

### **III. hrvatski kongres o debljini s međunarodnim sudjelovanjem, Opatija, 4. - 6. travnja 2008.**

**(3rd Croatian Congress with International Participation, Opatija , April 2008.)**

Njunjić S

Udruga za prevenciju prekomjerne težine

Udruga za prevenciju prekomjerne težine sudjelovala je (drugi puta) aktivno u radu III. Kongresa o debljini s međunarodnim sudjelovanjem, održanog u Opatiji od 4. do 6. travnja 2008. godine, prezentirajući svoj dosadašnji rad: „Uloga UPPT u realizaciji Akcijskog plana prevencije prekomjerne težine“ (predavači Sonja Njunjić i Mirela Vidović). Naglasak je bio na aktivnosti i provođenju programa za razdoblje 2007. godine u kojoj je Udruga aktivno uključena u provedbu Akcijskog plana o prevenciji prekomjerne težine za razdoblje 2007. do 2012. godine, a odnosi se na promicanje zdravlja i primarnu prevenciju prekomjerne tjelesne težine (povećane tjelesne težine i debljine) za stanovništvo svih dobnih skupina radi usvajanja znanja i vještina potrebnih za očuvanje zdravlja edukativno-zdravstvenim akcijama uz potporu i savjetovanje liječnika različitih profila.

Kolika je važnost ovog Kongresa govori podatak o različitim temama i sudjelovanju velikog broja liječnika specijalista i stručnjaka, opće, odnosno obiteljske medicine, epidemiologa, internista, endokrinologa, kardiologa, pulmologa, kirurga, ginekologa i svih ostalih stručnjaka koji su raspravljali i prezentirali važna pitanja o epidemiologiji, etiologiji i patogenezi bolesti, te prezentirali i raspravljali o novostima u dijagnosticiranju i liječenju debljine .

Pretilost kao posljedica prekomjerne težine postaje jedan od vodećih zdravstvenih problema u svijetu. U velikom broju zemalja do 50% odraslih ima prekomjernu tjelesnu masu, a poznato je da jedanput kada problem nastane, nije lako riješiv. Zato je djecu, kao ciljnu skupinu, nužno što ranije educirati o prevenciji pretilosti.

Nažalost, u odnosu na 2003. godinu, trend porasta prekomjerne težine u cijelom svijetu, a i u nas, je stalan. Zapravo epidemija uzima sve više maha.

Prateći predavanja i izlaganja uvaženih stručnjaka na Kongresu, utvrđeno je nekoliko osnovnih činjenica koje su se na prošlom Kongresu raspravljale i bile predmet plana aktivnosti do ovog Kongresa.

1. Debljina je dobila međunarodnu klasifikacijsku oznaku kao BOLEST E-66.
2. Nužnost liječenja debljine kirurškim zahvatima (barijatrijskim operacijama želuca i ugradnjom balona, podesivih vrpca i slično).
3. Nužnost medikamentozne terapije debljine (ravnopravnim preporukama registriranih lijekova na našem tržištu).
4. Daljnjom edukacijom, primjerenom preventivom te promjenom životnih stilova (uz promjenu prehrambenih navika i pojačanu tjelesnu aktivnost) ti se problemi mogu riješiti, kako u interesu pojedinca, tako i cjelokupne zajednice.

#### Smjernice za daljnji rad Udruge

Za postizanje određenih strateških ciljeva u liječenju pretilosti važna je dostupnost informacija koje bi omogućile da što više ljudi usvoji način odabira i pripreme namirnica u svom domaćinstvu, s tim da se omogući odabir kvalitetnih obroka na radnom mjestu, u ugostiteljskim objektima te poglavito u školama i dječjim vrtićima (što je već učinjeno početkom ove godine).

Također je bitno spomenuti da organizacije, ustanove, stručne institucije i struka uz suradnju s udrugama koje promiču zdravlje i sportske aktivnosti stalno uspostavljaju i ostvaruju suradnju (upotrebom zajedničkih objekata za edukaciju omogućujući tako vježbanje što većeg broj građana, osobito djece).

Što se tiče strategije u prevenciji i zaustavljanju porasta broja debelih osoba, gotovo svi stručnjaci suglasni su u jednom; ključna strategija u kontroli trenutne epidemije debljine trebala bi biti

prevencija, u čemu veliku ulogu ima upravo Udruga svojim uključivanjem u rješavanju ovog problema. Djecu treba razmatrati kao ciljanu populaciju kod koje što ranije treba krenuti sa strateškim akcijama usmjerenim ka prevenciji pretilosti.

Kroz sve navedene projekte i akcije, uključivanjem svih zdravstvenih djelatnika, KLJUČNA STRATEGIJA TRENUTNE EPIDEMIJE PRETILOSTI TREBALA BI BITI PREVENCIJA KROZ EDUKACIJU NA SVIM RAZINAMA I REDOVITU KONTROLU KROZ DIJAGNOSTIČKE PREGLEDE kao najbolji i najjeftiniji način održavanja i postizanja zdravlja na duže vrijeme.

\*\* Više o Kongresu pročitajte u kompletnom tekstu na web stranicama Udruge [www.uppt.hr](http://www.uppt.hr) pod Aktivnosti, Zdravstvena kultura. Sažetak je objavljen u časopisu Zdrav život br. 60 / lipanj 2008.