Επιδημίες καπνίσματος, παχυσαρκίας στην Ελλάδα

Από Άννα Σταυράκη - 22 Μαΐου 2017

Επιδημία καπνίσματος και παχυσαρκίας πλήττει τους Έλληνες, εξαιτίας της υιοθέτησης ενός δυτικού τρόπου ζωής που μας απομακρύνει και από κάθε καλή συνήθεια, μεταξύ των οποίων συμπεριλαμβάνονται η σωματική δραστηριότητα και η ακολούθηση της παραδοσιακής ελληνικής διατροφής.

Περίπου τρεις στους πέντε ενήλικες μόνιμους κατοίκους της Ελλάδας καπνίζουν καθημερινά (32%) ή περιστασιακά (4%) ή κάπνιζαν για τουλάχιστον ένα έτος κάποια στιγμή στη ζωή τους (21%).

Το υψηλότερο ποσοστό συστηματικών καπνιστών παρατηρείται στις ηλικίες 25-64 ετών, όπου περίπου δύο στους πέντε συμμετέχοντες

δηλώνουν ότι καπνίζουν καθημερινά. Το χαμηλότερο ποσοστό συστηματικών καπνιστών παρατηρείται στις μεγαλύτερες ηλικίες.

Τα στοιχεία αυτά προέρχονται από την μελέτη «ΥΔΡΙΑ», την οποία πραγματοποιούν από κοινού το Ελληνικό Ίδρυμα Υγείας και το Κέντρο Ελέγχου & Πρόληψης Νοσημάτων (ΚΕΕΛΠΝΟ) με επικεφαλής την καθηγήτρια Αντωνία Τριχοπούλου.

Η μελέτη, στην οποία συμμετέχουν περισσότεροι από 4.000 εθελοντές απ' όλες τις περιφέρειες της χώρας, έδειξε ακόμα ότι επτά στους δέκα ενήλικες είναι υπέρβαροι ή παχύσαρκοι. Το πρόβλημα είναι συχνότερο μεταξύ των ανδρών (78%) παρά μεταξύ των γυναικών (68%). Οι άνδρες όμως είναι συχνότερα υπέρβαροι, ενώ οι γυναίκες είναι συχνότερα παχύσαρκες.

Το ποσοστό των ατόμων με φυσιολογικό σωματικό βάρος είναι υψηλότερο στην ηλικιακή ομάδα 18-24 ετών, όπου ο ένας στους τρεις είναι υπέρβαρος ή παχύσαρκος.

Το υψηλότερο ποσοστό υπέρβαρων ατόμων (43%) παρατηρείται στην ηλικιακή ομάδα 50-64 ετών, ενώ ένας στους δύο ενήλικες ηλικίας 65-79 ετών είναι παχύσαρκοι.

Τα ευρήματα του προγράμματος ΥΔΡΙΑ, το οποίο αποτυπώνει την υγεία του πληθυσμού στη χώρα μας, παρουσιάσθηκαν σε ειδική εκδήλωση του 43ου Ετήσιου Πανελλήνιου Ιατρικού Συνεδρίου, η οποία ήταν αφιερωμένη στη μνήμη του διεθνώς καταξιωμένου ακαδημαϊκού και καθηγητή της Ιατρικής Σχολής Αθηνών και της

Σχολής Δημόσιας Υγείας του Πανεπιστημίου Χάρβαρντ Δημήτρη Τριχόπουλου.

Το συνέδριο διοργανώνει η Ιατρική Εταιρεία Αθηνών, η οποία είναι η αρχαιότερη ιατρική εταιρεία της χώρας, και αποτελεί την μεγαλύτερη ετήσια επιστημονική συνάντηση Ελλήνων ιατρών. Ως εκ τούτου, κρίθηκε ως ο καταλληλότερος χώρος για την απότιση φόρου τιμής στη μνήμη ενός επιστήμονα που τίμησε όσο λίγοι τη χώρα μας.

Η τιμητική εκδήλωση, που πραγματοποιήθηκε το Σάββατο 13 Μαΐου 2017 στο ξενοδοχείο Caravel, συμπεριέλαβε «Διάλεξη εις Μνήμην» (Memorial Lecture) και Στρογγυλή Τράπεζα με επιδημιολογικό θέμα. Προσκεκλημένος ομιλητής για τη διάλεξη ήταν ο καθηγητής Νευρολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης Παναγιώτης Μήτσιας, που μίλησε για την πρόληψη των εγκεφαλικών αγγειακών επεισοδίων.

Στην στρογγυλή τράπεζα που ακολούθησε, με συντονιστές τους καθηγητές Θ. Μουντοκαλάκη και Α. Τριχοπούλου και ομιλητές την Ε. Χατζηανδρέου και τους Ν. Καρατζά, Δ. Μπούμπα και Π. Καψή, συζητήθηκε ο τρόπος αξιοποίησης των ευρημάτων από τις μεγάλες έρευνες CHANCES και HYDRIA του Ελληνικού Ιδρύματος Υγείας στην πρόληψη χρόνιων νόσων στη χώρα μας.

Οι επιδημιολογικές αυτές έρευνες αποτυπώνουν για πρώτη φορά σε τόσο ευρεία κλίμακα κοινωνικό-οικονομικά στοιχεία και δεδομένα υγείας (για υπέρταση, διαβήτη, παχυσαρκία κ.ά.), καθώς και εκτίμηση διατροφικών, ανθρωπομετρικών και βιοχημικών δεικτών σε αντιπροσωπευτικό δείγμα του ελληνικού πληθυσμού.

Στη στρογγυλή τράπεζα διερευνήθηκαν τρόποι με τους οποίους τα σπουδαία αυτά ευρήματα θα ενταχθούν στην ιατρική πράξη, τη φροντίδα των ηλικιωμένων, αλλά και την καθημερινή ζωή.

Άννα Σταυράκη

Δημοσιογράφος Υγείας