

Słowo wstępne

Otyłość jest jednym najistotniejszych czynników ryzyka rozwoju chorób cywilizacyjnych, cukrzycy, nadciśnienia tętniczego czy też choroby niedokrwiennej serca. Jest także ważnym czynnikiem ryzyka wczesnego zgonu. W krajach Unii Europejskiej uważa się, że jest przyczyną pośrednią 10-13% zgonów, jednocześnie pochłaniając 2-8% wszystkich środków przeznaczanych na ochronę zdrowia. Na świecie żyje około 1,6 miliarda osób z nadwagą, z czego aż 500 milionów otyłych. Nadwaga i otyłość są prostą konsekwencją zmian w stylu życia, a w szczególności ograniczenia aktywności ruchowej i zwiększenia podaży w diecie tłuszczu oraz innych substancji o wysokich indeksach glikemicznych.

Te niepokojące, a właściwie alarmujące fakty doprowadziły do podjęcia zdecydowanych działań wszystkich odpowiedzialnych za zdrowie publiczne. WHO opracowało dla regionu europejskiego plan dotyczący aktywnego wpływu rządów i organizacji na przyzwyczajenia żywieniowe obywateli. W niektórych stanach US, ze względu na dużą absencję chorobową osób otyłych, pracodawcy i firmy ubezpieczeniowe opłaciły udział tych osób w programach edukacyjnych i ćwiczeniach. Odmowa udziału skutkuje podwyższeniem składki zdrowotnej.

Mimo tych działań efektów społecznych możemy spodziewać się za 7-10 lat. Natomiast z problemem stykamy się w naszym sąsiedztwie, a przede wszystkim w naszych rodzinach na co dzień. Z wielu badań, w tym przeprowadzonych przez nasz zespół, wynika, że problem w coraz większej skali dotyczy naszych dzieci. Dlatego grono wybitnych specjalistów z zakresu dietetyki, prewencji i leczenia otyłości napisało tę

książkę. Nie jest ona skierowana do naukowców, badaczy tematu, ale do każdego z nas, żeby pomóc nam chronić nasze dzieci przed jedną z najcięższych plag XXI wieku.

prof. Andrzej M. Fal
Kierownik Katedry Zdrowia Publicznego
Październik, 2010