

8^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Δημόσιας Υγείας & Υπηρεσιών Υγείας
15 - 17 Μαρτίου 2010
Ξενοδοχείο Divani Caravel
Αθήνα

Επιδημιολογικά στοιχεία της Παχυσαρκίας



Ευθ. Καπάντας
Διευθυντής
Τμήμα Διαβήτη - Παχυσαρκίας - Μεταβολισμού
Νοσοκομείο Metropolitan



Παχυσαρκία: Η νόσος του ενεργειακού ισοζυγίου



Ενεργειακή
πρόσληψη

Ενεργειακή
κατανάλωση



Η Παχυσαρκία είναι το αποτέλεσμα μακροχρόνιου θετικού ενεργειακού ισοζυγίου



Ο Ορισμός της Παχυσαρκίας

Παχυσαρκία ορίζεται:

ως η νόσος του ενεργειακού μεταβολισμού, στην οποία υπάρχει παθολογικά αυξημένη συσσώρευση λίπους στο ανθρώπινο σώμα, σε σημείο ώστε να αποτελεί κίνδυνο για την υγεία του ατόμου.

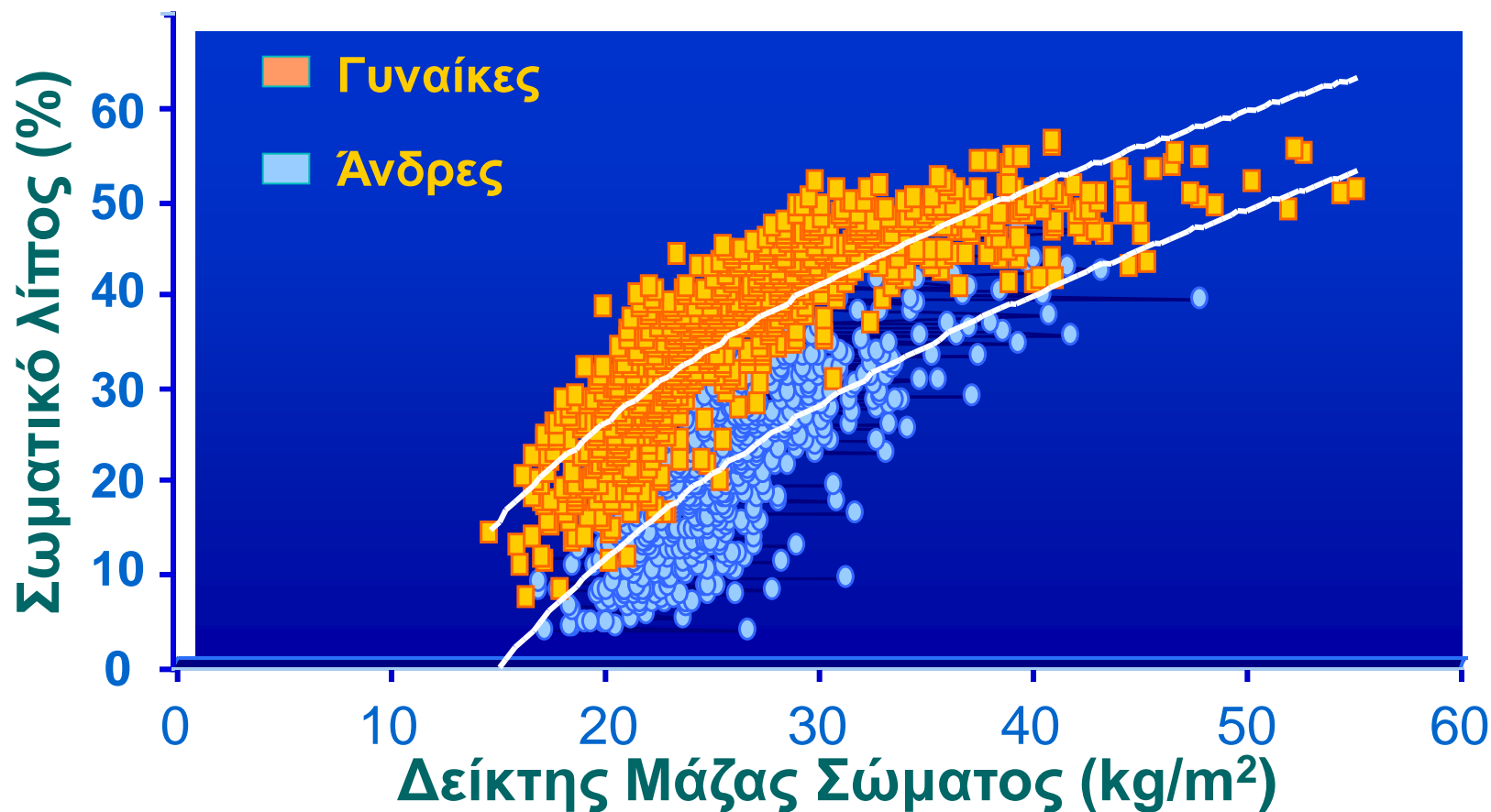
Ο Δείκτης Μάζας Σώματος

$$\Delta\text{ΜΣ} = \frac{\text{Σωματικό Βάρος}}{\text{Ύψος}^2} \quad (\text{Kg}/\text{m}^2)$$

$$\Delta\text{ΜΣ} = (\text{Σωματικό Βάρος}/\text{Ύψος}) / \text{Ύψος}$$



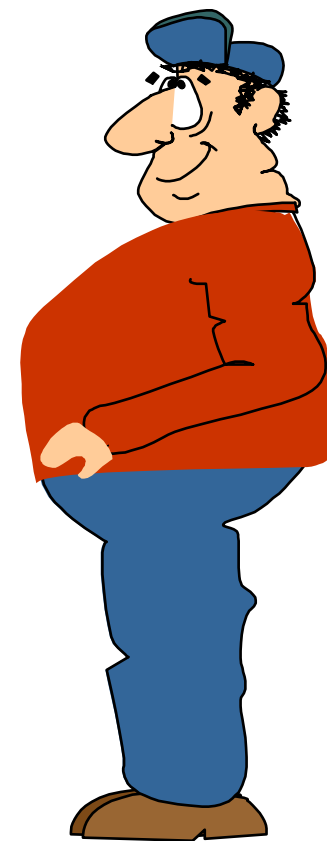
Συσχέτιση μεταξύ Δείκτη Μάζας Σώματος & εκατοστιαίας ποσότητας σωματικού λίπους



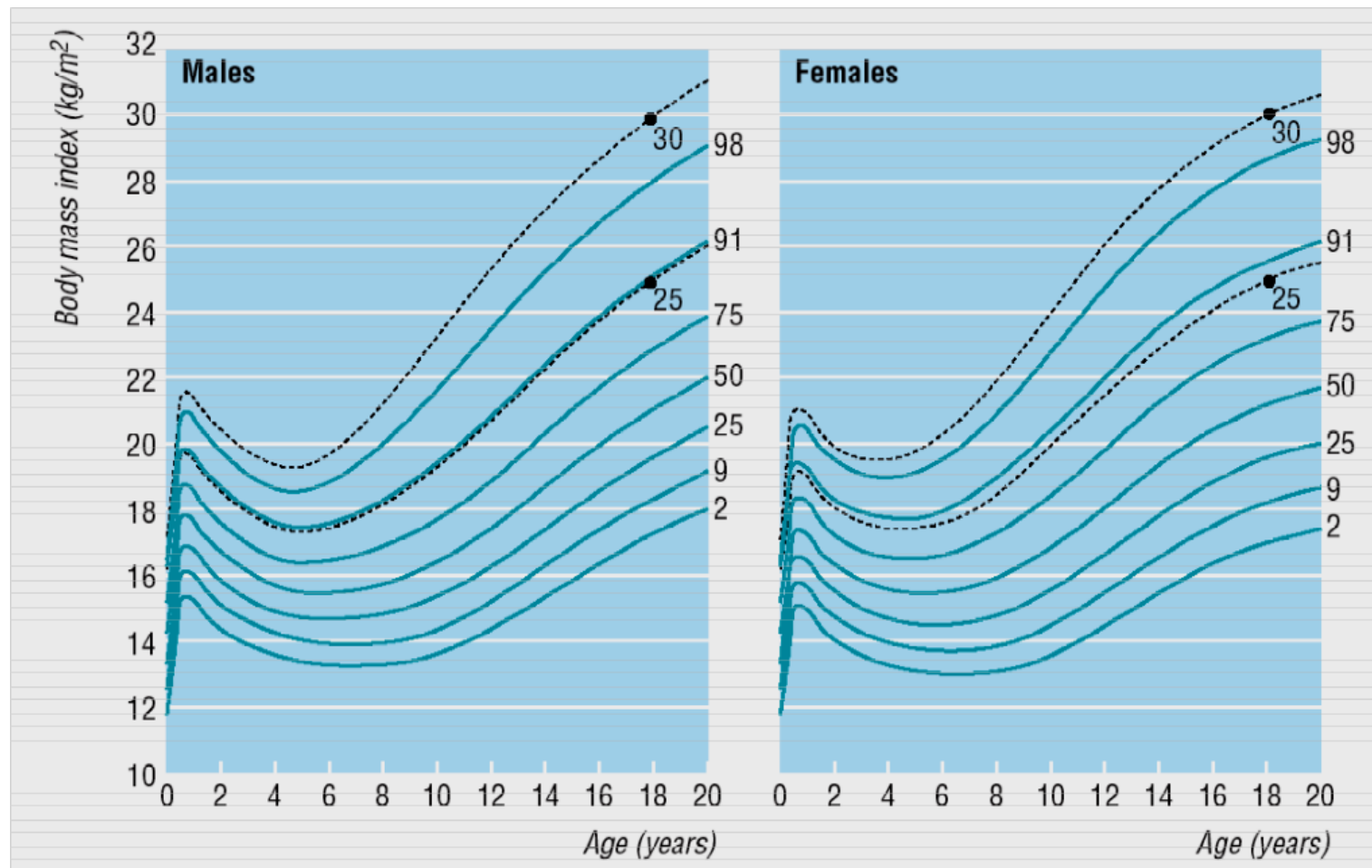
Ο ορισμός της παχυσαρκίας με το Δείκτη Μάζας Σώματος (ΔΜΣ) & ο κίνδυνος εμφάνισης προβλημάτων υγείας

$$\Delta\text{ΜΣ} = \frac{\text{Σωματικό Βάρος (kg)}}{\text{Ύψος}^2 \text{ (m)}}$$

<u>Κατηγοριοποίηση</u>	<u>ΔΜΣ</u>	<u>Κίνδυνος</u>
Αδύνατος	< 18.5	Αυξημένος
Φυσιολογικός	18.5 - 25	Χαμηλός
Υπέρβαρος	25 - 30	Μέτριος
Παχύσαρκος	> 30	Αυξημένος
Ήπια παχύσαρκος	30 - 35	Αυξημένος
Μέτρια παχύσαρκος	35 - 40	Αρκετά Αυξημένος
Σοβαρά παχύσαρκος	> 40	Πολύ Αυξημένος



Ο ορισμός της παχυσαρκίας και του υπερβάλλοντος σωματικού βάρους σε παιδιά & εφήβους, σύμφωνα με το Δείκτη Μάζας Σώματος (ΔΜΣ)



