



Otyłość u młodzieży wciąż poważnym problemem – wyniki programu Fundacji Medicover na łamach międzynarodowego naukowego czasopisma „Nutrients”

Wyniki programu „PoZdro!” prowadzonego przez Fundację Medicover wskazują, że otyłość pozostaje poważnym problemem polskiej młodzieży we wczesnym okresie dojrzewania. Rezultaty badań obejmujących blisko 20 tysięcy nastolatków zostały właśnie opublikowane w międzynarodowym naukowym czasopiśmie o szerokim zasięgu „Nutrients”.

Artykuł „**Fitness, Żywność i Biomarkery: Charakterystyka składu ciała u 19 634 nastolatków we wczesnym okresie dojrzewania**”, który został opublikowany na łamach recenzowanego czasopisma o żywieniu ludzi „Nutrients”, to próba zobrazowania zjawiska otyłości w populacji polskich nastolatków za pomocą holistycznych badań.

Punktem wyjścia do powstania tego opracowania był jeden z największych na świecie program profilaktyki otyłości, nadwagi i cukrzycy typu 2 skierowany do dzieci i młodzieży o nazwie „PoZdro!”, realizowany przez **Fundację Medicover** w latach 2013-2020. Obejmował on uczestników w wieku 12-14 lat, odbywał się w czterech miastach w Polsce (w Warszawie, Wrocławiu, Lublinie i Gdyni) i składał z dwóch etapów. Pierwszy z nich, to Kompleksowa Analiza Zdrowotna (KAZ) – badania przesiewowe na terenie szkoły, które dostarczały rodzicom najważniejszych informacji o stanie zdrowia dziecka. Uczniowie, u których na etapie KAZ wykazano czynniki ryzyka zachorowania na cukrzycę typu 2, wraz z rodzinami zapraszani byli do kolejnego etapu – Zintegrowanej Opieki Indywidualnej (ZOI). Była to specjalistyczna, 2-letnia opieka i wsparcie we wprowadzaniu zdrowych zmian w codziennym życiu uczestników programu „PoZdro!”. W ramach ZOI uczestnicy korzystali z cyklicznych porad lekarskich, dietetycznych, trenera aktywności fizycznej i wsparcia psychologa. Ponadto, zakwalifikowani uczniowie wraz z bliskimi mieli okazję uczestniczyć w zajęciach sportowych, warsztatach edukacyjnych i kulinarnych. W programie przesiewowym łącznie wzięło udział blisko 20 tysięcy gimnazjalistów, a w dwuletnim cyklu interwencji ZOI – blisko 2000 dzieci z nadwagą i otyłością.

Po zakończeniu programu „PoZdro!” zespół badawczy skupił się na analizie i opracowaniu naukowym informacji uzyskanych w programie. Zgromadzono ogromną bazę danych na temat zdrowia i czynników ryzyka wielotysięcznej populacji nastolatków 12-14 lat oraz uwarunkowań rodzinnych, zachowań związanych ze stylem życia i ich sytuacji społecznej. Niedawno ukończono pierwszy etap analizy, dotyczący epidemiologii nadwagi i otyłości oraz innych parametrów zdrowotnych w dużej grupie blisko 20 tysięcy gimnazjalistów. Główne wyniki wskazują na istotne zróżnicowanie zależne od płci badanej populacji dzieci, zostały opublikowane w marcu br. w międzynarodowym piśmie naukowym o szerokim zasięgu – „Nutrients”.

Jak wyglądały pomiary?

Przeszkolone pielęgniarki zmierzyły (masę, wzrost, BMI) 19 634 nastolatków (12-14 lat), zebrane zostały raporty rodziców (ankiety dotyczące stylu życia w rodzinie) oraz, w przypadku otyłych nastolatków, próbki krwi na czczo – do oceny możliwych chorobowych przyczyn lub skutków otyłości. Badania odbywały się w czterech dużych miastach Polski (w Warszawie, Wrocławiu, Lublinie i Gdyni).

Główne wyniki podsumowane w artykule naukowym, **Nutrients** 25 marca 2022:

- 24.7% chłopców i 18.6% dziewczynek miało nadwagę lub otyłość, w 2886 przypadkach BMI ≥ 90 percentyla.
- Odsetek nadwagi/otyłości wzrastał wraz z wiekiem u chłopców (12 lat 17,8%, 14 lat 26,2%), podczas gdy był stabilny u dziewcząt (12 lat 17,2%, 14 lat 17,6%).
- Słabą i bardzo słabą wydolność fizyczną stwierdzono u 41,7% chłopców i 35,4% dziewcząt.
- Najważniejszym czynnikiem wpływającym na wydolność fizyczną, poza parametrami składu ciała i nadwagą, u chłopców okazało się uprawianie sportu, a u dziewcząt skurczowe ciśnienie tętnicze.
- Chłopcy, w odróżnieniu do dziewcząt, częściej angażowali się w aktywność sportową (>5 godz. tygodniowo 34,7% vs. 23,7%), ale też spożywali więcej fast-foodów i słodkich napojów.

