

## **SAVJETOVALIŠTA ZA PREVENCIJU I LIJEČENJE PREKOMJERNE TJELESNE TEŽINE I DEBLJINE ODRASLIH OSOBA U ZAVODIMA ZA JAVNO ZDRAVSTVO U REPUBLICI HRVATSKOJ**

**Jasmina Kovačević<sup>1\*</sup>, Vera Musil<sup>2</sup>, Vesna Jureša<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Zavod za javno zdravstvo Požeško-slavonske županije, Županijska 9, 34000 Požega, Hrvatska

<sup>2</sup>Sveučilište u Zagrebu, Medicinski fakultet, Škola narodnog zdravlja „Andrija Štampar“, Rockefellerova 4, Zagreb, Hrvatska

### **Sažetak**

Kronične nezarazne bolesti su vodeći uzroci smrti u brojnim zemljama svijeta, tako i u Hrvatskoj. Prekomjerna tjelesna težina je značajan čimbenik rizika za njihov razvoj i najčešće nastaje kao posljedica loših životnih navika. Strateški plan razvoja javnog zdravstva Republike Hrvatske 2013.-2015. predviđao je osnivanje savjetovališta za prevenciju i liječenje prekomjerne tjelesne težine u odraslih osoba u zavodima za javno zdravstvo, no plan je samo djelomično proveden. Cilj ovoga rada bio je ispitati dostupnost informacija o savjetovalištim za prevenciju i liječenje prekomjerne tjelesne težine u odraslih osoba u zavodima za javno zdravstvo u Hrvatskoj pretraživanjem Interneta. Rezultati pretraživanja pokazali su da savjetovalište imaju Hrvatski zavod za javno zdravstvo i 10 od 21 županijskog zavoda za javno zdravstvo. Uz savjetovališta u zavodima, građanima su dostupni i različiti programi nevladinih udruga i drugih ustanova, od kojih su pojedini komercijalni. Od 11 županijskog zavoda za javno zdravstvo koji nemaju savjetovalište, na istom području djeluje 7 savjetovališta izvan zavoda. Pomoć osobama s prekomjernom tjelesnom težinom u Hrvatskoj je nedostatna i neujednačena obzirom na teritorijalnu rasprostranjenost. Potrebno je reguliranje i ujednačavanje rada savjetovališta u zavodima za javno zdravstvo, te kadrovska i financijska potpora, kako bi stručna pomoć bila široko dostupna i pod podjednakim uvjetima.

**Ključne riječi:** prekomjerna tjelesna težina, debljina, zavod za javno zdravstvo, savjetovalište

## **COUNSELING FOR THE PREVENTION AND TREATMENT OF EXCESSIVE BODY WEIGHT AND ADULT OBESITY AT PUBLIC HEALTH INSTITUTIONS IN CROATIA**

**Jasmina Kovačević<sup>1\*</sup>, Vera Musil<sup>2</sup>, Vesna Jureša<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Požeško-slavonska County Institute of Public Health, Županijska 9, 34000 Požega, Croatia

<sup>2</sup>University of Zagreb, School of Medicine, Andrija Štampar School of Public Health, Rockefellerova 4, Zagreb, Croatia

### **Abstract**

Noncommunicable diseases have been the leading cause of death in many countries, including Croatia. Overweight is an important risk factor for the occurrence, commonly as a result of poor lifestyle. Establishment of the counseling services for the prevention and treatment of overweight and obesity in adults in public health institutes was in Strategic Plan of Public Health Development in Croatia 2013.-2015., but it was not operationalized. The aim of this paper was to make a snapshot of the availability of information about the counseling service for the prevention and treatment of overweight and obesity in adults in public health institutes in Croatia by searching the Internet. Counseling service was present in Croatian Institute of Public Health and in 10 public health institutes. Programs of non-governmental organizations and other institutions also have been available, some of them on commercial basis in 7

(out of 11) counties without counseling service in the public health institutes. Due to observed unequal access, regulation and standardization of counseling services in public health institutes and personnel and financial support is necessary that equal professional help would be available.

