016). Utrzymanie podobnych trendów oznacza, że w 2025r. na otyłość będzie cierpieć na świecie 18% mężczyzn i 21% kobiet.

W Polsce z problemem nadwagi lub otyłości zmagają się obecnie 67,3% dorosłych mężczyzn i 53% dorosłych kobiet. Prognozy krajowe zapowiadają wzrost występowania nadwagi lub otyłości do 2/3 populacji do roku 2030. Alarmującym jest fakt utrzymywania się tendencji wzrostu nadwagi i otyłości wśród polskich dzieci, zaliczanych od blisko 10 lat do najszybciej tyjących w Europie. Już

dziś, co trzeci chłopiec ośmiolatek ma nadwagę lub otyłość, a procent ten wzrósł wyraźnie w ostatnich 4 latach.

Otyłość jest obecnie drugą po paleniu papierosów najczęstszą cywilizacyjną przyczyną poważnych problemów zdrowotnych. Lekarze i dietetycy z Instytutu Żywności i Żywienia ostrzegają przed ignorowaniem powagi obecnej sytuacji, ponieważ konsekwencje otyłości są coraz groźniejsze. Stanowiona główną przyczynę bardzo poważnych chorób, takich jak nowotwory złośliwe (rak jelita grubego, sutka, gruczołu krokowego), choroby układu krążenia (udar mózgu, nadciśnienie tętnicze), cukrzyca typu 2, czy kamica żółciowa.

„Instytut Żywności i Żywienia wykorzystuje każdą nadarzącą się okazję – taką jest Światowy dzień Walki z Otyłością - by zwiększać świadomość na temat otyłości. Stara się również popularyzować zrealizowane projekty edukacyjne, jak „Zachowaj równowagę”, w którym skutecznie zahamowaliśmy narastanie otyłości w grupie uczestniczącej w programie, a nawet zainicjowaliśmy bezcenną tendencję spadkową. Z tego knowhow może i powinna skorzystać cała Polska, bo nam nie wolno przyczyniać się do dalszego dramatu związanego z coraz częstszym występowaniem otyłości wśród naszych dzieci! Walce z otyłością służy m.in. strona internetowa działającego w Instytucie Narodowego Centrum Edukacji Żywieniowej. Jest to kompletne źródło wiarygodnych informacji o zdrowym żywieniu dla każdego, na chętnych codziennie (prócz niedziel) czekają także bezpłatne porady online.” - mówi Prof. Mirosław Jarosz, Dyrektor IŻŻ i kierownik projektu „Zachowaj równowagę”.

Jednym z głównych zadań projektu „Zachowaj równowagę”, realizowanego w latach 2011-2016, była edukacja i wdrażanie zasad prawidłowego żywienia oraz aktywności fizycznej w przedszkolach i szkołach (podstawowych, gimnazjalnych, ponadgimnazjalnych), a także ocena wpływu tej edukacji na sposób żywienia, stan odżywienia, aktywność fizyczną i poziom wiedzy dzieci i młodzieży. Łącznie objętych tymi działaniami zostało 1600 placówek edukacyjnych z całej Polski (ponad 380 tys. dzieci).

IV Narodowy Kongres Żywieniowy – zacznijmy działać!

Doroczny kongres, organizowany przez Instytut Żywności i Żywienia, już na stałe wpisał się w kalendarium najważniejszych krajowych wydarzeń związanych z propagowaniem zdrowego odżywiania. Jego IV edycja odbędzie się w dniach 25-26 stycznia 2019 na Stadionie PGE Narodowym w Warszawie i będzie poświęcona problematyce zaburzeń odżywiania dzieci i młodzieży.

„Otyłość, anoreksja, bulimia – dlaczego wciąż przegrywamy?” – to tytuł IV Kongresu. W programie przewidziano dwa dni wykładów, wymiany doświadczeń oraz spotkań z wybitnymi polskimi ekspertami z dziedziny medycyny, żywienia i dietetyki, a także debaty dotyczące problemów żywienia i aktywności fizycznej dzieci i młodzieży.

W pierwszym dniu kongresu odbędą się sesje naukowe, odpowiadające na kluczowe zagadnienia z następujących obszarów: przyczyn otyłości wśród dzieci i młodzieży w Polsce, zaburzeń odżywiania jako problemu cywilizacyjnego, aktywności fizycznej, oraz praktyki w profilaktyce i leczeniu otyłości (w tym motywacji dzieci i rodziców, diety, wpływu

stresu na nawyki żywieniowe). Dzień pierwszy zakończy debata pt. „*Nauka i przemysł – jak zjednoczyć siły we wspólnej walce z otyłością?*”.

Do uczestnictwa w drugim dniu kongresu zaproszeni będą pedagodzy, dyrektorzy szkół i rodzice. Przez cały dzień prowadzone będą prezentacje i debaty poświęcone różnym aspektom profilaktyki otyłości wśród dzieci i młodzieży – od przyczyn nadwagi i nawyków zakupowych, przez rolę poszczególnych posiłków, wyzwania współczesnej aktywności fizycznej i zaburzenia odżywiania, po aspekty marketingu w kształtowaniu właściwych nawyków żywieniowych i wykorzystanie mediów w przestrzeni edukacji.

Elementem spajającym oba dni IV Kongresu będzie prezentacja przez Prof. dr hab. Mirosława Jarosza nowej Piramidy Zdrowego Żywienia i Aktywności Fizycznej dla dzieci i młodzieży, wraz z zaleceniami.

Kompletny program IV Narodowego Kongresu Żywieniowego już wkrótce!

Dodatkowe informacje:

Marta Pawłowska, Pełnomocnik Dyrektora IŻŻ ds. Komunikacji

Tel. (22) 55 09 873

Mail mpawlowska@izz.waw.pl