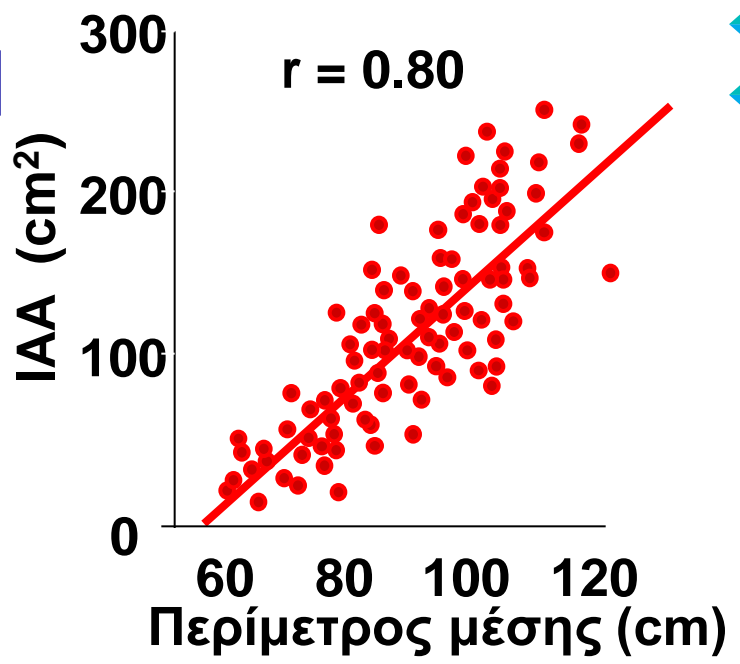
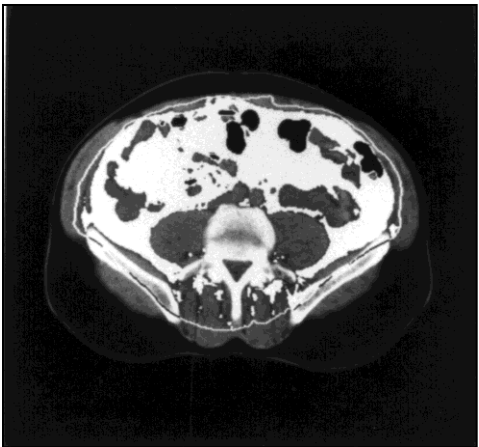
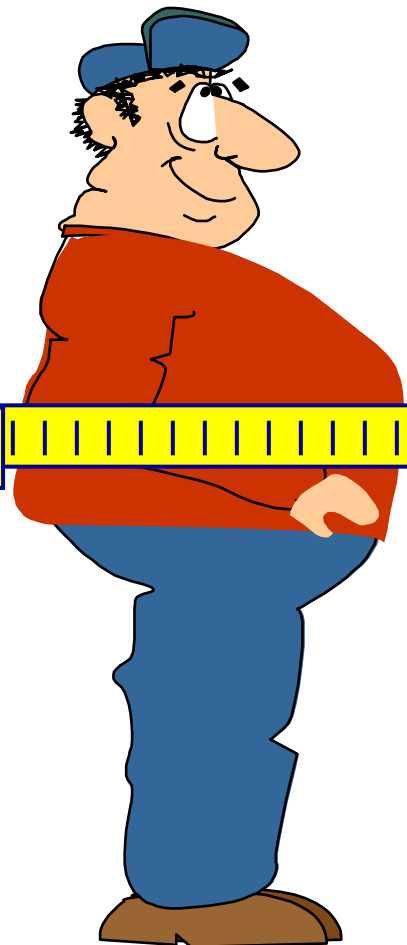
Η Περίμετρος της Μέσης ως κλινικός δείκτης Ενδοκοιλιακού Λίπους

Γυναίκες

>80 cm: ↑ Κίνδυνος
>88 cm: ↑↑ Κίνδυνος

Άνδρες

> 94 cm: ↑ Κίνδυνος
>102 cm: ↑↑ Κίνδυνος



Ο λόγος των Περιμέτρων Μέσης/Ισχίων (WHR) ως προγνωστικός κλινικός δείκτης κινδύνου εμφάνισης προβλημάτων υγείας

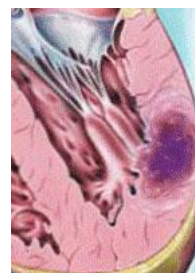
Γυναίκες

>0.80: ↑ Κίνδυνος
>0.85: ↑↑ Κίνδυνος



Άνδρες

>0.95: ↑ Κίνδυνος
>1.00: ↑↑ Κίνδυνος



Η πανδημία της παχυσαρκίας



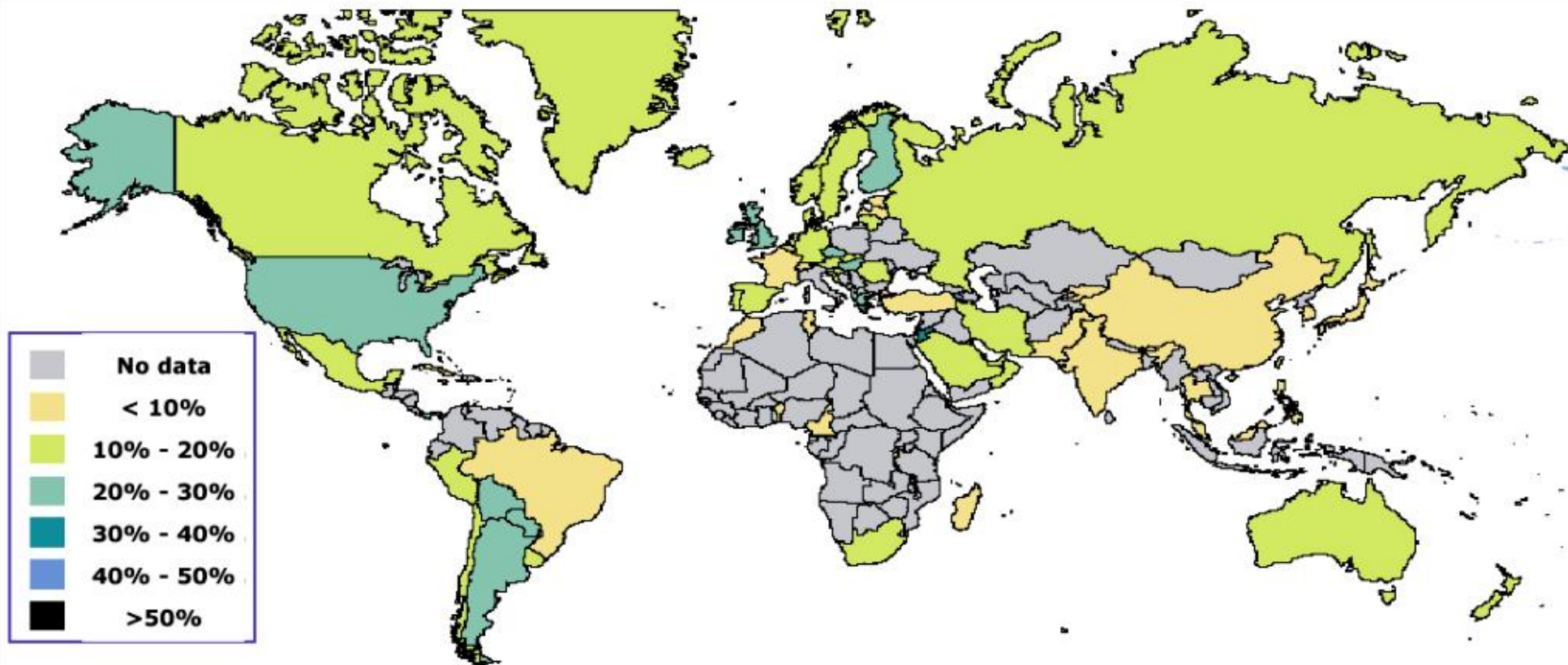
Η διατροφή, αιτία αύξησης του σωματικού βάρους



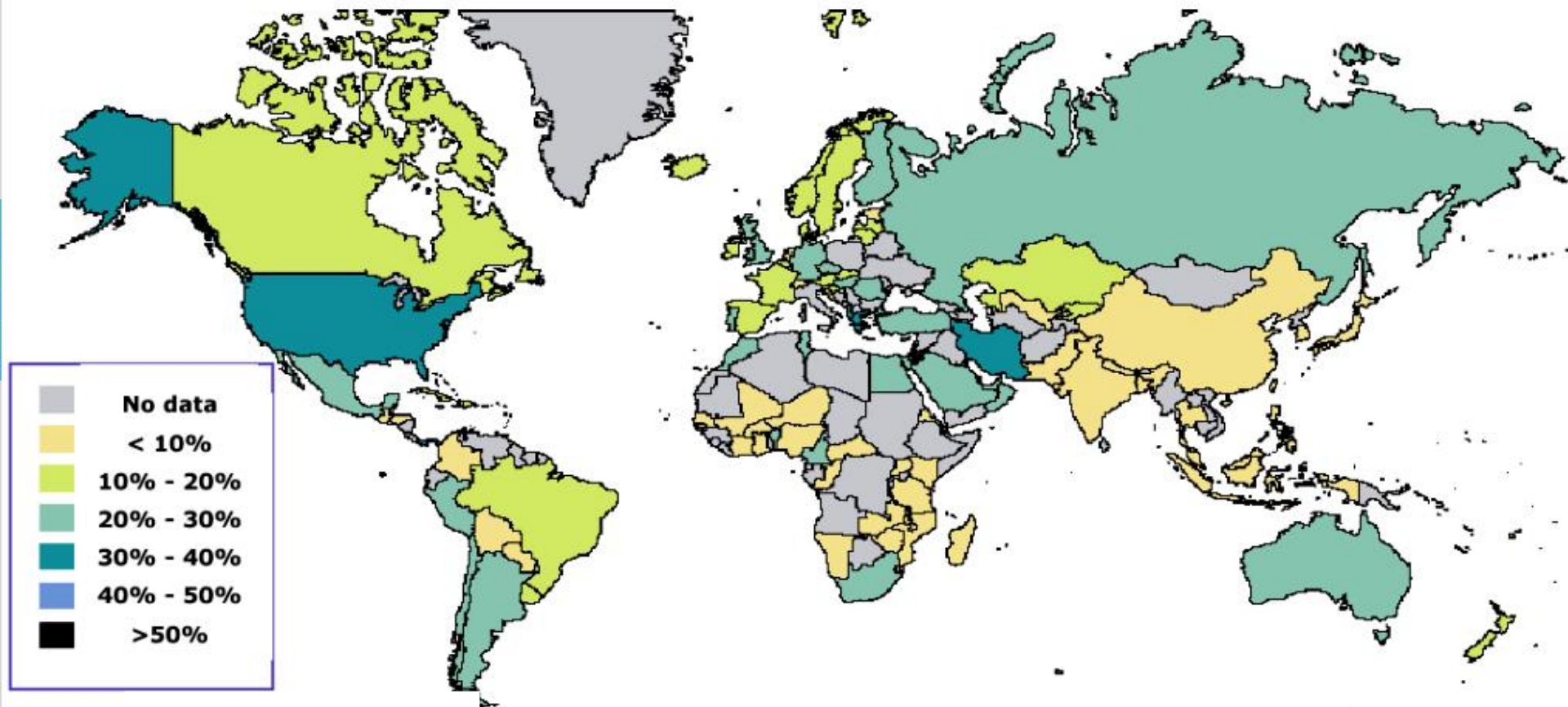
Η σωματική δραστηριότητα, αιτία αύξησης του σωματικού βάρους



Άνδρες ($\Delta\text{ΜΣ} \geq 30 \text{ kg/m}^2$): Παγκόσμιος επιπολασμός της παχυσαρκίας