**Key words:** overweight, obesity, public health institute, counseling service

Popis kratica

Republika Hrvatska - RH

Europska unija – EU

National Institute for Health and Care Excellence – NICE

Ministarstvo zdravstva – MZ

Hrvatski zavod za javno zdravstvo – HZJZ

Hrvatski Crveni križ – HCK

## Uvod

Kronične nezarazne bolesti, posebice bolesti srca i krvnih žila i rak su vodeći uzroci smrti u svim razvijenim zemljama svijeta, tako i u Republici Hrvatskoj (RH)., Hrvatska pripada među zemlje u Europi koje imaju srednje visoke stope smrtnosti od bolesti srca i krvnih žila, 2013. godine 324,1/100.000. Ove stope su značajno više od onih zabilježenih u zemljama „starim“ članicama Europske Unije (EU), prije 2004. Godine, 2013. godine 151,6/100.000 (World Health Organization, European Health for All Database, 2013).

Čimbenici rizika pobola i smrtnosti od bolesti srca i krvnih žila dijele se u dvije skupine, čimbenike na koje možemo utjecati i one ne koje ne možemo. Čimbenici na koje možemo utjecati su: životni stil ili životne navike, odnosno nepravilna prehrana, tjelesna neaktivnost te posljedično prekomjerna tjelesna težina i pretilost, pušenje, prekomjerna konzumacija alkohola i stres. Čimbenici na koje ne možemo utjecati su: dob, spol i naslijeđe (World Heart Federation, 2016).

Pokazalo se da populacijski pristup bolesti srca i krvnih žila baziran na promjeni životnog stila, uz skrb za osobe s čimbenicima rizika te odgovarajućem liječenju oboljelih, donosi brojne prednosti i uštede. Prema izvješću *National Institute for Health and Care Excellence (NICE)* ovakav populacijski preventivni pristup: smanjuje nejednakosti u zdravlju, donosi uštede za izbjegnute nepovoljne srčano-žilne događaje, prevenira nastanak raka, bolesti dišnog sustava i šećerne bolesti, donosi uštede vezano uz liječenje bolesti srca i krvnih žila (lijekovi, posjete), donosi ušt-

ede zbog manje izostanka s posla kao posljedice bolesti, unapređuje kvalitetu i duljinu život (NICE, 2010). Ministarstvo zdravstva (MZ) RH je još 2001. godine napravilo prijedlog Nacionalnog programa prevencije kardiovaskularnih bolesti, koji je od tada u više navrata dopunjavan i unapređivan, ali do danas nije došlo do potpune njegove primjene u praksi i sustavnog provođenja (MZ, 2001).

Debljina je značajan bihevioralni čimbenik rizika za nastanka najučestalijih kroničnih nezaraznih bolesti današnjeg čovjeka, a nastaje najčešće kao posljedica loših životnih navika. Rezultati Hrvatske zdravstvena ankete iz 2003. godine, pokazuju da je u RH udio odraslih osoba s debljinom 20,4% (Heim, 2005). Prosječna godišnja stopa porasta od 2008. godine je 10,6% u muškaraca i 11,1% u žena (Musić Milanović, 2010).

Smjernice NICE vezano uz pristup debljini kao rizičnom čimbeniku navode kako je potrebna akcija cijele zajednice: javnosti, zdravstvenog sustava, lokalnih zajednica, kroz cijeli život: u vrtićima, školama, na radnim mjestima, u domovima umirovljenika te dostupnost programa u zajednici namijenjenih osobama s prekomjernom tjelesnom težinom, kako bismo se uspješno suprotstavili epidemiji debljine (NICE, 2016). Ovakav pristup rješavanju javnozdravstvenih probleme jasno je istaknut i u Povelji iz Ottawe gdje je navedeno pet elemenata važnih za unapređenje zdravlja: unapređenje javne politike zdravlja, stvaranje podržavajuće okoline, jačanje učešća zajednice, poboljšanje osobnih vještina i reorijentacija zdravstvene službe (Ottawa Char-

ter for Health Promotion, 1986.).

