

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

ΗΜΕΡΙΔΑ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ ΤΟΥ ΕΔΔΥΠΠΥ (ΚΕΠ ΥΓΕΙΑΣ) ΣΤΟ ΔΗΜΟ ΔΑΦΝΗΣ ΥΜΗΤΤΟΥ

Γ. Πατούλης «Η παχυσαρκία θεωρείται χρόνιο και πολυπαραγοντικό νόσημα και αποτελεί μείζον παγκόσμιο πρόβλημα δημόσιας υγείας».

Το Ελληνικό Διαδημοτικό Δίκτυο Υγιών Πόλεων, τα ΚΕΠ Υγείας και ο Δήμος Δάφνης Υμηττούπραγματοποίησε Ημερίδα Ευαισθητοποίησης για την Παχυσαρκία με τίτλο «Αγαπώ τον εαυτό μου, προσέχω σώμα μου» την Πέμπτη 3Απριλίου 2025.

Η ημερίδα κέντρισε το ενδιαφέρον του κοινού που παρακολούθησε τη δράση αυτή και είχε την ευκαιρία να ακούσει ενημερωτική ομιλία από ειδικό Ιατρό, να κάνει δωρεάν προληπτικές εξετάσεις (λιπομέτρηση, μέτρηση σπλαχνικού λίπους, οστικής και μυϊκής μάζας, μέτρηση σακχάρου, χοληστερίνης και αρτηριακής πίεσης) και να λάβει εξειδικευμένες συμβουλές για Υγιεινή Διατροφή και Σωματική Άσκηση.

Ο Πρόεδρος του ΕΔΔΥΠΠΥ και Πρόεδρος του Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών κ. Γιώργος Πατούλης, απηύθυνε χαιρετισμό και ανέφερε μεταξύ άλλων:

«Η Ελλάδα, βρίσκεται στην πρώτη θέση μεταξύ των χωρών της Ευρωπαϊκής Ένωσης, στην παιδική παχυσαρκία, και στις πρώτες θέσεις στην παχυσαρκία των ενηλίκων με το 63% των Ελλήνων ηλικίας άνω των 18 ετών να είναι υπέρβαροι ή παχύσαρκοι.

Ο σύγχρονος τρόπος ζωής, η αυξημένη πρόσληψη ανθυγιεινών τροφίμων και κυρίως η ελλιπής άσκηση, φαίνεται να αποτελούν κύριους παράγοντες που συμβάλλουν στην αύξηση της παχυσαρκίας. Η παχυσαρκία ενηλίκων αλλά και παιδιών, είναι ένα σοβαρό πρόβλημα που συναντάται τα τελευταία χρόνια όλο και περισσότερο και συνήθως συνοδεύεται από ανεπανόρθωτες επιπλοκές για την υγεία .

Η παχυσαρκία θεωρείται χρόνιο και πολυπαραγοντικό νόσημα και αποτελεί μείζον παγκόσμιο πρόβλημα δημόσιας υγείας. Συνδέεται με χρόνια νοσήματα, όπως η αρτηριακή υπέρταση, ο σακχαρώδης διαβήτης τύπου 2 και η δυσλιπιδαιμία, με αποτέλεσμα να αποτελεί σημαντικό παράγοντα νοσηρότητας και θνησιμότητας. Δεδομένου ότι η θεραπευτική αντιμετώπιση αυτών των καταστάσεων είναι πολυδάπανη, η παχυσαρκία έχει, αναμφισβήτητα, σημαντικές οικονομικές, ψυχολογικές και κοινωνικές επιπτώσεις. Η χαμηλή αυτοεκτίμηση αλλά και η κοινωνική απομόνωση είναι χαρακτηριστικά που συνοδεύουν τα παιδιά, εφήβους αλλά και ενήλικες με την παχυσαρκία.

Εμπνευσμένοι λοιπόν από το πρότυπο των Υγιών Πόλεων του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, ως Ελληνικό Διαδημοτικό Δίκτυο Υγιών Πόλεων, αγκαλιάζουμε τέτοιες πρωτοβουλίες. Είναι πολλαπλή η δέσμευση των δράσεων και των πράξεων μας που στόχο έχουν , να δίνουμε διαρκώς την ευκαιρία στον πολίτη και στα παιδιά μας, να ζουν πιο υγιεινά.»

Ο Δήμαρχος Δάφνης-Υμηττού, Νικόλαος Τσιλίφης, μιλώντας ως Παιδίατρος, τόνισε τη σημασία της πρόληψης της παχυσαρκίας από την παιδική ηλικία, υπογραμμίζοντας πως οι διατροφικές μας συνήθειες ξεκινούν από νωρίς και επηρεάζουν καθοριστικά την υγεία μας στην ενήλικη ζωή.

Αναφέρθηκε χαρακτηριστικά στην εμπειρία του από το ιατρείο του, δίνοντας το παράδειγμα παιδιών που από υπερβολική πίεση να φάνε καταλήγουν σε υπέρβαρα ή παχύσαρκα, γεγονός που εγκυμονεί κινδύνους για την υγεία τους στο μέλλον.