Γυναίκες (ΔΜΣ ≥ 30 kg/m²): Παγκόσμιος επιπολασμός της παχυσαρκίας

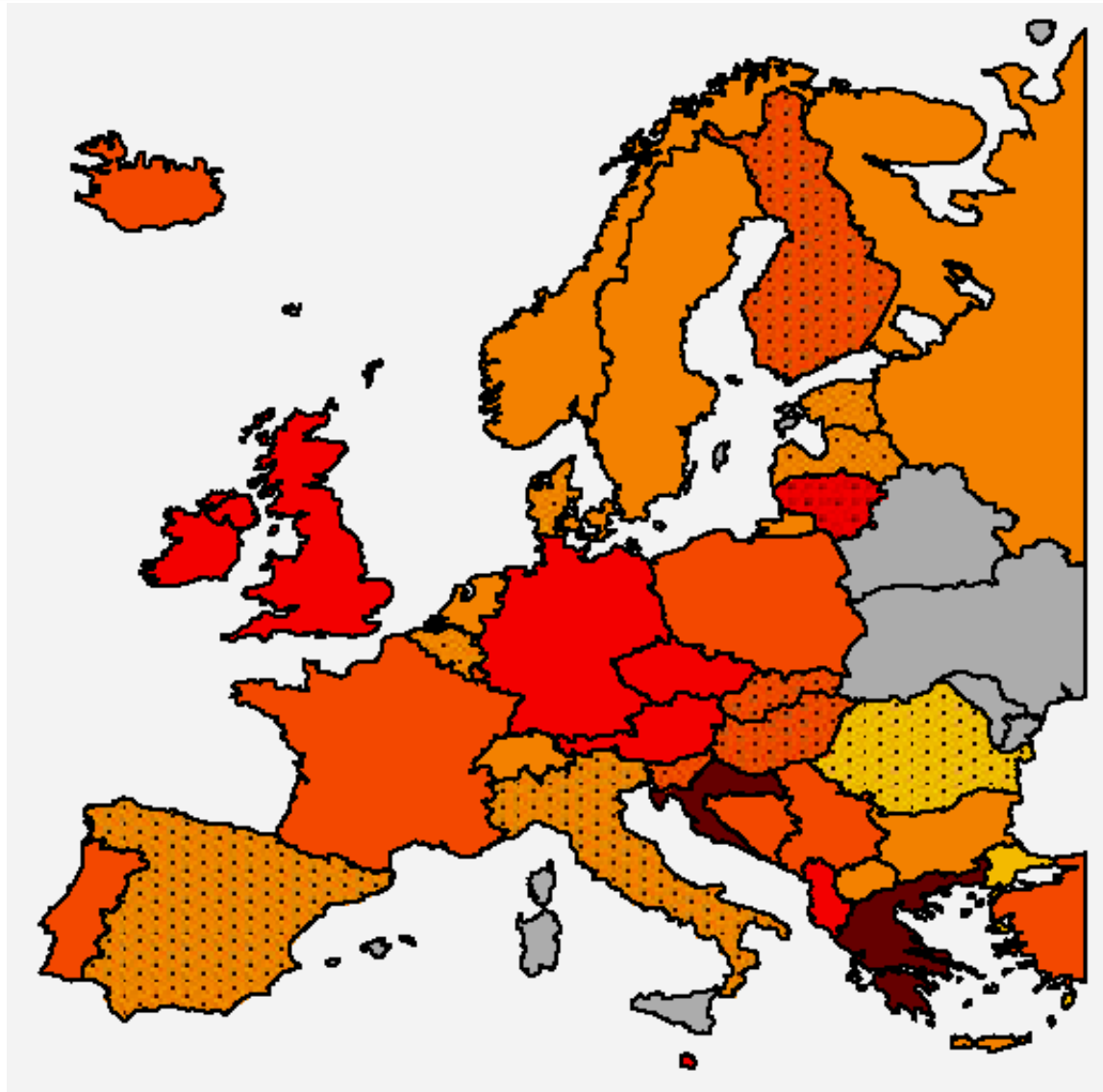


Επιπολασμός της παχυσαρκίας στην Ευρώπη

Άνδρες
(ΔΜΣ ≥ 30 kg/m²)









% Obesity	
	< 5 %
	5-9.9%
	10-14.9%
	15-19.9%
	20-24.9%
	$\geq 25\%$

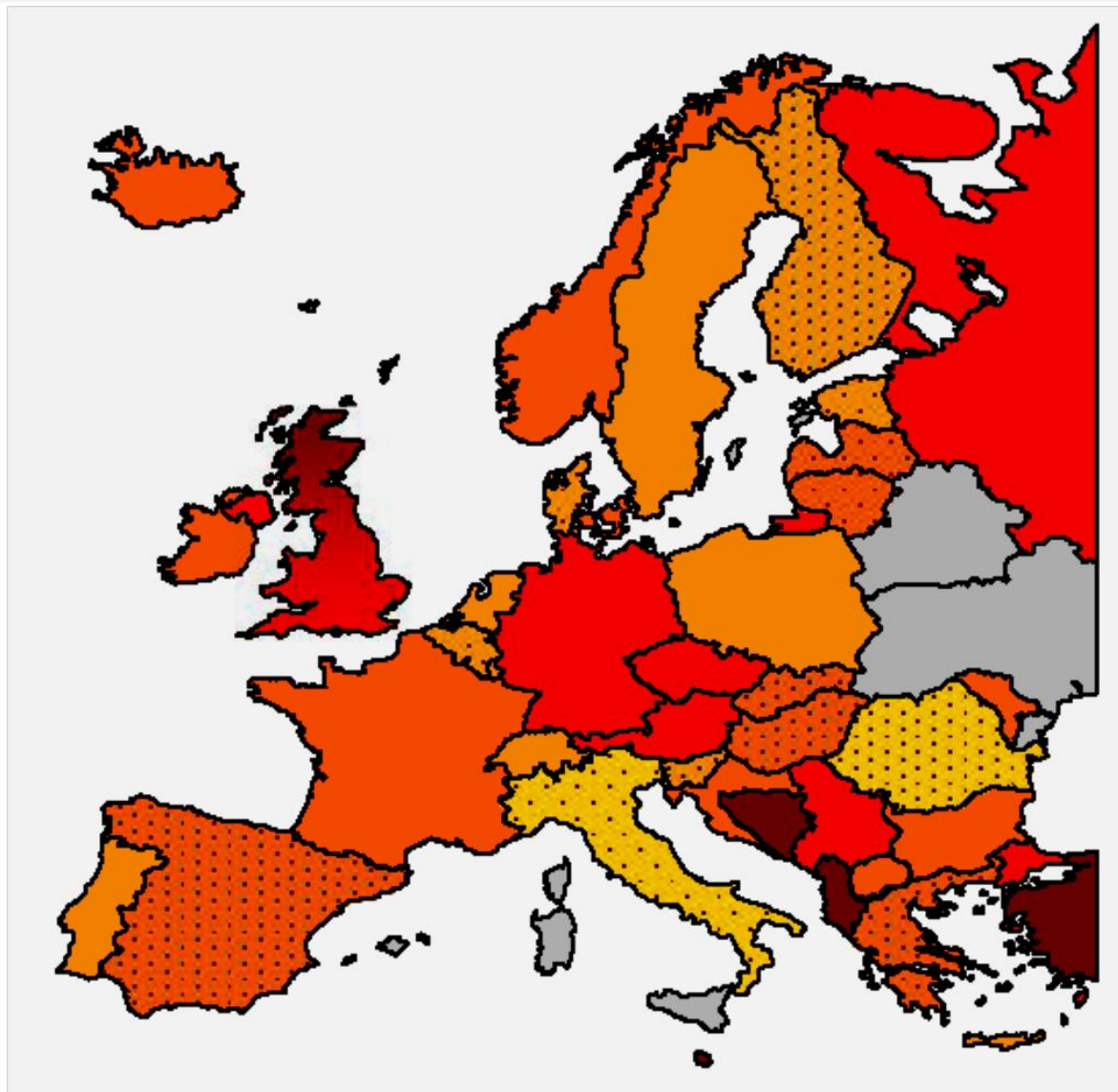


Επιπολασμός της παχυσαρκίας στην Ευρώπη

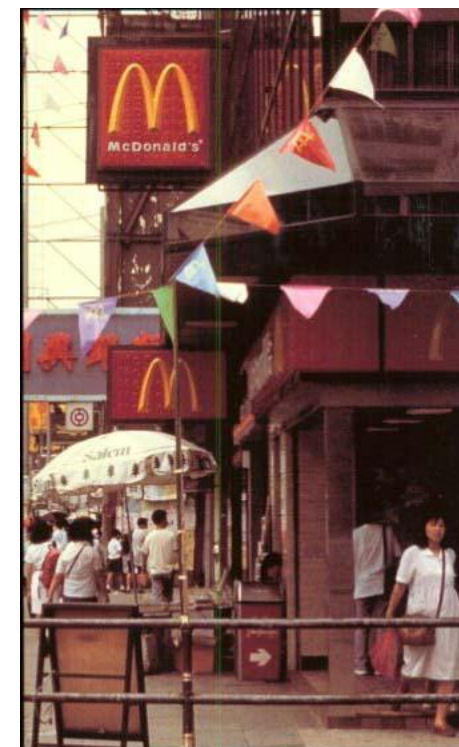
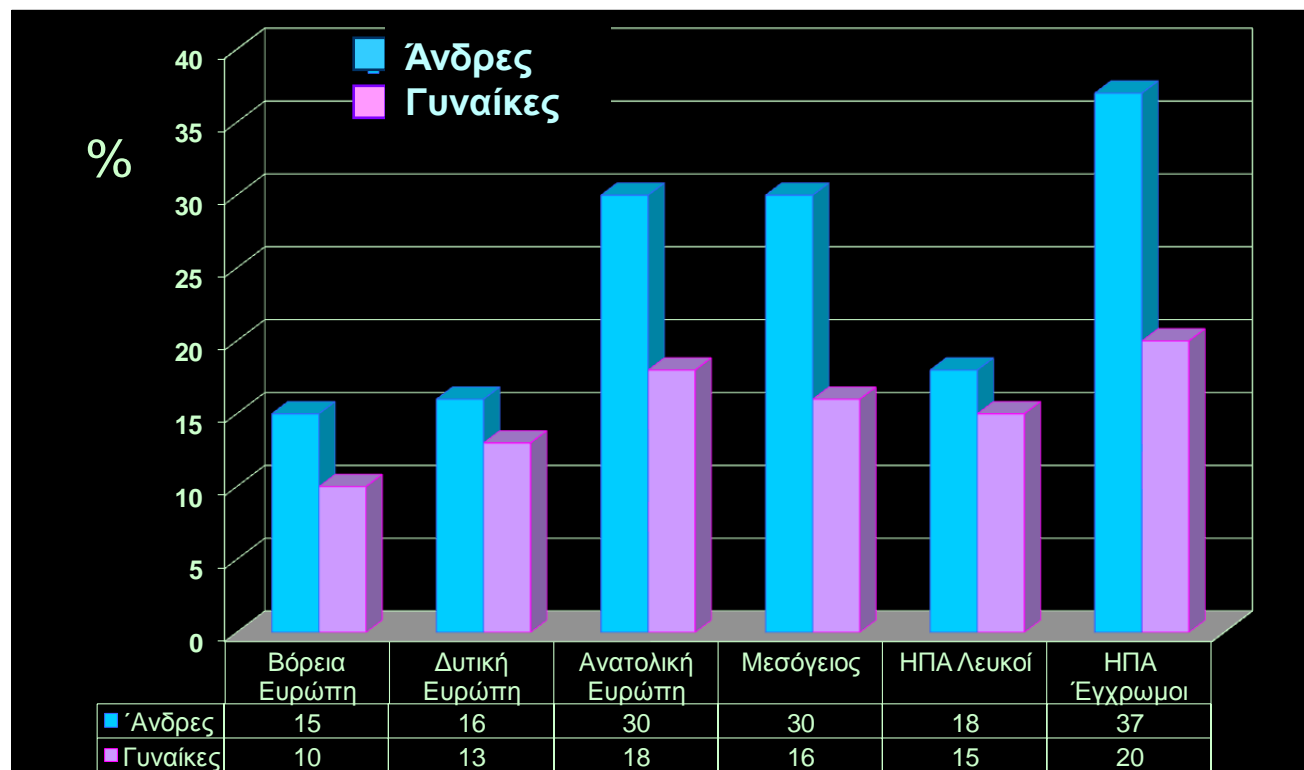
Γυναίκες
(ΔΜΣ ≥ 30 kg/m²)



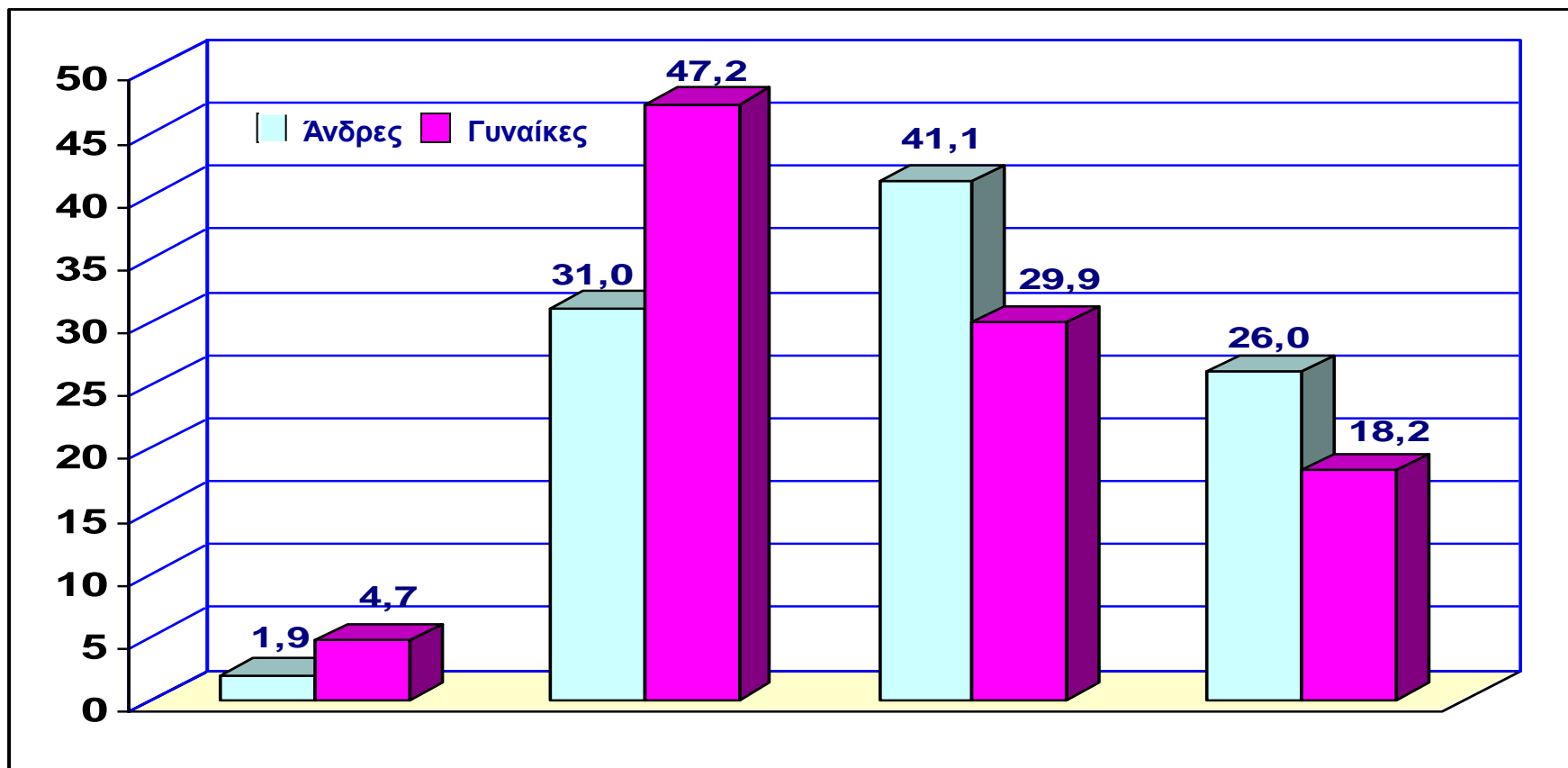
% Obesity	
	< 5 %
	5-9.9%
	10-14.9%
	15-19.9%
	20-24.9%
	$\geq 25\%$