Izvjешće o ekonomskoj analizi navodi kako se prema procjenama nekih studija može smatrati da debljina i bolesti koje uzrokuje čine i do 20% troškova zdravstvenog sustava (Dobbs, 2014).

Problem prekomjerne tjelesne težine stanovnika RH jasno je istaknut u Nacionalnoj strategiji razvoja zdravstva 2012.-2020., kao i povezanost s lošim prehrambenim navikama i tjelesnom neaktivnosti (Vlada RH, 2012). Iz Nacionalne strategije razvoja zdravstva proizišao je Strateški plan razvoja javnog zdravstva RH, 2013.-2015. u kojem je predviđeno osnivanje savjetovališta za prevenciju i liječenje prekomjerne tjelesne težine i pretilosti odraslih osoba do 2014. godine (Vlada RH, 2013). Temeljem Strateškog plana razvoja javnog zdravstva 2013.-2015. izrađen je Akcijski plan za prevenciju kroničnih nezaraznih bolesti 2015.-2020. u kojem nije predviđeno osnivanje savjetovališta u zavodima za javno zdravstvo. Akcijskim planom je predviđeno da se na razini primarne zdravstvene zaštite, radi s osobama koje imaju prekomjernu tjelesnu težinu i druge pridružene bolesti kao što su hipertenzija i/ili dijabetes, no navedeni plan nije operacionaliziran (Vlada RH, 2015).

**Cilj rada** je ispitati dostupnost informacija o savjetovalištima za prevenciju i liječenje prekomjerne tjelesne težine u odraslih osoba u zavodima za javno zdravstvo u Hrvatskoj.

## Materijali i metode

Pretraživanje Interneta učinjeno je pomoću Internet pretraživača *Google Search*. Pretraživanje je učinjeno korištenjem ključnih riječi: zavod za javno zdravstvo, naziv županije, savjetovalište, prekomjerna tjelesna težina, debljina te naziva gradova koji su središta županija: Bjelovar, Čakovac, Dubrovnik, Gospić, Karlovac, Koprivnica, Krapina, Osijek, Pazin, Požega, Sisak, Slavonski Brod, Split, Šibenik, Virovitica, Vinkovci, Varaždin, Zadar, Zagreb. Prikupljene informacije s mrežnih stranica zavoda za javno zdravstvo i Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo (HZJZ), prikazane su tablično: naziv zavoda za javno zdravstvo, naziv savjetovališta/programa/projekta, godina početka rada, način rada - individualni rad/rad u grupi te da li je usluga besplatna ili

komercijalna.

## Rezultati i rasprava

Pretraživanjem mrežnih stranica zavoda za javno zdravstvo u RH (Mreža zavoda za javno zdravstvo, 2016) i Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo (HZJZ, 2016) te informacija dostupnih iz lokalnih medija, napravljena je snimka stanja o dostupnosti informacija o postojanju savjetovališta za prevenciju i liječenje prekomjerne tjelesne težine i debljine u odraslih osoba pri zavodima za javno zdravstvo u RH. Dodatnim pretraživanjem Interneta uočeno je kako osim u zavodima za javno zdravstvo postoje i druge ustanove, kako javne tako i privatne, te nevladine udruge koje nude usluge pomoći osobama s problemom prekomjerne tjelesne težine i debljine.

Prema rezultatima istraživanja, uz HZJZ još 10 od 21 županijskog zavoda za javno zdravstvo imaju neki oblik savjetovališta za prevenciju i liječenje prekomjerne tjelesne težine i debljine odraslih osoba (Tablica 1.).

