

Tyjemy. W ciągu ostatnich 40 lat odsetek osób otyłych na świecie wzrósł niemal trzykrotnie

# Otyłość kontra Narodowy Program Zdrowia



Fot. Gettyimages/ Gary Waters

W Polsce działania związane zarówno ze zdrowiem publicznym, jak i z samą promocją zdrowia przez lata były rozproszone – część z nich była koordynowana na poziomie jednostek samorządu terytorialnego, a część na poziomie centralnym. Taki stan rzeczy wymagał usystematyzowania i m.in. dlatego powstała tak długo oczekiwana ustawa o zdrowiu publicznym, której bardzo istotnym elementem jest Narodowy Program Zdrowia. Skąd się więc biorą tak znaczne opóźnienia w jego implementacji?

W latach 70. ubiegłego wieku nadmierna masa ciała występowała w Polsce u mniej niż 10 proc. uczniów, podczas gdy obecnie już co piąte dziecko w wieku szkolnym boryka się z nadwagą lub otyłością.

Wzrost częstości występowania nadwagi i otyłości wśród polskich dzieci to efekt głębokich zmian stylu życia, w tym głównie ograniczenia aktywności fizycznej i spożywania zbyt dużej ilości wysokokalorycznych przekąsek. Z badań wynika, że ponad 50 proc. dzieci i młodzieży w Polsce na co dzień żywi się źle.

### Niepokojące przewidywania

Najnowsze doniesienia naukowe potwierdzają, że epidemia otyłości wcale nie zwalnia, wręcz przeciwnie – na całym świecie szybko narasta. W ciągu ostatnich 40 lat odsetek osób otyłych na świecie wzrósł już niemal trzykrotnie: z 3,2 proc. w 1975 r. do 10,8 proc. w 2014 r. wśród mężczyzn oraz z 6,4 proc. do 14,9 proc. wśród kobiet.

Jeśli obecne trendy się utrzymają, to w 2025 r. na otyłość będzie już cierpieć 18 proc. mężczyzn i 21 proc. kobiet na świecie. Tym bardziej warto więc pamiętać, że otyłość to nie tylko defekt estetyczny, lecz także groźna choroba i główna przyczyna wielu innych chorób, takich jak cukrzyca, choroby układu krążenia (nadciśnienie tętnicze, udar mózgu) czy nowotwory.

Bez podjęcia zdecydowanej i zakrojonej na szeroką skalę walki z tym problemem młode pokolenie Polaków czeka ponura przyszłość. Może ono żyć krócej od pokolenia swoich rodziców z powodu licznych chorób przewlekłych i powikłań związanych z nadmierną masą ciała. Obecnie szacuje się, że 175 tys. osób w Polsce umiera z przyczyn kardiologicznych. To oznacza, że każdego roku z tego powodu znika z mapy Polski miasto wielkości Olsztyna lub Zabrza.

Aż 46 proc. wszystkich zgonów ma związek z chorobami układu sercowo-naczyniowego. W tym zakresie w Polsce odnotowujemy nadumieralność. Rozpoznanie czynników ryzyka w naszym społeczeństwie jest bardzo duże.

### Co z Urzędem Zdrowia Publicznego?

Opóźnienia w sprawie wdrożenia kolejnej edycji – na lata 2016–2020 – Narodowego Programu Zdrowia (NPZ) są ponadto związane z zamrożeniem na kolejne miesiące puli 140 mln zł, które od stycznia tego roku (taka była pierwotna data uruchomienia nowego NPZ) mogły być już wykorzystywane na rzecz pacjentów. Stagnacja w kwestii NPZ może rodzić niepokój, nawet w obliczu zmian zapowiedzianych przez ministra Konstantego Radziwiłła.

Planuje się bowiem utworzenie Urzędu Zdrowia Publicznego (UZP), który ma koordynować NPZ, co jest krokiem w dobrym kierunku, jednak nie przedstawiono jeszcze szczegółów tych rozwiązań. Wciąż nieznane są ramy czasowe powstania UZP. W przypadku

„Konieczne jest powstanie ogólnokrajowego, konsekwentnie realizowanego programu”

uzależnienia uruchomienia NPZ od powstania Urzędu czekają nas kolejne miesiące opóźnień w implementacji Programu. W takiej sytuacji – biorąc pod uwagę to, jak dużym przedsięwzięciem logistycznym, kadrowym i organizacyjnym jest stworzenie UZP – wdrożenie tego kluczowego dokumentu w życie może się okazać dalece przesunięte w czasie względem pierwotnie planowanego terminu.