Ο επιπολασμός της παχυσαρκίας σε διαφορετικές εθνότητες

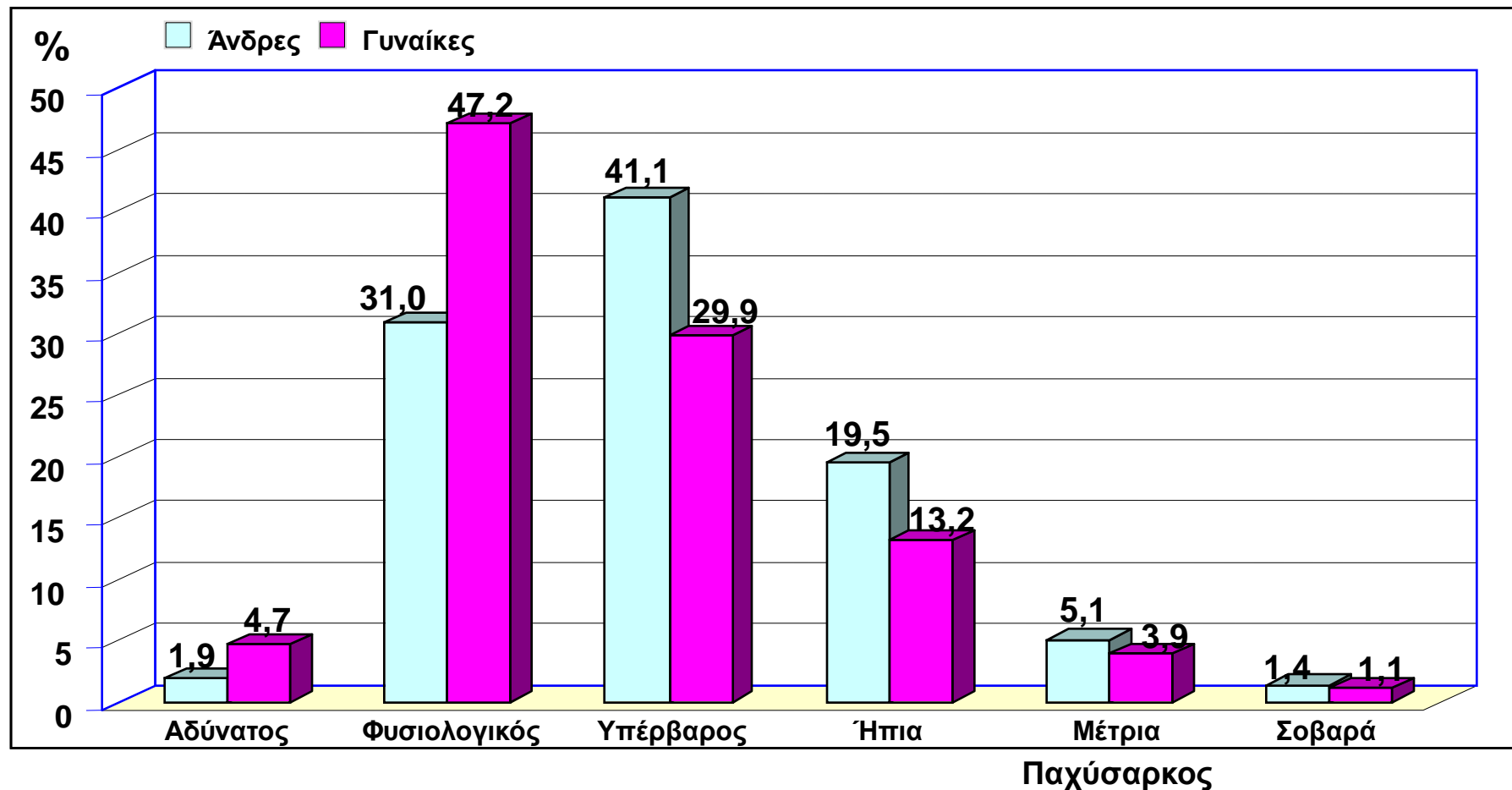


Ποσοστά κατηγοριοποίησης του σωματικού βάρους Ελλήνων, ανδρών και γυναικών, ηλικίας 20-70 ετών



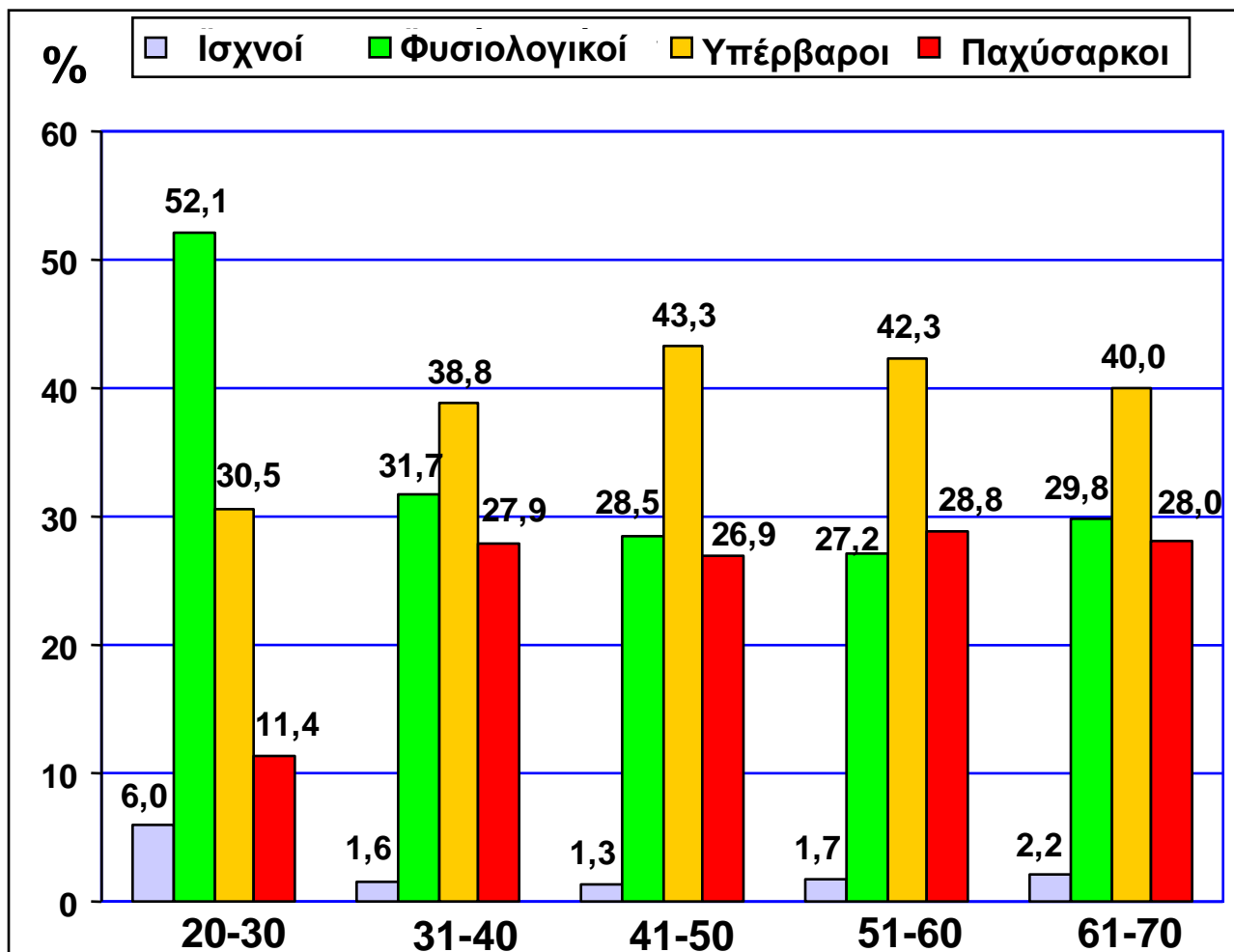
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ

Ποσοστά κατηγοριοποίησης του σωματικού βάρους Ελλήνων, ανδρών και γυναικών, ηλικίας 20-70 ετών



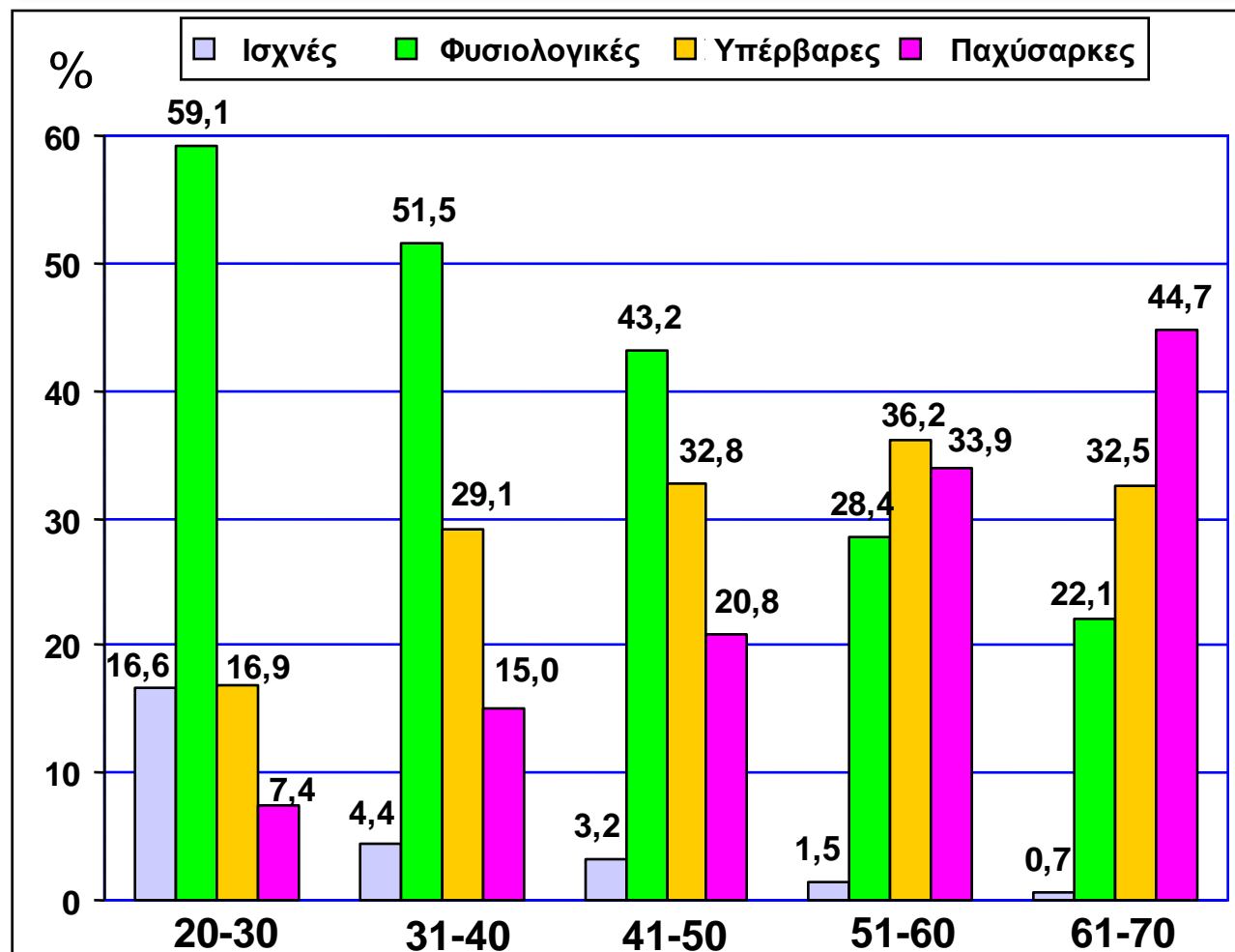
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ

Ποσοστά κατηγοριοποίησης του σωματικού βάρους Ελλήνων ανδρών, κατά ηλικιακή ομάδα



ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ

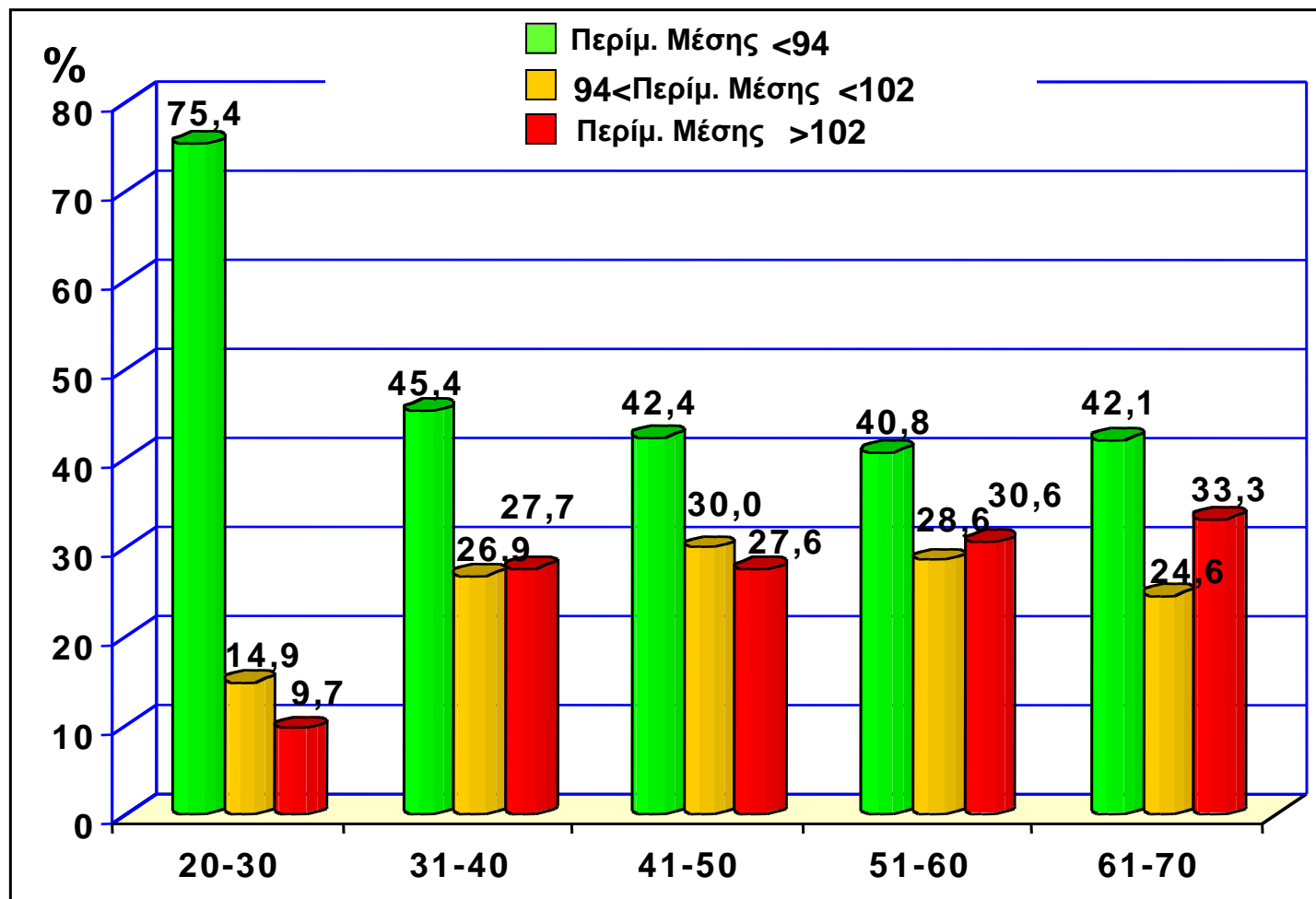
Ποσοστά κατηγοριοποίησης του σωματικού βάρους Ελληνίδων γυναικών, κατά ηλικιακή ομάδα



ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ



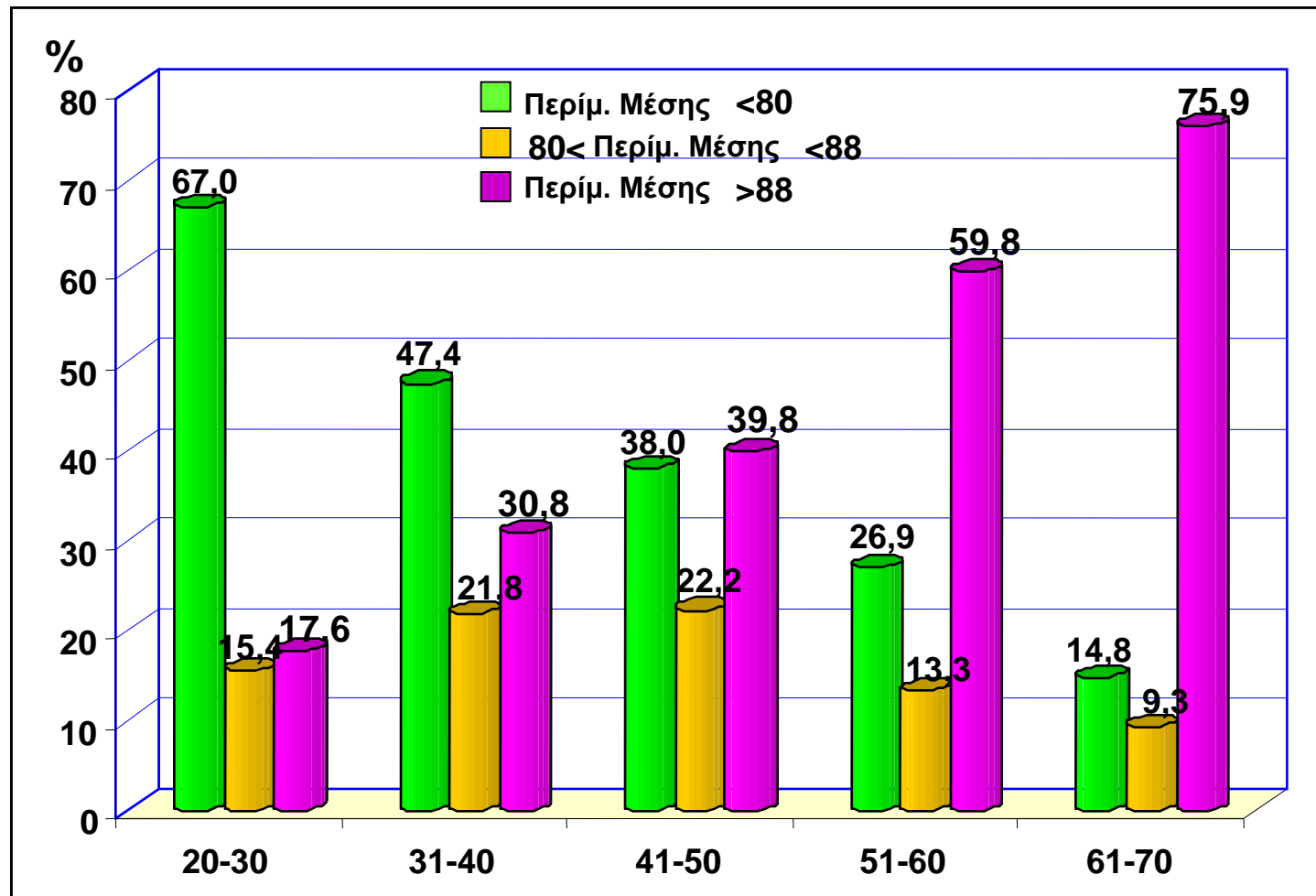
Ποσοστά κατηγοριοποίησης της κατανομής του σωματικού λίπους Ελλήνων ανδρών, ηλικίας 20-70 ετών, μέσω της περιμέτρου της μέσης



ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ

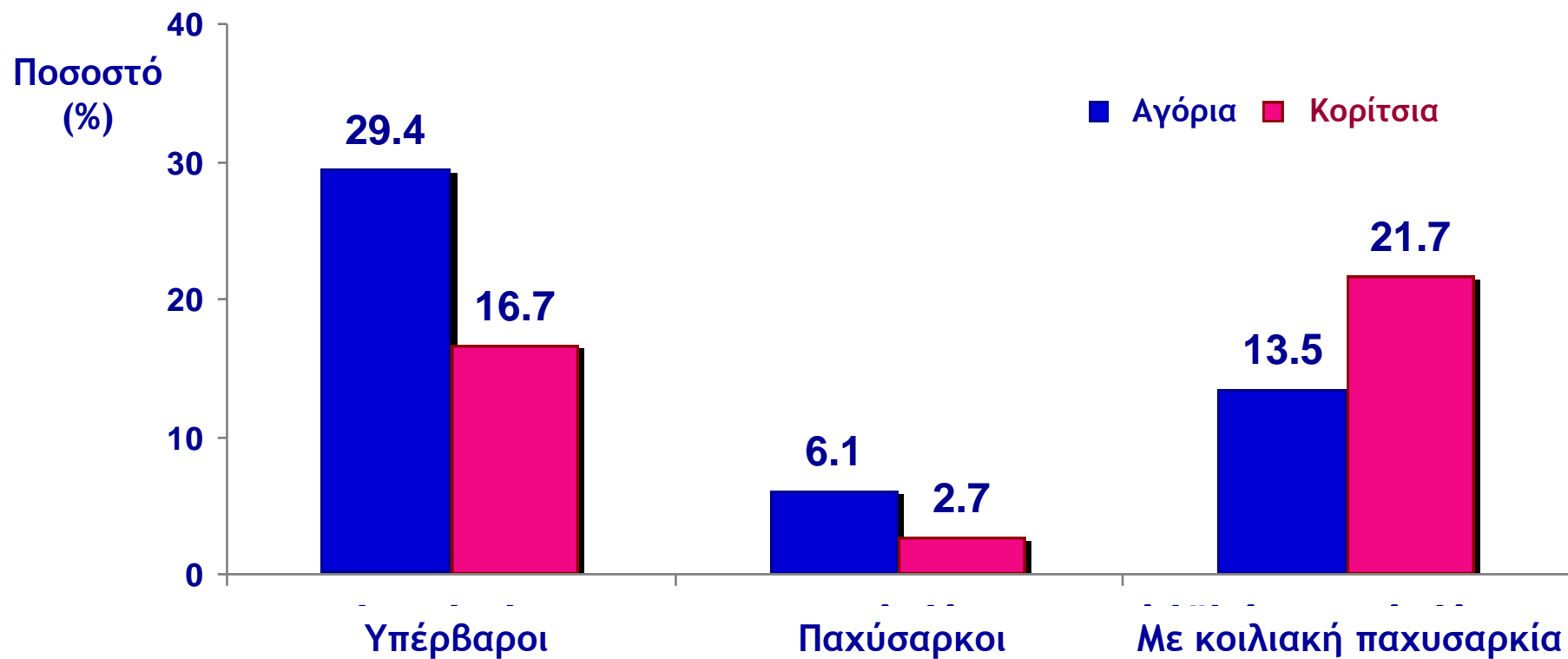


Ποσοστά κατηγοριοποίησης της κατανομής του σωματικού λίπους Ελληνίδων γυναικών, ηλικίας 20-70 ετών, μέσω της περιμέτρου της μέσης



ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ

Ποσοστά παχύσαρκων και υπέρβαρων εφήβων στην Ελλάδα



ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ



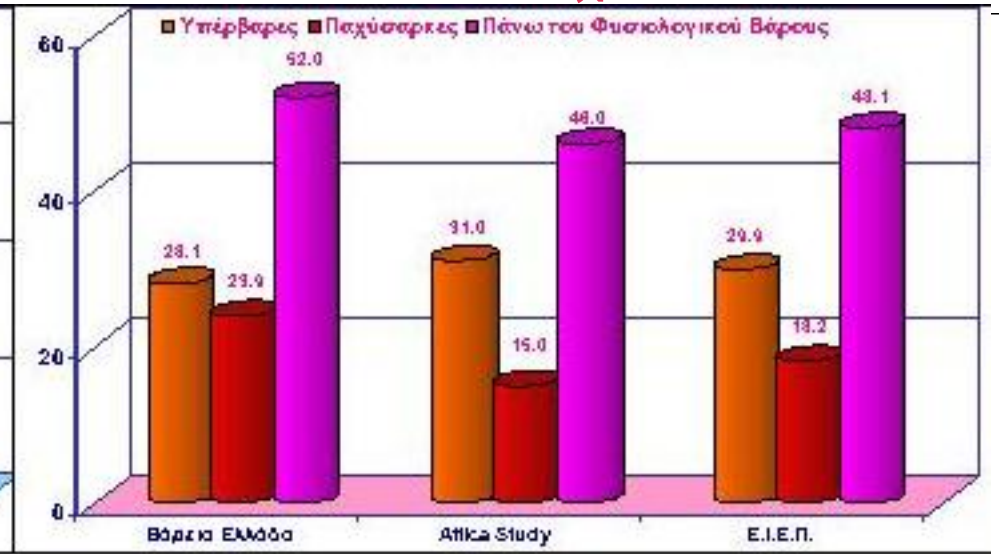
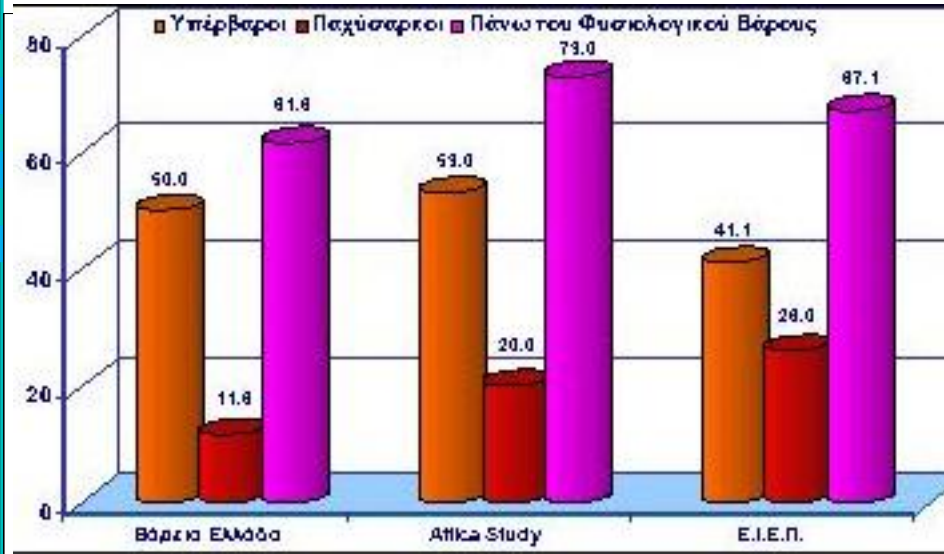
Συγκριτική παράθεση των αποτελεσμάτων 3 επιδημιολογικών μελετών στην Ελλάδα (2000-2003)



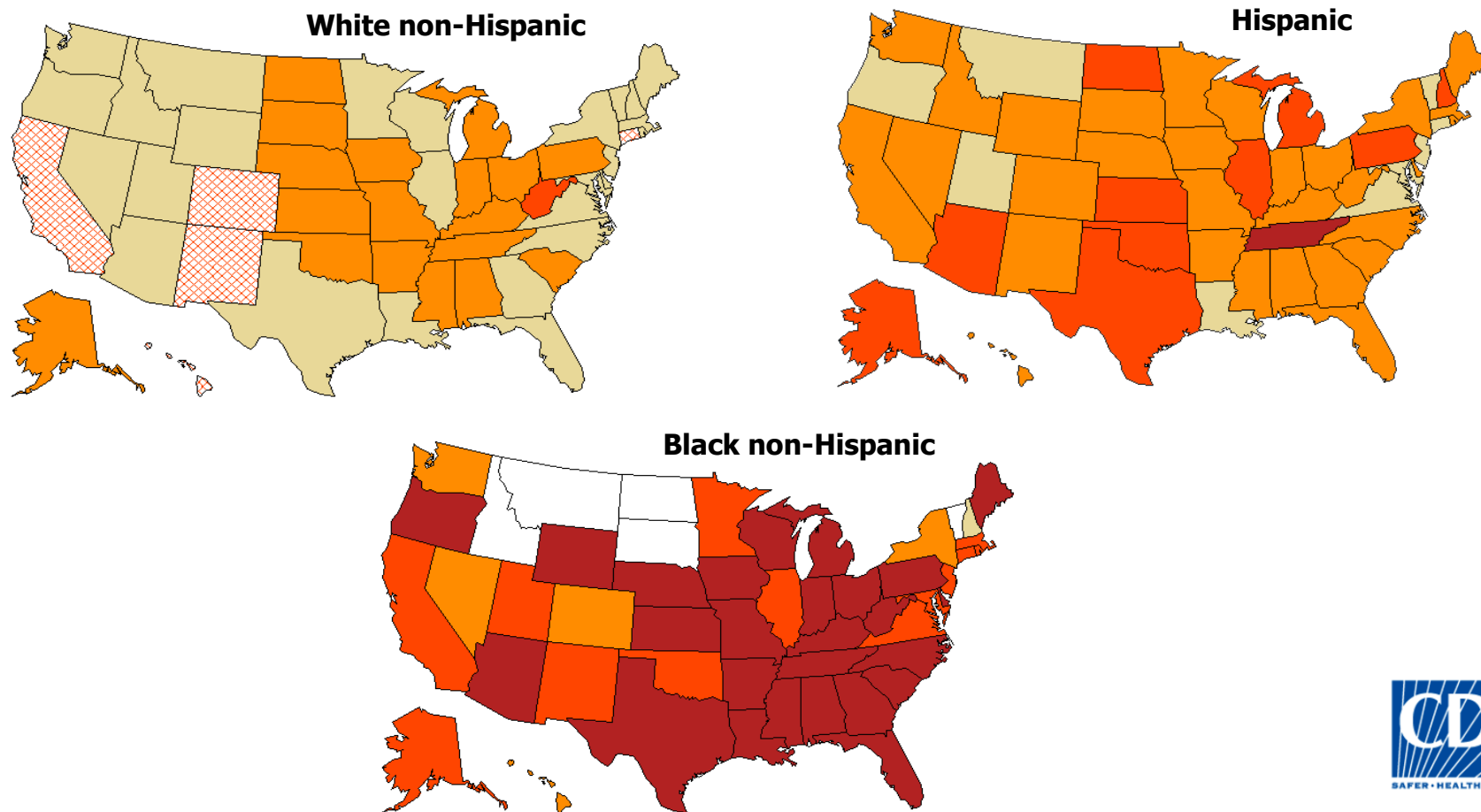
Άνδρες



Γυναίκες



Ο επιπολασμός της παχυσαρκίας, το 2006-2008 σε διαφορετικές φυλές, στις ΗΠΑ



($\Delta\text{ΜΣ} \geq 30 \text{ kg/m}^2$)