U županijama gdje postoje savjetovališta u zavodu za javno zdravstvo, u četiri županije uz njih postoje i drugi oblici savjetovališnog rada izvan zavoda. Najviše takvih sadržaja je u Gradu Zagrebu gdje su savjetovališta pri drugim zdravstvenim ustanovama (Subspecijalistička ambulanta za debljinu, 2016.), nevladinim organizacijama (Udruga za prevenciju prekomjerne težine, 2016; Centar za poremećaje hranjenja BEA, 2016) ili privatnim subjektima (Specijalistička ordinacija, 2016; Nutriklinika 2016). U Primorsko-goranskoj županiji je jedno takvo savjetovalište umreženo s Medicinskim fakultetom Sveučilišta u Rijeci (Akademski centar zdravlja, 2016), a drugo je u Opatiji pri Hrvatskom Crvenom križu (HCK) (HCK, 2011.). U Zagrebačkoj županiji je uz savjetovalište u Zavodu za javno zdravstvo Zagrebačke županije i savjetovalište pri HCK (HCK, 2011), a u Virovitičko-podravskoj županiji djeluje osječka nevladina organizacija (Balans, 2016).

Od 11 županija koje nemaju savjetovališta u zavodu za javno zdravstvo, sedam ima savjetovališta izvan zavoda za javno zdravstvo. U Istarskoj županiji savjetovališta su pri drugim zdravstvenim ustanovama, u Domu zdravlja (Istarska

županija, 2016) ili su organizirana od strane grada (Grad Poreč, 2016.).

**Tablica 1.** Savjetovališta za prevenciju i liječenje prekomjerne tjelesne težine i debljine odraslih osoba u Hrvatskoj, stanje na datum 18. studenog 2016. godine

Županija**	Savjetovalište pri ZJZ	Druga savjetovališta koja nisu pri ZJZ
Bjelovarsko-bilogorska	-	-
Brodsko-posavska	-	DA
Dubrovačko-neretvanska	DA	-
Grad Zagreb	DA	DA
Istarska	-	DA
Karlovačka	DA	-
Ko-privničko-križevačka	-	DA
Krapinsko-zagorska	-	DA
Ličko-senjska	-	DA
Međimurska	DA	-
Osječko-baranjske	-	DA
Požeško-slavonska	DA	-
Primorsko-goranska	DA	DA
Sisačko-moslavačka	-	-
Splitsko-dalmatinska	DA	-
Šibensko-kninska	-	DA
Varaždinskažupanije	-	-
Virovitičko-podravska	DA	DA
Vukovarsko - srijemska	DA	-
Zadarska	-	-
Zagrebačka	DA	DA

\* korišten je Internet kao izvor informacija te aktualni programi

\*\* Savjetovalište Hrvastkog zavoda za javno zdravstvo je izdvojeno iz ove tablice

Koprivničko - križevačka, Brodsko - posavska Krapinsko-zagorska, Ličko-senjska i Osječko-baranjska županija imaju savjetovališta pri HCK koja su manje ili više aktivna (HCK, 2011). U Osječko-baranjskoj županiji su savjetovališta pri nevladinim udrugama (Centar zdravlja Vaga, 2016; Balans, 2016) no imaju komercijalni karakter, a u Šibensko-kninskoj pri poslovnom subjektu (Škola mršavljenja, 2014). Savjetovališta pri zavodima za javno zdravst-

vo imaju razlike u nazivlju, načinu rada i dostupnosti savjetovališta. Za detaljniji prikaz programa rada savjetovališta, timova koji sudjeluju u programu i načina financiranja, mrežni izvori ne nude dovoljno informacija. Od 11 zavoda u kojima djeluju savjetovališta, u šest se provodi individualno savjetovanje, a u pet individualno i grupno. Osam zavoda pruža usluge korisnicima isključivo besplatno, jedno je isključivo komercijalno i u tri zavoda je kombinirano besplatno i komercijalno (Tablica 2).