Opublikowany w „Nutrients” opis problemu epidemiologii nadwagi i otyłości dzieci w Polsce jasno wskazuje, że mamy do czynienia z poważnym problemem dla zdrowia publicznego. Coraz częściej występująca nadwaga i otyłość u dzieci i młodzieży może powodować rozwój chorób sercowo-naczyniowych, zwiększoną przedwczesną śmiertelność z powodu zawałów mięśnia sercowego, udarów mózgu i innych schorzeń w tym cukrzycy. Stąd konieczne są długofalowe, systemowe działania ukierunkowane na promocję zdrowego trybu życia, a więc i profilaktykę nadwagi i otyłości

– komentuje prof. dr hab. med. Małgorzata Myśliwiec z Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego, członkini Rady Naukowej programu „PoZdro!” i współautorka publikacji w magazynie „Nutrients”.

Dr n. med. Piotr Soszyński, Dyrektor ds. Strategicznego Doradztwa Medycznego w Medicover w Polsce, przewodniczący Rady Naukowej programu „PoZdro!” i współautor publikacji w magazynie „Nutrients”, przekonuje, że rezultaty programów profilaktycznych, takich jak „PoZdro!”, stanowią konkretną bazę do opracowania celowanych rozwiązań zmierzających do ograniczenia skutków chorób cywilizacyjnych.

Wnioski z doświadczeń „PoZdro!” będą niezwykle ważne dla właściwego planowania działań profilaktycznych, zindywidualizowanych w zależności od płci, nastawienia psychologicznego i wiodącego problemu zdrowotnego, wśród których nadwaga często nie jest najważniejsza

– mówi.

W przygotowaniu są kolejne publikacje związane z rezultatami programu „PoZdro!”. Nadchodzący materiał będzie dotyczyć czynników warunkujących chęć uczestniczenia w tego typu programie interwencyjnym oraz ryzyka rezygnacji na wczesnych i późniejszych jego etapach. Kolejna publikacja będzie zawierać naukową ocenę efektywności programu w poprawie nadwagi i innych parametrów zdrowotnych – na podstawie danych dotyczących uczestników Zintegrowanej Opieki Indywidualnej „PoZdro!”.

Rada Naukowa programu „PoZdro!”

- **Prof. dr hab. n. med. Per-Olof Berggren**, Karolinska Institutet Sztokholm, Szwecja
- **Prof. dr hab. n. med. Leszek Czupryniak**, Warszawski Uniwersytet Medyczny
- **Prof. dr hab. n. med. Małgorzata Myśliwiec**, Gdański Uniwersytet Medyczny
- **Dr hab. n. med. Michał Brzeziński**, Gdański Uniwersytet Medyczny
- **Marcin Radziwiłł**, Fundacja Medicover
- **Dr n. med. Piotr Soszyński**, Fundacja Medicover (przewodniczący), Dyrektor ds. Strategicznego Doradztwa Medycznego, Medicover Sp. z o.o.

Ekspert Rady Naukowej programu „Pozdro!”

Dr Alina Rodriguez, Visiting Professor, Department of Epidemiology and Biostatistics, School of Public Health, Imperial College London, UK; Hon Professor, Wolfson Institute of Population Health, Queen Mary University of London, UK

Informacje na temat publikacji w magazynie „Nutrients”:

Fitness, Food, and Biomarkers: Characterizing Body Composition in 19,634 Early Adolescents

Alina Rodriguez, Katarzyna Korzeniowska, Kamila Szarejko, Hubert Borowski, Michał Brzeziński, Małgorzata Myśliwiec, Leszek Czupryniak, Per-Olof Berggren, Marcin Radziwiłł, Piotr Soszyński

Nutrients 2022, 14(7), 1369; <https://doi.org/10.3390/nu14071369>

Study points to worrying fitness levels in some young teens

Imperial College London News

<https://www.imperial.ac.uk/news/235298/study-points-worrying-fitness-levels-some/>

PDF

Medicover - Backgrounder PL&ENG 2022.pdf

Download