

## **U Hrvatskoj 35 posto djece s prekomjernom težinom, odraslih 60 posto!**

Kategorija: VIJESTIAžurirano: Ponedjeljak, 19 Ožujak 2018 13:51  
Objavljeno: Ponedjeljak, 19 Ožujak 2018 13:51

---

### **#ALARMANTNE BROJKE#**

U Hrvatskoj danas oko 60 posto populacije ima prekomjernu težinu ili je debelo, no posebno zabrinjava značajni porast prekomjerno teških i debelih među djecom i mladima, kojih ima oko 35 posto, što je za oko 15 posto više nego prije desetak godina, upozorio je u ponedjeljak predsjednik Hrvatskog društva za debljinu Davor Štimac na konferenciji o debljini organiziranoj u povodu Hrvatskog dana osviještenosti o debljini.

"Glavni uzrok debljine danas je način života, koji je drugačiji nego prije 30 godina. Debljina je povezana s prekomjernim unosom hrane i kalorija te smanjenom tjelesnom aktivnošću, zbog čega broj prekomjerno uhranjenih i debelih sve više raste", rekao je Štimac.

### **Debeli ljudi puno skuplji za zdravstveni sustav**

Najveća je opasnost kod djece i mladih, pa je tu potreban veći angažman društvene zajednice i sustava obrazovanja. Nezdrava hrana i sjedeći način života kod djece su prisutniji nego ranije, djeca sjede pred kompjuterima umjesto da se igraju na igralištima, a hrana koja se nudi oko škola nije baš zdrava. To sve dovodi do sve deblje mlade populacije, kaže Štimac.

Debljina je u podlozi brojnih bolesti, poput šećerne bolesti, povišenog krvnog tlaka, bolesti zglobova i malignih bolesti, pa na taj način izravno utječe na skraćivanje života. Samo liječenje šećerne bolesti godišnje zdravstveni sustav košta oko 4 milijarde kuna.

"Debeli ljudi puno su skuplji za zdravstveni sustav, jer ako imate prekomjernu tjelesnu težinu opasnost da ćete oboljeti puno je veća nego ako vam je težina normalna", rekao je Štimac.

Po podacima Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo, u Hrvatskoj i Europi više od polovice osoba starijih od 18 godina ima prekomjernu tjelesnu masu i debljinu (57,4 posto), od čega se debelima smatra 18,7 posto stanovnika. Muškarci su značajnije deblji od žena - njih 20,8 posto u odnosu na 16,8 posto žena.

Također, podaci iz 2015. pokazuju da 34,9 posto djece u Hrvatskoj ima prekomjernu tjelesnu masu i debljinu, od čega se debelom smatra 14 posto djece. Među njima je više dječaka - 17,2 posto, te 10,7 posto djevojčica, a zabrinjavajući je podatak da se u proteklih 12 godina udio djece s prekomjernom tjelesnom masom i debljinom povećao za gotovo 15 posto.

### **Provjera kardiovaskularnog rizika**

Predsjednica Udruge za prevenciju prekomjerne težine Sonja Njunjić istaknula je kako se radi o drugoj konferenciji na temu debljine na kojoj će stručnjaci govoriti o važnosti uočavanja uzroka i posljedica debljine, važnosti psihološke pomoći i motiviranju za stvaranje zdravih životnih navika.

Organizatori su Udruga, Grad Zagreb i Zaklada "Hrvatska kuća srca", koja je po prvi puta predstavila kalkulator kardiovaskularnog rizika koji će biti dostupan građanima na njihovoj Internet stranici.

## U Hrvatskoj 35 posto djece s prekomjernom težinom, odraslih 60 posto!

Kategorija: VIJESTIAžurirano: Ponedjeljak, 19 Ožujak 2018 13:51

Objavljeno: Ponedjeljak, 19 Ožujak 2018 13:51

---

Kako je debljina jedan od čestih uzroka kardiovaskularnih bolesti, građani će moći provjeriti svoj kardiovaskularni rizik, a pri tome im se sugerira promjena loših životnih navika, navela je članica Upravnog odbora Zaklade Ivana Portolan Pajić.

"U Hrvatskoj je još uvijek percepcija da je debljina samo estetski problem, no to je i dijagnoza, a debljina je u podlozi brojnih kroničnih nezaraznih bolesti. Stoga se tome treba pristupiti ozbiljno jer je potrebna promjena životnog stila, prehrambenih navika i više tjelesne aktivnosti", dodala je.

Odluku o proglašenju Hrvatskog dana osviještenosti o debljini donio je lani Hrvatski sabor, jer se radi o jednom od najvećih javnozdravstvenih problema današnjice.

(Hina)