Strateški plan razvoja javnog zdravstva 2013.-2015. definirao je sedam prioriteta razvoja javnog zdravstva do 2015. godine od kojih je prvi - promicanje zdravlja (Vlada RH, 2013.). Temeljem tog cilja, sukladno Europskoj strategiji za prevenciju i kontrolu kroničnih nezaraznih bolesti (World Health Organization, 2006), a vezano uz prevenciju debljine, bilo je predviđeno do 2015. godine sniziti petogodišnju (2003.-2008.) kumulativnu incidenciju debljine sa 8,7% u muškaraca i 20,5% u žena, za najmanje 30%. Jedna od strategijom predviđenih aktivnosti kojom bi se to postiglo bilo je osnivanje savjetovališta za prevenciju i liječenje prekomjerne tjelesne težine i debljine odraslih osoba. Nažalost, u Akcijskom planu za prevenciju kroničnih nezaraznih bolesti 2015.-2020. ovakva savjetovališta nisu predviđena (Vlada RH, 2015).

Objašnjenje za postojeću neujednačenu dostupnost pomoći osobama s problemom prekomjerne tjelesne težine moguće je naći u istom strateškom dokumentu koji je predvidio i osnovne predujete formiranja savjetovališta, a to su osiguravanje ljudskih i materijalnih resursa. Unatoč postavljenim ciljevima koji su trebali biti ostvareni do 2015. godine, do danas nije uspostavljena funkcionalna mreža profesionalaca koji se bave promicanjem zdravlja, nego se poslovi promicanja zdravlja rade u okviru ionako preopterećenih timova javnog zdravstva. Također vezano uz materijalne resurse, predviđeni sustav financiranja za programe i aktivnosti promicanja zdravlja nije u cjelini proveden.

Ograničenje ovog istraživanja je korištenje Interneta kao izvora podataka i postoji mogućnost da isti ne pružaju cjelovitu informaciju. Također, predmet ovoga istraživanja su bila savjetovališta za pomoć odraslim osobama s problemom pre-

komjerne tjelesne težine, a kroz pretraživanje se moglo uočiti da zavodi za javno zdravstvo u pojedinim županija intenzivno rade na prevenciji prekomjerne tjelesne težine i debljine kod djece i mladih kroz savjetovališni rad službi za školsku i adolescentnu medicinu kakva imaju sve županije. U službi za školsku i adolescentnu medicinu provode se programi unapređenja prehrane i tjelesne aktivnosti djece među kojima se ističe dugovječnošću Program Zavoda za javno zdravstvo Istarske županije koji postoji od 1995. godine

(Zavod za javno zdravstvo Istarske županije, 2016).

I na kraju, ne manje važno, ističemo da su se prema analizi prikazanoj u dokumentu *Prevladavanje debljine - početna ekonomska analiza*, programi koji uključuju savjetovanje u trajanju od najmanje 12 tjedana, pri gubitku prekomjerne tjelesne težine, pokazali isplativima te postoji dovoljno dokaza o njihovoj učinkovitosti (Dobbs, 2014).

**Tablica 2.** Savjetovališta za prevenciju i liječenje prekomjerne tjelesne težine i debljine odraslih osoba u zavodima za javno zdravstvo u Hrvatskoj, godina početka rada, oblici rada i plaćanje usluga, stanje na dan 18. studenoga 2016. godine

Zavod za javno zdravstvo (ZJZ)	Naziv Savjetovališta/ Programa/Projekta*	Godina početka rada	Individualni rad/rad u grupi	Besplatno/ komercijalno
ZJZ Dubrovačko-neretvanske županije	Savjetovalište za prehranu	2015.	individualno i grupno	besplatno i komercijalno
ZJZ Grada Zagreba	Centar za preventivnu medicinu	2011.	individualno	komercijalno
ZJZ Karlovačke županije	Savjetovalište za prevenciju prekomjerne tjelesne težine i debljine	2014.	individualno i grupno	besplatno
ZJZ Međimurske županije	Savjetovalište za prevenciju i tretman prekomjerne tjelesne težine i debljine	2008.	individualno i grupno	besplatno
ZJZ Požeško-slavonske županije	Centar zdravlja - Savjetovalište za promjenu životnog stila	2016.	individualno i grupno	besplatno i komercijalno
ZJZ Primorsko-goranske županije	Program prevencije debljine	2012.	individualno i grupno	besplatno
ZJZ Splitsko-dalmatinske županije	Besplatno zdravstveno savjetovanje i promicanje zdravlja	2016.	individualno	besplatno
ZJZ Virovitičko-podravske županije	e - Nutricionističko savjetovalište	2015.	individualno	besplatno
ZJZ Vukovarsko-srijemske županije	Savjetovalište za prevenciju prekomjerne tjelesne težine i debljine	2014.	individualno	besplatno
ZJZ Zagrebačke županije	Promicanje tjelesne aktivnosti i prevencija pretilosti	2016.	individualno	besplatno
Hrvatski zavod za javno zdravstvo	Centar za pravilnu prehranu i tjelesnu aktivnost	2014.	individualno	besplatno