### Wygrać walkę z otyłością

Popatrzmy na ulice – osób otyłych jest zdecydowanie więcej niż tych o normalnej wadze. Coraz częściej widzimy też pulchne dzieci z drożdżówką, lodami i słodkimi napojami, często w zastępstwie podstawowych posiłków. Walka z nadwagą i otyłością u dzieci staje się kwestią priorytetową. Sloganem jest już stwierdzenie, że od nas samych, od tego, jak żyjemy i jak się odżywiamy, zależy kondycja naszego zdrowia. Tylko przez zmniejszenie wagi i aktywność fizyczną możemy zredukować liczbę zachorowań na cukrzycę, choroby nowotworowe i układu krążenia prawie o 60 proc. Jest więc o co walczyć. Aby jednak tę walkę wygrać, potrzebna jest konsekwentna realizacja kilku zadań.

„Popatrzmy na ulice – osób otyłych jest zdecydowanie więcej niż tych o normalnej wadze”

### Ogólnokrajowy program

Po pierwsze, konieczne jest powstanie ogólnokrajowego, konsekwentnie realizowanego programu. Taki cel przyświeca co prawda Narodowemu Programowi Zdrowia, ale jak już wspomniano, nie został on jeszcze wdrożony w życie. Trudno zrozumieć, dlaczego tak się dzieje, skoro po raz pierwszy na działania w nim zapisane są przeznaczone konkretne pieniądze.

Aby realizacja programu przynosiła odpowiednie efekty, konieczna jest spójna współpraca organizacji pozarządowych, samorządów, uczniów, nauczycieli i rodziców. Tylko wtedy osiągniemy efekt skali. Mamy już dobre programy edukacyjne (np. „Trzymaj formę”),





Fot. archiwum

„Potrzeba osób, które doskonale rozumieją tematykę zdrowia publicznego i zaczną realizować jej zapisy”

lecz – choć są one dobrze przygotowane i realizowane – brakuje przeniesienia ich na większą populację. Dlatego najważniejszym strategicznym punktem zawartym w Narodowym Programie Zdrowia miał być problem nadwagi i otyłości u dzieci.

### Edukacja zdrowotna

Drugim niezmiernie ważnym zadaniem jest edukacja zdrowotna, z którą wciąż mamy duży kłopot. W przedszkolach i szkołach brakuje nowoczesnego nauczania o fizjologii człowieka, stylu życia i o środowisku, w którym dorasta. Nie wykorzystujemy też zalet, jakie ma interakcja między pokoleniami. Przecież nie tylko rodzice mają wpływ na dzieci, ale również dzieci – jeżeli zrozumieją, jaka jest waga prozdrowotnego trybu życia i jakie płyną z tego korzyści – mogą oddziaływać na swoje otoczenie: dziadków i rodziców, co w efekcie może doprowadzić do samokontroli rodziny.

To właśnie od wiedzy na ten temat zależy, jak później kształtujemy swoje zachowania prozdrowotne.

### Znaczenie profilaktyki

Po trzecie zaś, potrzebujemy dobrze prowadzonej profilaktyki – począwszy od wieku dziecięcego przez okres aktywności zawodowej aż do okresu senioralnego. I tutaj brakuje odrębnie kontraktowanych badań profilaktycznych kierowanych do dzieci i osób starszych.

Przeedefiniowania zasad współpracy wymaga także kontakt lekarza rodzinnego z lekarzem medycyny pracy w zakresie przekazywania sobie wiedzy o pacjencie i wspólnej odpowiedzialności za jego powrót do aktywności zawodowej. Podstawę do tych wszystkich działań dają nam ustawa o zdrowiu publicznym i NPZ.

Potrzeba osób, które doskonale rozumieją tematykę zdrowia publicznego i zaczną realizować jej zapisy. Pracownicy ochrony zdrowia mają świadomość, że od zapobiegania i eliminacji złych nawyków należy rozpocząć, ale czy tak samo myśli i czy to rozumie nasze społeczeństwo?

Uważam, że stoimy w obliczu ogromnego wyzwania – podjęcia wspólnych działań w realizacji najważniejszych programów zdrowotnych.

*Beata Matecka-Libera*

*Autorka jest przewodniczącą sejmowej Podkomisji Stałej do spraw Zdrowia Publicznego, zastępcą przewodniczącego sejmowej Komisji Zdrowia, postęmem na Sejm RP (Platforma Obywatelska).*