Εξήγησε τη λειτουργία του μεταβολισμού σε διάφορα στάδια της ζωής και πώς ανάλογα με την ηλικία, ο οργανισμός καίει ολοένα και λιγότερες θερμίδες, κάνοντας την απώλεια βάρους πιο δύσκολη. Υπογράμμισε επίσης ότι η αυστηρή δίαιτα δεν αποτελεί λύση, αφού ο οργανισμός προσαρμόζεται και «αντιστέκεται» με φυσικούς μηχανισμούς επιβίωσης.

Με το μήνυμα «Φροντίζουμε όχι για το σήμερα, αλλά για το αύριο», ο Δήμαρχος κάλεσε τους πολίτες να υιοθετήσουν μια σταθερή και συνειδητή στάση απέναντι στη διατροφή, με στόχο τη μακροχρόνια υγεία και ποιότητα ζωής.

Η **Αντιδήμαρχος Προστασίας και Προαγωγής της Δημόσιας Υγείας, Ανδριάννα Μαγγίτα**, χαίρετσε την εκδήλωση και τόνισε από την πλευρά της, τη σημασία της ισορροπημένης και υγιεινής διατροφής σε όλες τις ηλικιακές ομάδες, επισημαίνοντας ότι η υιοθέτηση σωστών διατροφικών συνηθειών, αποτελεί βασικό παράγοντα, για τη διατήρηση της υγείας και τη μείωση των ποσοστών παχυσαρκίας.

Παράλληλα, αναφέρθηκε στις στοχευμένες δράσεις που υλοποιεί ο Δήμος Δάφνης-Υμηττού στον τομέα της πρόληψης και της ευαισθητοποίησης των πολιτών, σε θέματα δημόσιας υγείας, τονίζοντας τη διαρκή δέσμευση της Δημοτικής Αρχής στην προώθηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής, μέσα από ενημερωτικές εκδηλώσεις, προγράμματα πρόληψης και συνεργασίες με εξειδικευμένους επιστήμονες.

Ακολούθησε η ομιλία της **κ. Παναγιώτας Παπαχριστοπούλου**, Παθολόγος, MSc στη Διοίκηση Μονάδων Υγείας, SCOPE Certified by World Obesity Federation, μέλος της Ελληνικής Ιατρικής Εταιρείας Παχυσαρκίας με θέμα «Παχυσαρκία: ο ύπουλος κίνδυνος για την Υγεία μας και γενικές αρχές αντιμετώπισης».

Η δράση αυτή πραγματοποιήθηκε υπό την αιγίδα της Ελληνικής Ιατρικής Εταιρείας Παχυσαρκίας και της Ελληνικής Εταιρείας Γενικής/Οικογενειακής Ιατρικής.

Ο Γενικός Γραμματέας της Ελληνικής Ιατρικής Εταιρείας Παχυσαρκίας, κ. Ευθύμιος Καπάνταης υποστήριξε τη Δράση και δήλωσε:

«Η παχυσαρκία είναι μια χρόνια νόσος, που μειώνει την ποιότητα διαβίωσης και το προσδόκιμο επιβίωσης, και όχι μια προσωπική επιλογή!

Στη χώρα μας, το 1/3 σχεδόν των ενηλίκων συμπολιτών μας έχουν παχυσαρκία και τα 2/3 έχουν σωματικό βάρος παραπάνω από το φυσιολογικό.

Και είναι νόσος, διότι η παχυσαρκία είναι αιτία εμφάνισης πολλών άλλων παθήσεων όπως σακχαρώδη διαβήτης, υπέρταση, δυσλιπιδαιμία, εμφράγματος, εγκεφαλικού, άπνοιας του ύπνου, χολολιθίασης, οισοφαγικής παλινδρόμησης, αρθρίτιδων, αλλά και πολλών μορφών καρκίνου.

Είναι σημαντικό οι συμπολίτες μας να γνωρίσουν και να αντιληφθούν την αρνητική επίδραση και τις συνέπειες που έχει η παχυσαρκία στην υγεία τους, όπως σημαντικό είναι και να ενημερωθούν για τους επιστημονικά ορθούς και έγκυρους τρόπους αντιμετώπισής της.

Ως Ελληνική Ιατρική Εταιρεία Παχυσαρκίας θεωρούμε ότι η “Καμπάνια ευαισθητοποίησης για την Παχυσαρκία” μπορεί να πετύχει την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση στα θέματα της παχυσαρκίας, των πολιτών των Δήμων που θα συμμετάσχουν ενεργά στις δράσεις του Ελληνικού Διαδημοτικού Δικτύου Υγιών Πόλεων. Είναι επίσης πολύ σημαντική η ενεργός συμμετοχή στις δράσεις που πραγματοποιούνται και η ανάληψη συλλογικών δράσεων από τους Δήμους στην Καμπάνια Ευαισθητοποίησης προς όφελος των δημοτών τους!»

Τέλος, θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε τους χορηγούς της εκδήλωσης, την εταιρεία Menarini Hellas, χρυσός χορηγός, και την εταιρεία Anats - προϊόντα Υγείας, τους εθελοντές του Δήμου Δάφνης-Υμηττού, καθώς επίσης την **Διαιτολόγο –Διατροφολόγο, κ.Στέλλα Καραγιαννάκη**, τον **Καθηγητή Φυσικής Αγωγής, κ. Γεώργιο Κουρρή** και τις **νοσηλεύτριες του Δήμου Δάφνης-Υμηττού** για τη διενέργεια των εξετάσεων & την παροχή συμβουλών στους συμμετέχοντες.