\* korišten je Internet kao izvor informacija te aktualni programi

## Zaključak

Potreba za osnivanjem savjetovališta za prevenciju i liječenje prekomjerne tjelesne težine i debljine u odraslih osoba je prepoznata kroz

Strateški plan razvoja javnog zdravstva RH, 2013.-2015., ali ne i u Akcijskom planu za prevenciju kroničnih nezaraznih bolesti 2015.-2020. Potreba za organiziranom pomoći osobama s problemom prekomjerne tjelesne težine i de-

bljine dobila je i potporu javnosti, što je vidljivo iz rezultata pretraživanja za potrebe ovoga rada, s obzirom da uz savjetovališta pri zavodima za javno zdravstvo postoje i komercijalno dostupni savjetovališni programi raznih nevladinih udruga i drugih ustanova. Reguliranje i ujednačavanje rada savjetovališta pri zavodima za javno zdravstvo te kadrovska i financijska potpora rada, potrebna je kako bi stručna pomoć bila široko dostupna pod podjednakim uvjetima svim odraslim osobama s problemom prekomjerne tjelesne težine i debljine u Hrvatskoj.

## Literatura

1. Akademski centar zdravlja (2016). <http://www.akademskicentarzdravlja.hr/index.php/skola-mr-savljenja>. Pristupljeno 5. studenog 2016.
2. Centar za poremećaje hranjenja BEA (2016). <http://centarbea.hr/Savjetovaliste>. Pristupljeno 5. studenog 2016.
3. Dobbs R, Sawers C, Thompson F et al. (2014). McKinsey Global Institut "Overcoming obesity: An initial economic analysis" file:///C:/Users/501/Downloads/MGI\_Overcoming\_obesity\_Full\_report.pdf. Pristupljeno 8. studenog 2016.
4. Grad Poreč (2016). Debljina - bolest ili izbor. [http://www.zdravi-grad-porec.hr/program\\_debljina.php](http://www.zdravi-grad-porec.hr/program_debljina.php). Pristupljeno 11 studenog 2016.
5. Heim I, Kruhek Leontić D (2005). Pretilost i prekomjerna tjelesna težina u Hrvatskoj. Prostorna distribucija populacijskih kardiovaskularnih rizika u Hrvatskoj U: Vuletic S (ur.) Knjiga sažetaka Znanstvenog skupa simpozija održanog 2. prosinca 2005, Hrvatska akademija znanosti i umjetnosti, 2005.
6. Hrvatski Crveni križ (2011). Savjetovališta za prevenciju i smanjenje prekomjerne tjelesne težine. <http://www.hck.hr/hr/kategorija/kategorije-zastita-zdravlja-prevencija-i-smanjenje-prekomjerne-tjelesne-tezine-savjetovalista-za-prevenciju-prekomjerne-tjelesne-tezine-175>. Pristupljeno 11. studenog 2016.
7. Hrvatski zavod za javno zdravstvo (2016). <http://www.hzjz.hr/sluzbe/sluzba-za-promicanje-zdravlja/odjel-za-prevenciju-debljine/>. Pristupljeno 12. rujna 2016.
8. Hrvatski zavod za javno zdravstvo. Mreža zavoda za javno zdravstvo (2016). <http://www.hzjz.hr/zavod/mreza-zavoda/> Pristupljeno 1. rujna 2016.
