

#SANJA MUSIĆ MILANOVIĆ, DRAGAN PRIMORAC I UGLEDNI STRUČNJACI NA 2. KONGRESU MEDICINE ŽIVOTNOG STILA#

Drugo izdanje Kongresa medicine životnog stila na Medicinskom fakultetu u Splitu okupilo je više od 100 međunarodnih i domaćih stručnjaka iz područja medicine, kineziologije, nutricionizma i psihologije, koji su iznijeli alarmantne podatke o lošem životnom stilu Hrvata te upozorili kako nam neprestani porast pretilosti indirektno skraćuje životni vijek.

Prof.dr.sc. Sanja Musić Milanović, voditeljica Službe za promicanje zdravlja HZJZ, britanski znanstvenik prof. Fraser Birrell, akademik Bojan Jelaković, psihologinja prof. psih. Ana Čerenšek, znanstvenici; prof. dr. sc. Gordan Lauc, prof. dr. sc. Dragan Primorac dr. med, izv. prof. dr. sc. Ivana Kolčić te dr. sc. Sebastijan Orlić samo su neki od uglednih stručnjaka koji su iznijeli najnovija istraživanja i saznanja o ovoj gorućoj temi.

„Sjedilački stil života, nepravilna prehrana i okolina dovode ljude do problema debljine koja je vodeći čimbenik kroničnih nezaraznih bolesti od kojih u Hrvatskoj obolijeva i umire oko 94 % posto ljudi.

Dijabetes tipa 2 uzima preko deset posto zdravstvenog budžeta dok 85 % ljudi koji imaju ovu bolest ujedno imaju prekomjernu tjelesnu masu ili pretilost. To znači da je to ipak preventabilno, a u prevenciju ulažemo zanemarivo.“ – istaknula je prof.dr.sc. Sanja Musić Milanović, voditeljica Službe za promicanje zdravlja HZJZ te dodala: „Zbog problema debljine većina zemalja troši negdje oko 2 % BDP-a više nego što bi trebala jer nije prevenirala ovaj problem. U Hrvatskoj se radi konkretno o 2,7 % BDP-a, a ukoliko ovoj priči ne stanemo na kraj, 2060. godine ćemo trošiti 3,5 % BDP-a. Za debljinu je ujedno utvrđeno da ukoliko je ne zaustavimo dovest će nas do očekivanog skraćenja života. To se već počelo događati. Djeca koja su rođena 2020. godine u odnosu na djecu rođenu 2019. godine živjet će za 0,8 godina kraće.“

Kongres koji se do nedjelje, 28. travnja održava u organizaciji Hrvatske udruge za medicinu životnog stila, a u suradnji s Medicinskim fakultetom u Splitu i Kineziološkim fakultetom okupio je stručnjake koji kroz predavanja i radionice pružaju najnovije znanstvene dokaze o važnim temama kao što su pravilna prehrana, tjelesna aktivnost, spavanje, upravljanje stresom i drugi aspekti zdravog načina života.

Ovaj događaj stavlja naglasak i na suradnji između kliničara, istraživača, znanstvenika i edukatora kako bi se promovirale pozitivne promjene u ponašanju i pružila podrška pojedincima u očuvanju zdravlja.

„Debljina je diljem cijele Europe u neprestanom porastu. Najstrašnije je što su zbog lošeg životnog stila djeca sve deblja. Ljudi ne znaju što znači hraniti se zdravo, a marketinške kampanje koje hranu punu šećera i aditiva reklamiraju kao zdravu dodatno pogoršavaju situaciju. Kako bi se potaknula promjena potrebno je educirati ljude i osvijestiti ih koliko je prehrana važna. Ona nam može biti otrov ili lijek.“ – istaknula je Charlotte Salter, predsjednica Norveške udruge za medicinu životnog stila i doktorica medicine životnog stila.

Anera Lazić, dr.med. IBLM, prva međunarodno certificirana liječnica medicine životnog stila i predsjednica Hrvatske udruge za medicinu životnog stila je zaključila: „Znanstveni dokazi

govore kako je životni stil uzrok, ali i lijek kroničnih nezaraznih bolesti. Cilj ovog Kongresa je pronaći načine kako pomoći svakom pojedincu u promjeni ponašanja da životni stil postane upravo lijek, a ne uzrok bolesti."

Medicina životnog stila je nova grana medicine koja je posljednjih nekoliko desetljeća zauzela važnu ulogu u društvu i postavila nove temelje za ljudsko zdravlje. Prevencija i liječenje kroničnih nezaraznih bolesti - najvećeg uzroka smrtnosti u svijetu pomoću stupova; tjelesne aktivnosti, spavanja, prehrane, društvenog života i društvene interakcije te izbjegavanja ovisnosti glavna su poruka Medicine životnog stila, ali i temelj zdravije budućnosti kojoj svi težimo. (iPress)



Više od 100 stručnjaka iznijelo alarmantne podatke: Djeca će nam živjeti kraće

Kategorija: VIJESTIAžurirano: Subota, 27 Travanj 2024 12:40

Objavljeno: Subota, 27 Travanj 2024 12:40

