

Smanjenje unosa soli hranom u Crnoj Gori

¹Ena Grbović, ²Mensud Grbović

¹Institut za javno zdravlje Crne Gore

²Ministarstvo zdravlja Crne Gore

Najčešći uzrok smrti u strukturi mortaliteta u Crnoj Gori 2009. godine poticalo je od bolesti cirkulacijskog sustava (55%), malignih neoplazmi (16%), a nedefinirani uzroci smrti su bili čak na trećem mjestu, s udjelom od 13%. Prema podacima Svjetske zdravstvene organizacije (WHO), procjene prevalencije pojedinih čimbenika rizika za 2008. godinu za Crnu Goru su: HTA kod osoba dobi ≥ 25 godina života 42,0 posto za muškarce i 32,5 posto za žene, pretilost kod osoba dobi ≥ 20 godina života 22,08 posto za muškarce i 20,7 posto za žene i povišena glikemije natašte kod osoba dobi ≥ 25 godina života 9,8 posto za muškarce i 8,4% za žene.

Prema podacima iz Nacionalne studije o zdravstvenom stanju stanovništva iz 2008. godine: pevalencija HTA (mjerjenja izvršena tijekom ankete), među odraslom populacijom (20 i više godina starosti) je iznosila 32,7% (tj. svaka treća odrasla osoba je imala hipertenziju ili potencijalnu hipertenziju, ili je uzimala lijekove za smanjenje krvnog tlaka) što je znatno niže u odnosu na podatke iz 2000. godine (43,4%). Nacionalna zdravstvena anketa iz 2008. godine je pokazala da više od polovice odrasle populacije ima prekomjernu TM (55,1%), od čega je 40% bilo umjereno pretilo (BMI 25,0-29,9 kg / m²), a 15,1 posto pretilo. Po podacima mortalitetne statistike u Crnoj Gori je od kardiovaskularnih bolesti umrlo 30.436 osoba tijekom desetljeća 2000-2009. godine (52% ženskog spola).

Promjena ponašanja u vezi s konzumiranjem soli treba se odnositi na sve skupine stanovništva, tako da dobro informirani potrošač razumije da smanjenje količine unijete soli ne utječe na njegovo uživanje u hrani, a da se time postigne dugoročni cilj. Dugoročan cilj je da se dostigne prosječna razina unosa soli hranom po stanovniku u Crnoj Gori ispod 5g na dan u skladu s važećim preporukama SZO. Smanjenje unosa soli hranom je neophodno provoditi postupno vodeći računa o izvedivosti planiranih intervencija.

Ključne riječi: smanjenje unosa soli, intervencije