9. Hrvatski zavod za javno zdravstvo, Ministarstvo zdravstva Republike Hrvatske (2013). Kardiovaskularne bolesti u Republici Hrvatskoj. [http://hzjz.hr/wp-content/uploads/2013/11/KVB-bilten\\_2011-10-5-2013-3.pdf](http://hzjz.hr/wp-content/uploads/2013/11/KVB-bilten_2011-10-5-2013-3.pdf). Pristupljeno 11. studenog 2016.
10. Istarska županija (2016). Love your Hearth (2016). <http://zdrava-sana.istra-istria.hr/index.php?id=3922>. Pristupljeno 6. studenog 2016.
11. Musić Milanović S (2010). Demografske, bihevioralne i socioekonomske odrednice debljine odraslih u Hrvatskoj. Doktorska disertacija. Sveučilište u Zagrebu [http://medlib.mef.hr/932/1/Music-Milanovic\\_S\\_disertacija\\_rep\\_932.pdf](http://medlib.mef.hr/932/1/Music-Milanovic_S_disertacija_rep_932.pdf). Pristupljeno 11. listopada 2016.
12. Nastavni zavod za javno zdravstvo „Dr. Andrija Štampar“ (2016). <http://www.stampar.hr/hr/preventivna-medicina>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
13. Nastavni zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije (2016). [http://www.zzjz-pgz.hr/programi/brosura\\_web.pdf](http://www.zzjz-pgz.hr/programi/brosura_web.pdf). Pristupljeno 18. studenog 2016.
14. Nevladina udruga Balans (2016). Nutricionističko savjetovalište. <http://nutricionizam-balans.com/web/savjetovaliste/>. Pristupljeno 1. studenog 2016.
15. Nevladina udruga Centar zdravlja Vaga (2016). Savjetovalište "Za zdravlje - VAGA". <http://vaga-zdravlje.hr/index.php/tko-smo>. Pristupljeno 18 studenog 2016.
16. NICE (National Institute for Health and Clinical Excellence) (2010). Prevention of cardiovascular disease, Costing report, Implementing NICE guidance. <https://www.nice.org.uk/guidance/ph25/resources/costing-report-67331053>. Pristupljeno 10. studenog 2016.
17. NICE (National Institute for Health and Clinical Excellence) (2016). Obesity in adults: prevention and lifestyle weight management programmes. <https://www.nice.org.uk/guidance/qs111>. Pristupljeno 10. studenog 2016.
18. Nutriklinika (2016). Nenad Bratković. <http://nenadbratkovic.com/usluge-2/>. Pristupljeno 11. studenog 2016.
19. Ottawa Charter for Health Promotion (1986). First International Conference on Health Promotion, Ottawa, Canada, 17–21 November 1986. World Health Organization. Geneva. <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>. Pristupljeno 9. studenog 2016.
20. Specijalistička ordinacija za endokrinologiju prim. dr. sc. Jozo Jelčić (2016). <http://www.endokrinologija-jelicic.com/o-nama/>. Pristupljeno 11. studenog 2016.

