



igrom do zdravlja

PRIOPĆENJE ZA MEDIJE

Održan četvrti **Croatian Obesity Forum** pod nazivom „Debljina i imunosni sustav u djece“

(Zagreb, 4. ožujka 2021.) – Održan je već tradicionalni, četvrti po redu, stručni simpozij „Croatian Obesity Forum“ u organizaciji programa PETICA – igrom do zdravlja Hrvatskog liječničkog zbora i Agencije za odgoj i obrazovanje. Tema ovogodišnjeg Forumu bila je **debljina i imunosni sustav u djece**, a nova znanstvena saznanja i iskustva iz prakse na tu temu iznijeli su vodeći stručnjaci iz područja epidemiologije, pedijatrije, imunologije, kineziologije i nutricionizma.

Croatian Obesity Forum održao se povodom Svjetskog dana debljine koji se obilježava 4. ožujka svake godine. Ova pandemija modernog doba, o kojoj je potrebno dodatno podizati svijest, prisutna je u 38 milijuna djece diljem svijeta prema navodima Svjetske zdravstvene organizacije. Upravo zato je naglasak ovogodišnjeg Forumu bio na **uskoj povezanosti prekomjerne tjelesne mase i debljine te smanjene funkcije imunosnog sustava u djece**. U svijetlu još jedne pandemije, i to one koronavirusne, saznanja upravo na ovu temu izazvala su veliki interes. Dokaz tomu je činjenica da je Forum, u svom virtualnom formatu, privukao interes od preko 700 prosvjetnih radnika, liječnika, ljekarnika, ostalih zdravstvenih djelatnika te ostale opće populacije.

Početak dvosatnog webinaru započeo je pozdravom predsjednika Hrvatskog liječničkog zbora, prof. dr. sc. Željka Krznarića, dr. med., koji je istaknuo važnost provedbe javnozdravstvenih programa kojima se naglašava nužnost pravovremene prevencije debljine. Hrvatski liječnički zbor provodi **već sedmu godinu za redom program PETICA-igrom do zdravlja** u 24 zagrebačke osnovne škole čime educira **1700 učenika nižih razreda te njihove roditelje** o važnosti pravilne prehrane i tjelesne aktivnosti za zdravlje. U programu je dosada sudjelovalo **preko 12 000 dionika, a provedeno je više od 3100 predavanja i radionica**.

Važnost ovakvog programa dodatno naglašava i činjenica da 31% dječaka i 20% djevojčica imaju prekomjernu tjelesnu masu ili debljinu već u dobi od 11 godina prema podacima Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo.

PROGRAM PREVENCIJE PRETILOSTI DJECE ŠKOLSKE DOBI

Hrvatski liječnički zbor · Šubićeva 9 · HR-10 000 Zagreb · Tel. +385 (0)1 46 93 300 · Fax: +385 (0)1 46 55 066

OIB: 60192951611 · Žiro račun kod Zagrebačke banke d. d. · SWIFT: ZABAHR2X · IBAN: HR7423600001101214818 · PNB: 268-120



Projekt PETICA - igrom do zdravlja dio je EPODE međunarodne mreže (EIN) programa čiji je cilj smanjenje stope pretilosti u djece školske dobi diljem svijeta.

petica@hlz.hr
www.petica.hr



igrom do zdravlja

Kako su lošije životne navike te sjedilački način života čimbenici rizika za pojavu debljine, a onda posljedično i drugih pratećih bolesti koje pridonose i smanjenoj funkciji imunskog sustava, istaknula je pedijatrica **dr. sc. Katja Dumić Kubat, dr. med.** iz Kliničkog bolničkog centra Zagreb. Također, upozorila je da se u djece najčešće radi o tzv. primarnoj ili konstitucijskoj pretilosti koja nastaje kao rezultat kroničnog nesrazmjera između kalorijskog unosa i potrošnje, a klinički se očituje kao nakupljanje masnog tkiva. Napomenula je kako će **većina pretile djece postati jednog dana pretile odrasle osobe**. Pedijatrica Dumić Kubat naglasila je kako su komplikacije pretilosti u dječjoj dobi mnoge te kako ih je moguće spriječiti uz pomoć timskog pristupa problemu s naglaskom na primarnu prevenciju ili pak liječenje koje je multidisciplinarno, usmjereno na cijelu obitelj i što ranije započeto. U sklopu predavanja dr.sc. Dumić Kubat istaknula je kako je prema istraživanjima upravo 22% djece koje je hospitalizirano zbog infekcije COVID-19 bilo pretilo. Također, prikazani su i podaci jednog američkog istraživanja koji ukazuju na to da su teški oblici infekcije COVID-19 prisutni upravo u one djece koja su pretila i to u njih čak 67%.

U sklopu Croatian Obesity Foruma imali smo priliku poslušati i **doc. dr. sc. Sanju Šalaj** s Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu koja je upozorila na važnost redovite tjelesne aktivnosti za zdravlje djece i odraslih upravo zbog **protuupalnog djelovanja vježbanja**, no istaknula je kako bismo “zaradili” takav povoljan učinak tjelesne aktivnost na zdravlje moramo biti redovito i kontinuirano aktivni.

Osim predstavljanja kontinuiranog rada programa PETICA – igrom do zdravlja, prikazan je i program Vrtim zdravi film usmjeren na učenike sedmih i osmih razreda osnovnih škola. **Dr.sc. Dijana Majer** Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo prikazala je rezultate programa na razini Hrvatske, Bosne i Hercegovine te Republike Srbije.

Također, dodatno je ukazala na trendove koji pogoduju razvoju debljine poput nedovoljne zastupljenosti povrća u prehrani, povećani unos gaziranih i slatkih pića, nedovoljna razina tjelesne aktivnosti i povećani udio vremena provedenim pred ekranima.

Posebnu zahvalu organizacijski tim Croatian Obesity Foruma upućuje svim predavačima, aktivnim i pasivnim sudionicima simpozija koji su prepoznali važnost prevencije pretilosti koja je podloga za razvoj drugih ozbiljnih, pratećih bolesti kako u odraslih tako i u djece. Snimku s Croatian Obesity Foruma možete preuzeti na sljedećem linku: [COF 2021](#)

Za više informacija obratite se:

Sari Cobal, mag. nutr. voditeljica programa „PETICA-igrom do zdravlja“

E-mail: cobal.epode@hlz.hr