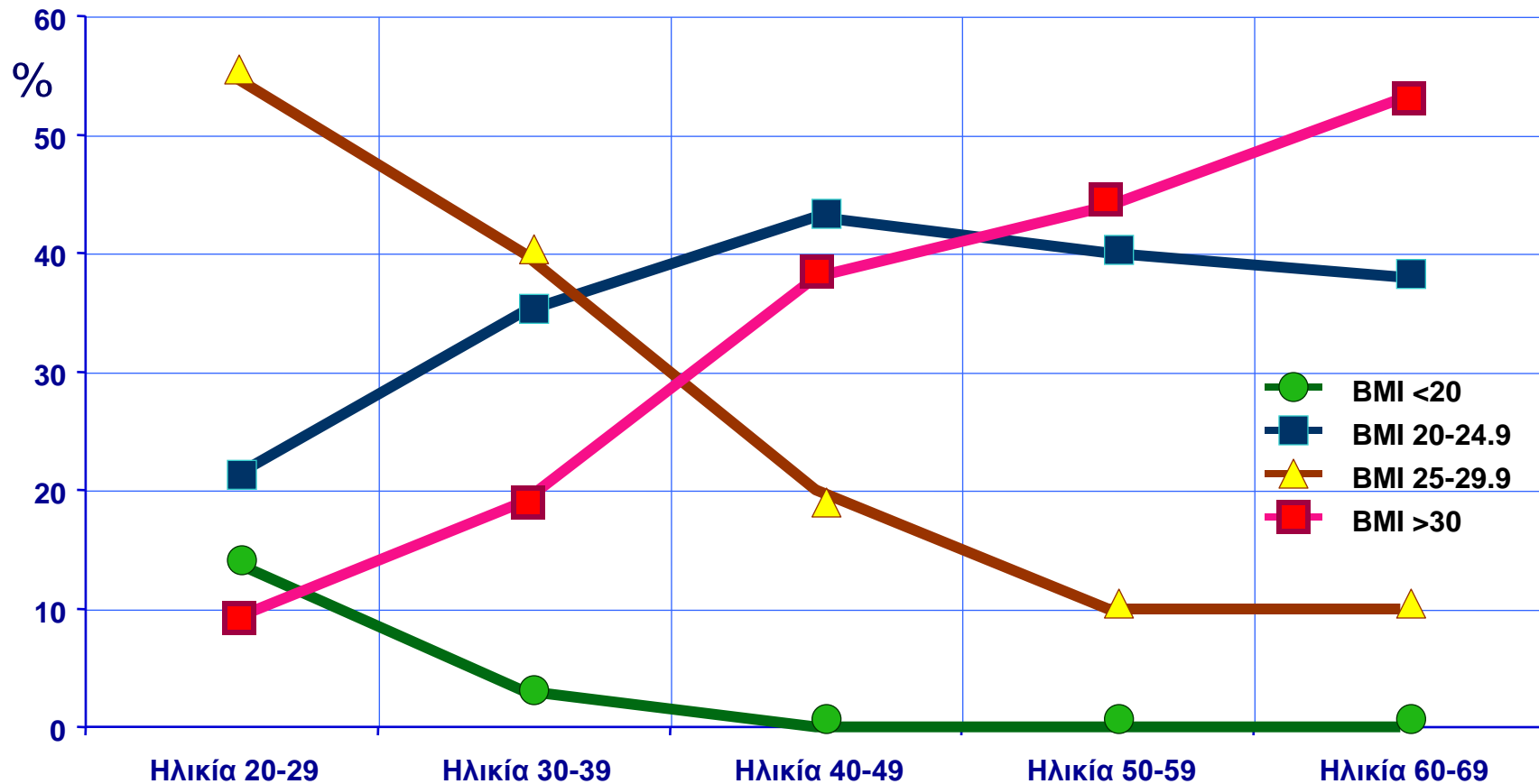
□ No sufficient sample**
 ■ 25–29

▨ < 20
 ■ 30–34

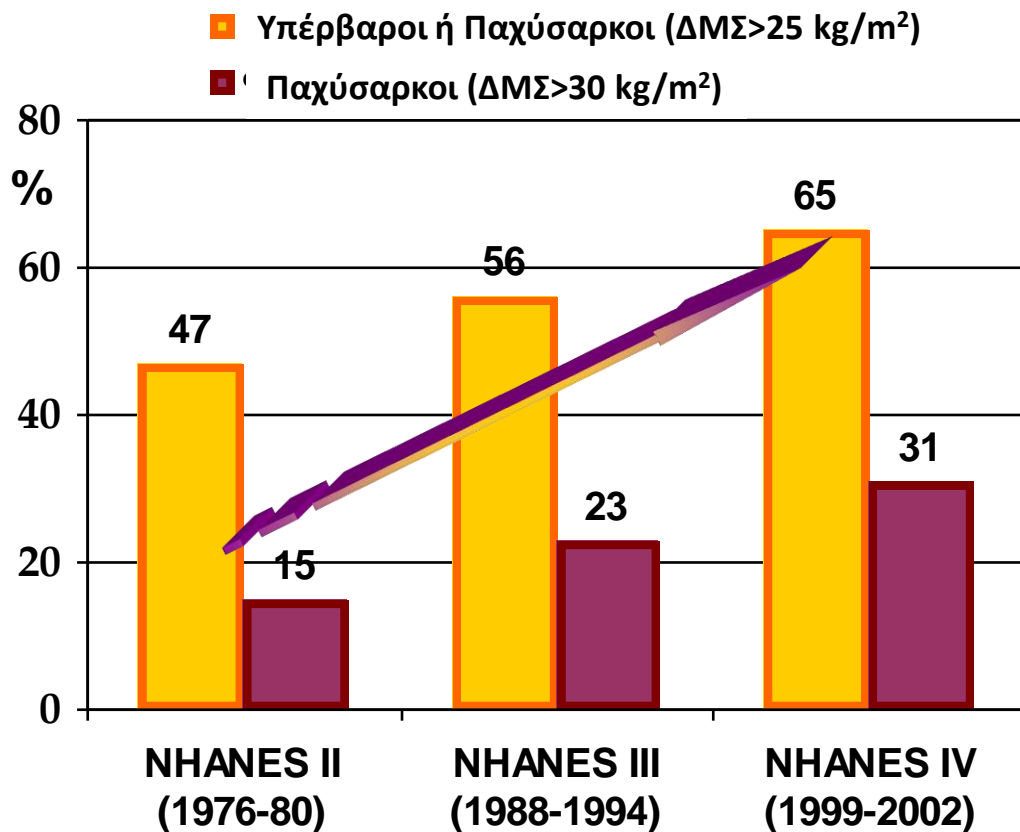
■ 20–24
 ■ 35+



Επιδημιολογικά στοιχεία αύξησης του επιπολασμού της παχυσαρκίας με την πάροδο της ηλικίας



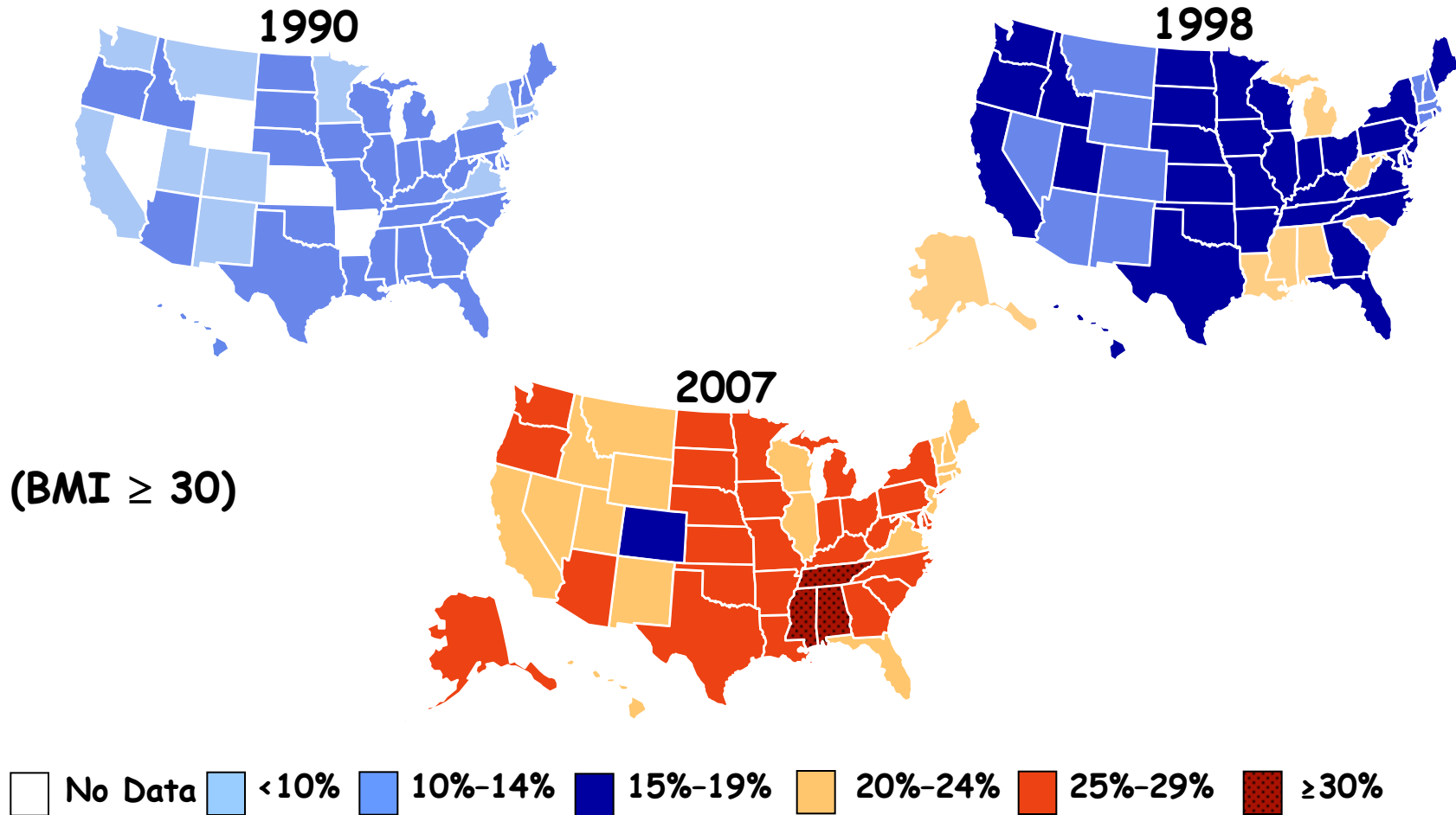
Η εξέλιξη της συχνότητας των υπέρβαρων & παχύσαρκων ενηλίκων, 20-74 ετών, στις ΗΠΑ



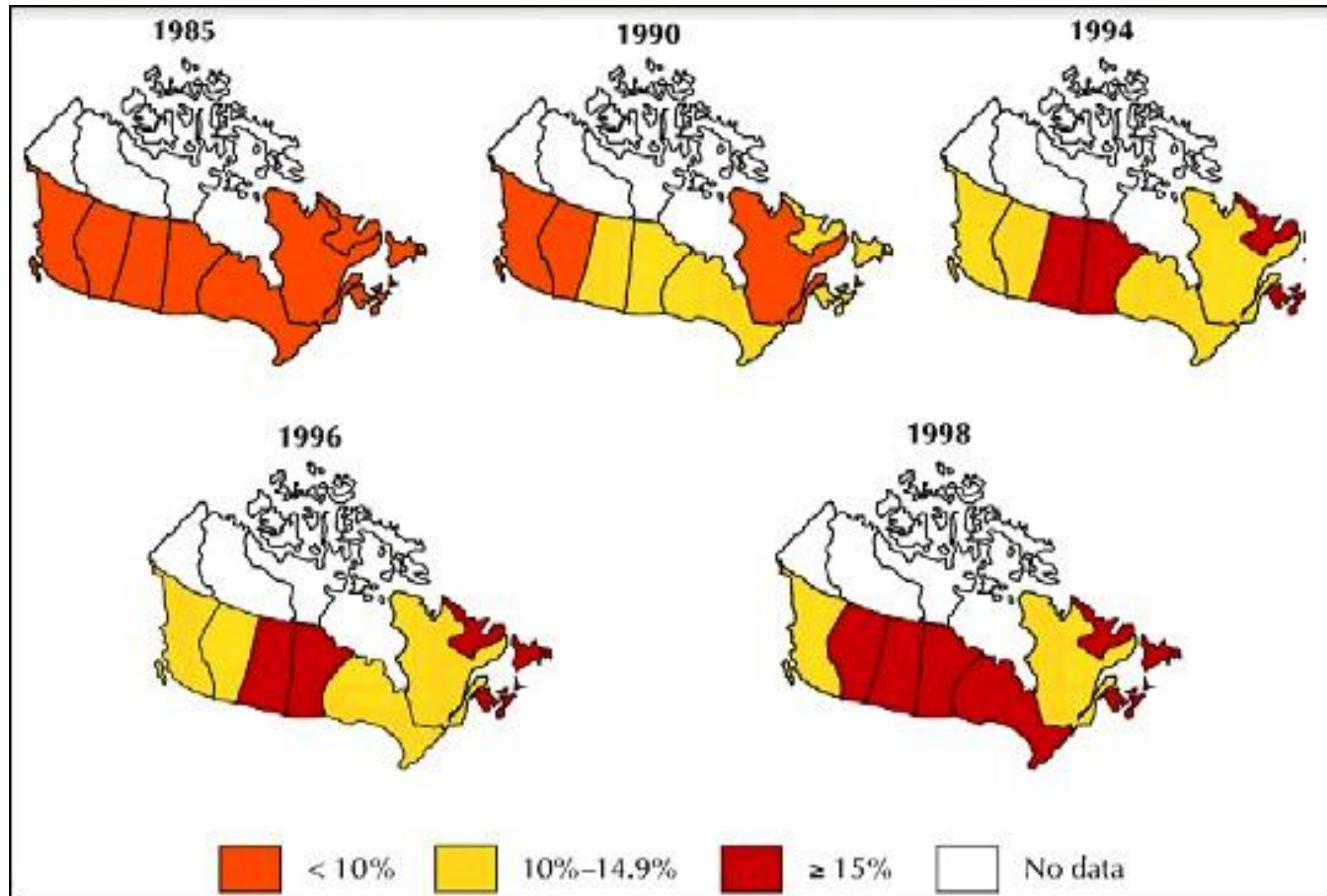
**> 60 εκατομμύρια
Αμερικανοί
είναι παχύσαρκοι**



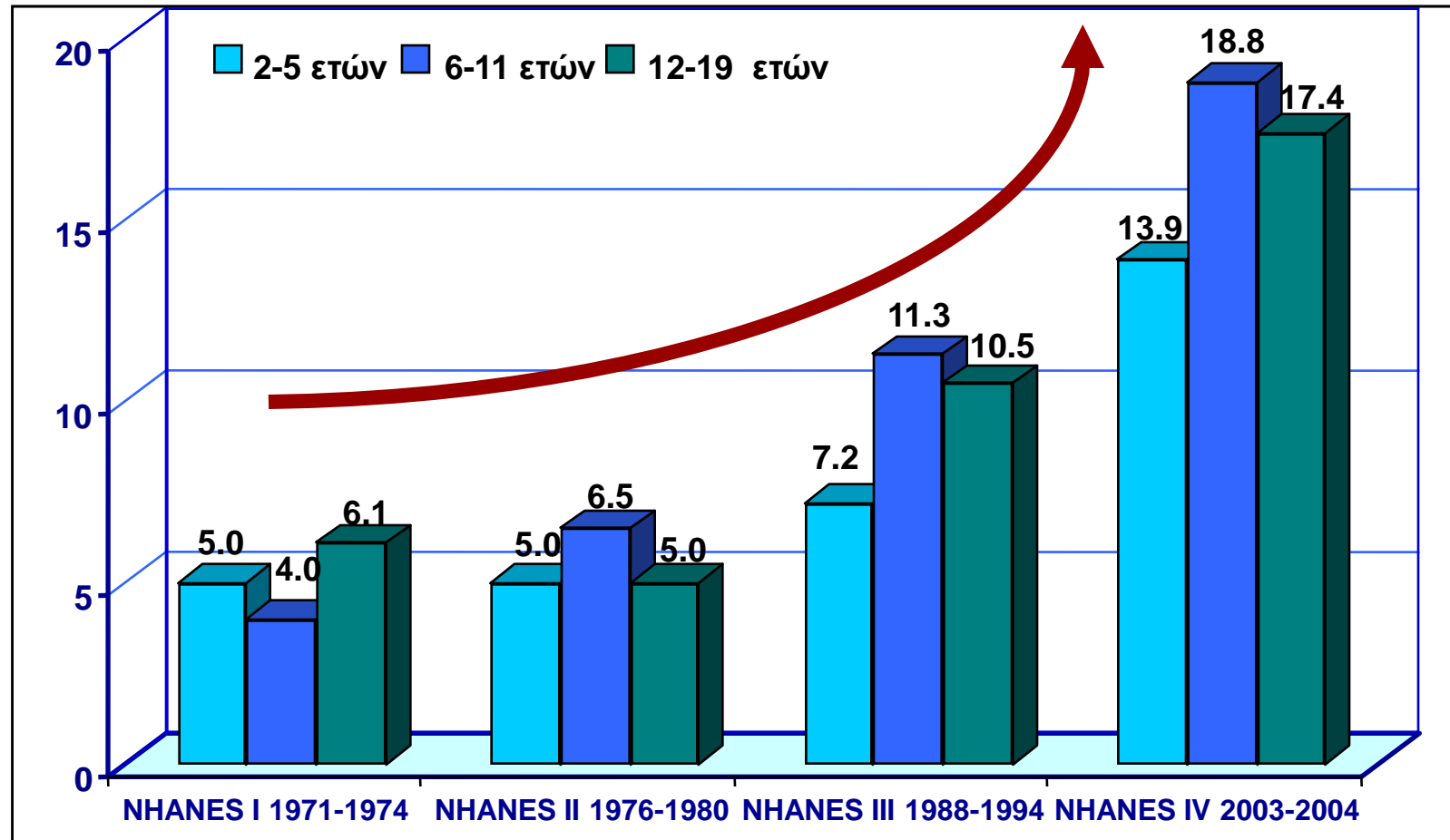
Η εξέλιξη του επιπολασμού της παχυσαρκίας, διαχρονικά στις ΗΠΑ