21. Subspecijalistička ambulanta za debljinu (2016) Klinički bolnički centar Zagreb <http://www.endokrinologija.com.hr/o-nama/cime-se-bavimo/subspecijalisticke-ambulante>
22. Škola mršavljenja (2014). Anita Šupe <http://anitasupe.com/shop/skola-mrsavljenja-u-sibeniku/> Pristupljeno 18. studenog 2016.
23. Udruga za prevenciju prekomjerne težine (2016). <http://www.uppt.hr/o-udruzi-mainmenu-29/osnovni-podaci-mainmenu-30> Pristupljeno 7 studenog 2016.
24. Vlada Republike Hrvatske, Ministarstvo zdravlja Republike Hrvatske (2001). Nacionalni program prevencije kardiovaskularnih bolesti. Zagreb.
25. Vlada Republike Hrvatske, Ministarstvo zdravlja Republike Hrvatske (2015). Strateški plan razvoja javnog zdravstva RH, 2012.-2015. [http://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2013/11/plan\\_jz\\_12\\_15\\_.pdf](http://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2013/11/plan_jz_12_15_.pdf). Pristupljeno 2. studenog 2016.
26. Vlada Republike Hrvatske. Ministarstvo zdravlja Republike Hrvatske (2012). Nacionalna strategije razvoja zdravstva 2012.-2020. [http://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2012\\_10\\_116\\_2519.html](http://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2012_10_116_2519.html) Pristupljeno 6. studenog 2016.
27. Vlade Republike Hrvatske (2015). Akcijski plan za prevenciju i kontrolu kroničnih nezaraznih bolesti 2015.-2020. Zagreb.
28. World Health Organization. European Health for all Database, HFA-DB. <http://data.euro.who.int/hfad/>. Pristupljeno 15. studenog 2016.
29. World Health Organisation (2006). Gaining health. The European Strategy for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases. <http://www.euro.who.int/en/publications/abstracts/gaining-health.-the-european-strategy-for-the-prevention-and-control-of-noncommunicable-diseases>. Pristupljeno 15. rujna 2016.
30. World Heart Federation (2016). Cardiovascular disease risk factors. <http://www.world-heart-federation.org/cardiovascular-health/cardiovascular-disease-risk-factors/>. Pristupljeno: 12. rujna 2016.
31. Zavod za javno zdravstvo Bjelovarsko-bilogorske županije (2016). <http://zzjz.techlab.hr/>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
32. Zavod za javno zdravstvo Brodsko-posavske županije (2016). <http://www.zzjzbpz.hr/>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
33. Zavod za javno zdravstvo Dubrovačko-neretvanske županije (2016) <http://zzjzdnz.hr/hr/usluge/savjetovaliste-za-prehranu>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
34. Zavod za javno zdravstvo Istarske županije (2016). <http://www.zzjziz.hr/index.php?id=141>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
35. Zavod za javno zdravstvo Karlovačke županije (2016). <http://zjzka.hr/savjetovaliste-za-prevenciju-prekomjerne-tjelesne-tezine-i-debljine/>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
36. Zavod za javno zdravstvo Koprivničko-križevačke županije (2016). <http://www.zzjz-kkz.hr/>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
37. Zavod za javno zdravstvo Krapinsko-zagorske županije (2016). <http://www.zzjzkkz.hr/>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
38. Zavod za javno zdravstvo Ličko-senjske županije (2016). <http://www.zzjzlsz.hr/>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
39. Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije (2016) <http://zzjz-ck.hr/?task=group&gid=11&aid=71>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
40. Zavod za javno zdravstvo Osječko-baranjske županije (2016). <http://www.zzjzosijsk.hr/>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
41. Zavod za javno zdravstvo Požeško-slavonske županije (2016). <http://www.zjz-pozega.hr/>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
42. Zavod za javno zdravstvo Sisačko-moslavačke županije (2016). <http://zzjz-sk.hr/site/>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
43. Zavod za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije (2016). <http://www.nzjz-split.hr/zavod/index.php>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
44. Zavod za javno zdravstvo Šibensko-kninske županije (2016). <http://www.zzjz-sibenik.hr/>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
45. Zavod za javno zdravstvo Varaždinske županije (2016). <http://www.zzjzvv.hr/>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
46. Zavod za javno zdravstvo Virovitičko-podravskoe županije (2016). <http://www.zzjzvpz.hr/index.php?sadrzaj=e-nutricionizam>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
47. Zavod za javno zdravstvo Vukovarsko-srijemske županije (2016). <http://www.zzjz-vsz.hr/index.php/vijesti/obavijesti/item/81-savjetovaliste-za-prevenciju-prekomjerne-tjelesne-tezine-i-debljine>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
48. Zavod za javno zdravstvo Zadarske županije (2016). <http://www.zjz-zadar.hr/>. Pristupljeno 18. studenog 2016.
49. Zavod za javno zdravstvo Zagrebačke županije (2016). [http://zzjz-zz.hr/programi\\_6.html](http://zzjz-zz.hr/programi_6.html). Pristupljeno 18. studenog 2016.