

Rohamosan nő az elhízott gyerekek száma Európában

Közösségi összefogásra van szükség a trend megállításához

„Európában minden 3. gyermek túlsúlyos vagy elhízott, ez alól Magyarország sem kivétel” – jelentette ki Jean-Michel Borys, a világ legnagyobb, az elhízás megelőzését szolgáló hálózataként ismert EPODE főtitkára Budapesten. A szakemberek arra figyelmeztetnek, hogy ezt a trendet azonnal meg kell állítani.

Itthon az elmúlt 20 évben megháromszorozódott az elhízott gyermekek száma, Európában már minden harmadik túlsúlyos vagy elhízott, és megjelent a kettes típusú diabétesz is a gyerekek körében. Ehhez hasonló aggasztó adatok hangzottak el az idei Közép-Európai Elhízástudományi Kongresszuson Budapesten októberben. Jean-Michel Borys¹, az európai [EPODE](#)² főtitkára és a program alapítója szerint ennek a tendenciának több oka van: *„Miközben a gyorsételek felértékelődtek az étrendünkben és kevesebbet mozgunk, közben szervezetünk a zsírtárolásra van programozva. Több energiát viszünk be, mint amennyit leadunk, ez pedig már a korai gyermekkorban is megmutatkozik. Nem feledkezhetünk meg a stresszről, a környezetszennyezésről, az alváshiányról sem, ami szintén hozzájárul az elhízáshoz.”*

„Szerte a világon komoly problémát jelent a gyermekkori elhízás megjelenése, és ebben mi sem vagyunk kivételek” – figyelmeztet Kubányi Jolán, a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének elnöke. Többek között ezért Magyarország is részt vesz az EPODE programban az MDOSZ szakmai vezetésével. Így elsőként Dunaharasztiiban hívták életre 2014-ben a három évre szóló, gyermekkori elhízás megelőzését célul kitűző [GYERE – Gyermek Egészsége Programot](#)³ a Coca-Cola Alapítvány támogatásával. „Dunaharasztiiban az első hivatalos mérések szerint a 6-12 éves korcsoportba tartozó gyermek - 1424 fő - 26,5%-a túlsúlyos, illetve elhízott. Hiába sajátítják el az iskolában az egészséges étkezés alapjait, a változáshoz a szülők támogatására is szükség van” – tette hozzá Kubányi Jolán, a MDOSZ elnöke, a program szakmai igazgatója.

Az elhízásnak nem csak komoly pszichológiai következményei lehetnek - hiszen nem tudnak olyan teljes és kiegyensúlyozott életet élni, amelyet szeretnének –; hanem ezek a gyermekek az egész életükre elhízottak maradhatnak, ez a tendencia pedig az egyes országok GDP-jére – rövid és hosszú távon – is hatással van, ugyanis ezeknek a betegségeknek az egészségügyi költsége nagyon magas.

A szakemberek úgy vélik, hogy a trend megfordítható. *„Ehhez a gondolkodásunkat kell megváltoztatni, ez pedig csak helyi szinten, a közösségek és a szülők bevonásával valósulhat meg. Terveink szerint az EPODE programmal 3 év alatt – 2016 végéig – 3,9 millió embert sikerül elérnünk Európában, beleértve 975 000 gyermeket és serdülőt” – tette hozzá az EPODE főtitkára. Magyarországon Dunaharaszti után idén ősztől Szerencsen is elindítja a GYERE Programot a Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége a Nestlé Hungária Kft. támogatásával.*

¹ Jean-Michel Borys: Orvos, szakterülete az endokrinológia, az anyagcsere betegségek és a táplálkozás. Az EPODE megálmodója és alapítója (2004). Tagja az ANAES-nak, az Amerikai Diabétesz Egyesületnek, az Amerikai Szív Egyesületnek

² A világ legnagyobb, az elhízás megelőzését szolgáló hálózata az EPODE. 2004-ben Franciaországban kezdte meg működését. Tavaly egy, a gyermekkori elhízást Európa-szerte megelőző átfogó projekt elindítását jelentette be, ebben az ún. OPEN programban 11, a gyermekelhízás ellen fellépő közösségi kezdeményezés kap személyre szabott támogatást. A projekttel közel 4 000 000 európai szándékoznak elérni.

³ A [GYERE Program](#) itthon a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének vezetésével, az Emberi Erőforrások Minisztériuma, Egészségügyért Felelős Államtitkárság, Dunaharaszti Város Önkormányzata, a Semmelweis Egyetem Egészségtudományi Kara és az Országos Gyermkegészségügyi Intézet összefogása és szakmai együttműködése által valósul meg.