Η εξέλιξη του επιπολασμού της παχυσαρκίας, διαχρονικά στον Καναδά (1985 - 1998)

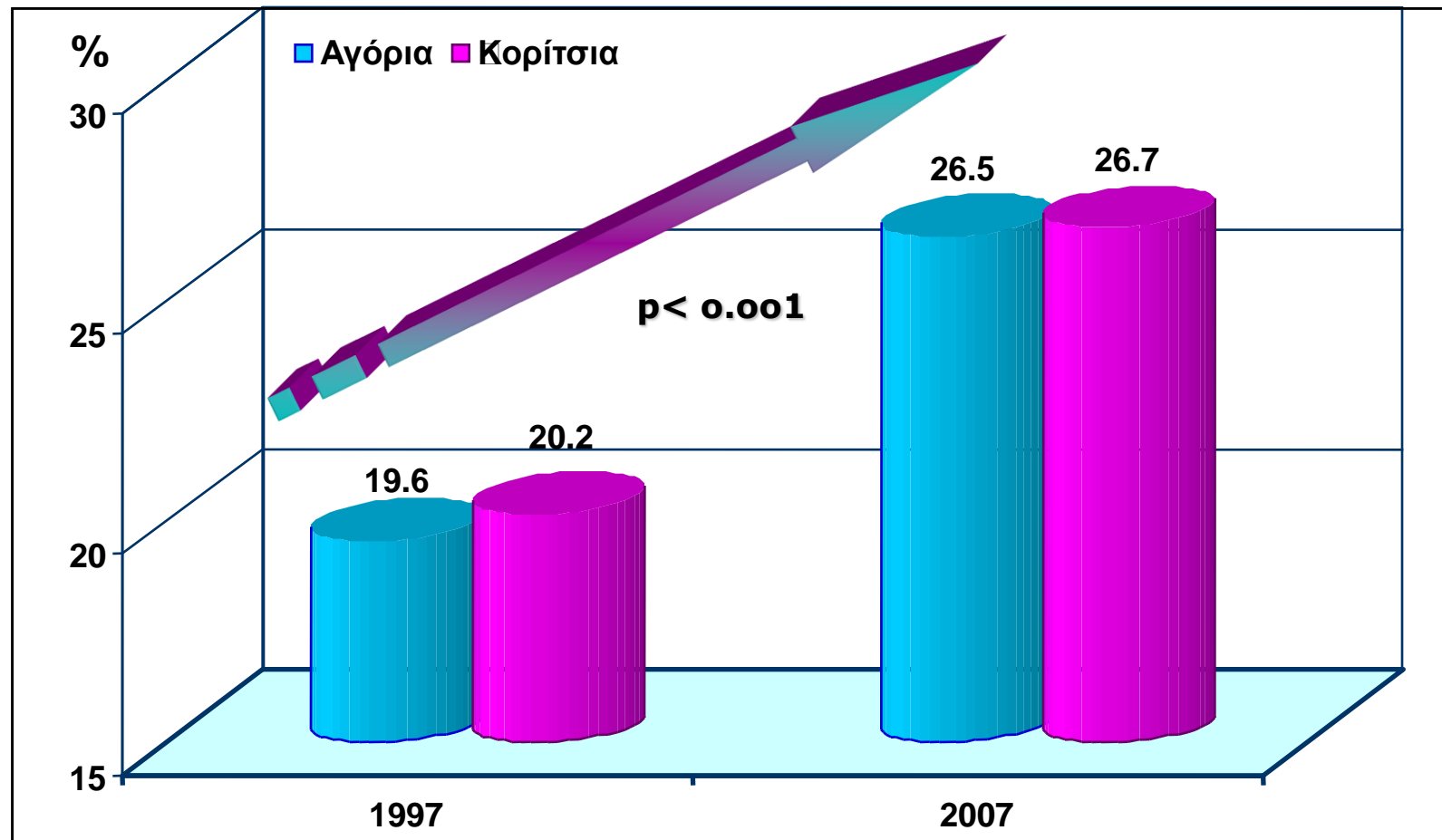


Η εξέλιξη του επιπολασμού υπέρβαρων παιδιών & εφήβων στις ΗΠΑ



Τα Αμερικανόπουλα συνεχώς παχαίνουν ...

Αυξητική τάση του υπερβάλλοντος βάρους Ελληνόπουλων ηλικίας 8-9 ετών, το διάστημα 1997-2007



Η παχυσαρκία ως νόσος στις ΗΠΑ

Προκαλεί >300.000 θανάτους ετησίως στις ΗΠΑ

ΑΙΤΙΕΣ ΠΡΟΩΡΟΥ ΘΑΝΑΤΟΥ που μπορούν να προληφθούν



Δίαιτα & έλλειψη σωματικής άσκησης	310.000-580.000
Κάπνισμα	260.000-470.000
Αλκοόλ	70.000-110.000
Μικρόβια	90.000
Τοξικοί παράγοντες	60.000-110.000
Πυρκαγιές	35.000
Σεξουαλική συμπεριφορά	30.000
Ατυχήματα με αυτοκίνητα-μηχανάκια	25.000
Χρήση φαρμάκων	20.000

Για την πρόληψη της παχυσαρκίας (σε πληθυσμιακό επίπεδο)

Δραστηριοποίηση

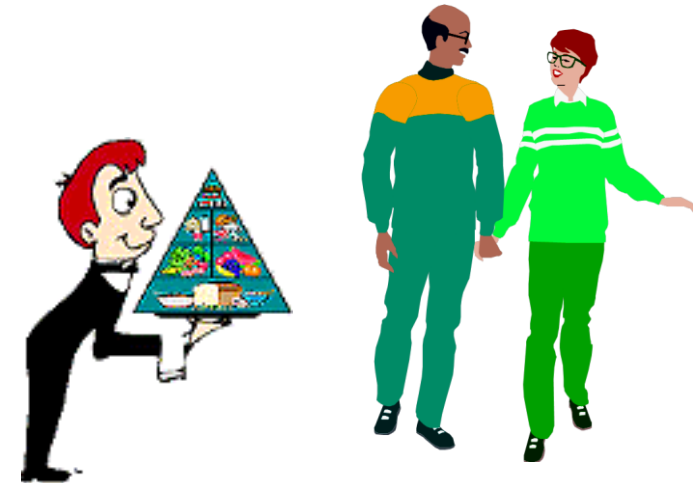
- ✦ Πολιτείας
- ✦ Φορέων υγείας
- ✦ Επιστημόνων

Για σωστή ενημέρωση

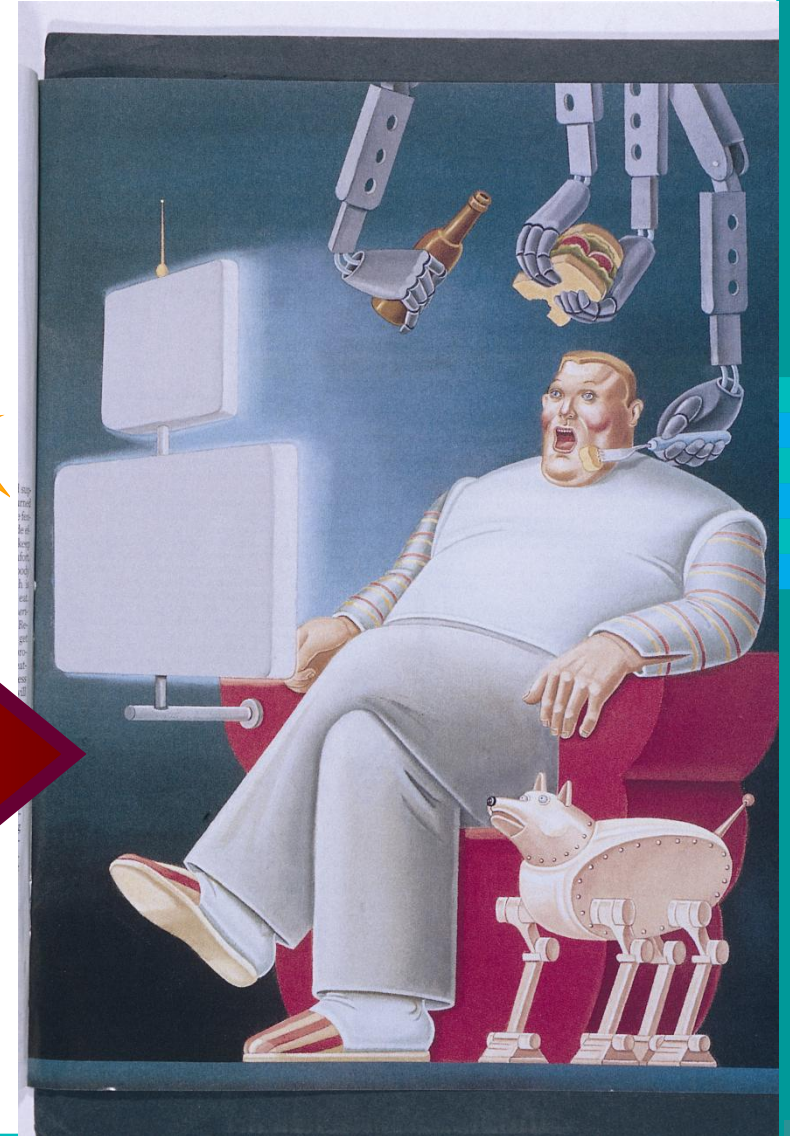
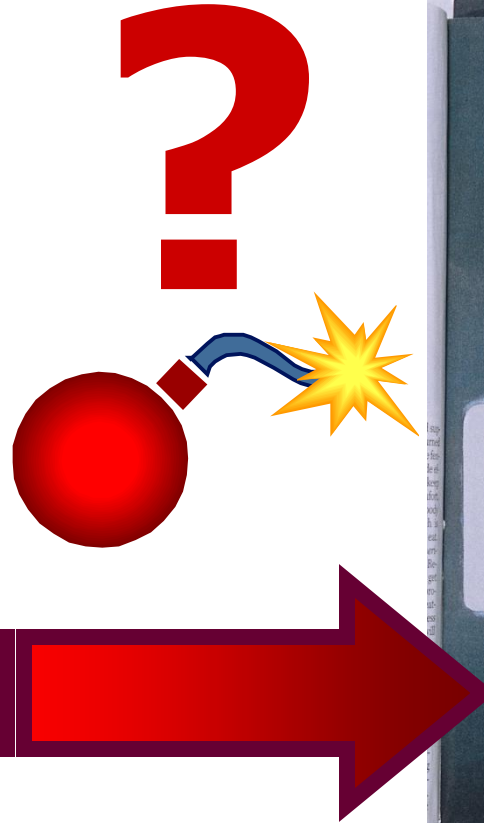
- ✦ Μέσα μαζικής ενημέρωσης
- ✦ Σχολεία
- ✦ Λειτουργοί υγείας
- ✦ Βιομηχανίες τροφίμων

Με στόχο

- ✦ Σωστή διατροφή
- ✦ Αυξημένη σωματική δραστηριότητα



Το πρόβλημα της πρόληψης της παχυσαρκίας





Σας ευχαριστώ για την προσοχή σας