

ПРОБЛЕМА ОЖИРЕНИЯ.

В настоящее время проблема ожирения становится острее во многих странах, в том числе и в России. В 2016 году по данным ВОЗ во всем мире более 1,9 миллиарда взрослых старше 18 лет имели избыточный вес. Из них свыше 650 миллионов страдали ожирением. С 1975 по 2016 год число людей, страдающих ожирением, во всем мире выросло более чем втрое. **Каждый третий россиянин трудоспособного возраста имеет проблемы с лишним весом.** 15% мужчин и 28,5% женщин страдают от ожирения, 54% мужчин и 59% женщин — от лишнего веса. **Алтайский край находится в лидерах по России – 4,5 тыс человек с ожирением на 100 тыс населения.**

КРИТЕРИИ ОЖИРЕНИЯ.

Согласно ВОЗ диагноз «избыточный вес» или «ожирение» у взрослых ставится в следующих случаях:

- Индекс массы тела (ИМТ) больше или равен 25 — избыточный вес
- ИМТ больше или равен 30 — ожирение.

ИМТ является наиболее удобной мерой оценки уровня ожирения и избыточного веса в популяции, поскольку он одинаков для обоих полов и для всех возрастных категорий взрослых. Однако ИМТ следует считать приблизительным критерием, т.к. у разных людей он может соответствовать разной степени полноты.

У детей при определении избыточного веса и ожирения следует учитывать возраст.

ПРИЧИНЫ ОЖИРЕНИЯ

Проблемы ожирения

Автор: Administrator

01.01.2018 07:50 - Обновлено 03.01.2018 05:03

Основная причина ожирения и избыточного веса — энергетический дисбаланс, при котором калорийность рациона превышает энергетические потребности организма. Во всем мире отмечаются следующие тенденции:

- рост потребления продуктов с высокой энергетической плотностью и высоким содержанием жира;
- снижение физической активности в связи со все более сидячим характером многих видов деятельности, изменениями в способах передвижения и возрастающей урбанизацией.

К ЧЕМУ ВЕДЁТ ОЖИРЕНИЕ

Повышенный ИМТ является одним из основных факторов риска таких неинфекционных заболеваний, как:

- сердечно-сосудистые заболевания (главным образом, болезни сердца и инсульт), которые в 2012 году были главной причиной смерти;
- диабет;
- нарушения опорно-двигательной системы (в особенности остеоартрит — крайне инвалидизирующее дегенеративное заболевание суставов);
- некоторые онкологические заболевания (в т. ч. рак эндометрия, молочной железы, яичника, предстательной железы, печени, желчного пузыря, почки и толстой кишки).

Риск этих неинфекционных заболеваний возрастает по мере увеличения ИМТ.

Проблемы ожирения

Автор: Administrator

01.01.2018 07:50 - Обновлено 03.01.2018 05:03
