



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
Direcția de Sănătate Publică Gorj
Compartimentul de Evaluare și Promovare a Sănătății - C7

Târgu Jiu, Str. 22 Decembrie 1989, Nr.22 Bis, Cod : 210226

Tel:0253/210156, Fax: 0253/210144,

e-mail principal : office@dspgorj.ro

e-mail Compartimentul de evaluare și promovare a sănătății: promovarea_sanatatii@dspgorj.ro

pagina WEB: dsp-gorj.centruldecacul.ro

Numar de date cu caracter personal: 35910

Nr. 15345 / 18.10.2021

COMUNICAT DE PRESĂ

Campania națională a informării despre efectele nutriției/alimentației

Octombrie 2021

Direcția de Sănătate Publică Gorj, în parteneriat cu Societatea Națională de Cruce Roșie – Filiala Gorj, Inspectoratul Școlar Județean Gorj, Primăria Comunei Peștișani, rețeaua de medicină primară, rețeaua de medicină școlară, autoritățile publice locale din județ prin rețeaua de asistență medicală comunitară, organizează în luna octombrie 2021 campania de informare și educare dedicată informării despre alimentația sănătoasă, respectiv semnificația consumului de fructe, legume, verdețuri și cereale integrale asupra organismului.

Scopul campaniei: creșterea gradului de conștientizare cu privire la rolul important al fructelor, legumelor și produselor conținând cereale integrale în nutriția umană, securitatea alimentară și sănătate.

Grupul țintă al campaniei este populația generală.

Sloganul campaniei este: „Fructele, legumele și cerealele integrale sunt elementele esențiale ale dietei.”

Obiectivele campaniei:

- Informarea populației cu privire la o alimentație sănătoasă;
- Conștientizarea populației în ceea ce privește riscurile unei alimentații nesănătoase;
- Îmbunătățirea stării de sănătate a populației prin reducerea îmbolnăvirilor cauzate de regimul alimentar necorespunzător.

Alimentația nesănătoasă este unul din cei 4 factori de risc comportamentali modificabili (alături de fumat, consum de alcool și inactivitatea fizică), care contribuie la apariția majorității bolilor cronice importante.

Alimentația nesănătoasă generează obezitate la copii, în creștere alarmantă în Europa și întreaga lume, cu consecințe importante asupra sănătății fizice și mentale a copiilor și un risc semnificativ de multiplicare a bolilor cronice la copii și adulți. Alimentația nesănătoasă combinată cu inactivitatea fizică crește semnificativ riscul de boli cronice netransmisibile la adulți: în special boli cardiovasculare (BCV), cancer, hipertensiune arterială (HTA), obezitate și diabet zaharat de tip 2 (DZ2).

Statisticile recente ale Organizației Mondiale ale Sănătății (OMS) situează România între țările europene cu cea mai mică speranță de viață (locul 35). Primele 5 cauze de deces se

referă la afecțiuni având legătură directă cu stilul de viață și implicit cu alimentația: boala coronariană, accidentul vascular, HTA, boală hepatică și cancerul, în cazul acestora alimentația jucând un rol important.

Astfel o dieta săracă în cereale integrale este definită ca un consum mediu zilnic (în grame pe zi) de mai puțin de 90 grame de cereale integrale și este considerată al doilea factor de risc (ce ține de dietă, după consumul de sare), de morbiditate și mortalitate prin bolile cardiovasculare, diabet și cancer.

În ceea ce privește consumul scăzut de fructe, care este definit ca un consum mediu zilnic (în grame pe zi) de mai puțin de 310-340 grame de fructe, inclusiv proaspete, fructe congelate, fierte, conservate sau uscate, cu excepția sucurilor de fructe și a fructelor sărate sau murate, este al treilea factor de risc atribuibil.

Dieta cu conținut scăzut de legume este definită drept consumul mediu (în grame pe zi) de mai puțin de 280-320 g de legume, inclusiv legume proaspete, congelate, fierte, conservate sau uscate și cu excepția leguminoaselor, legumelor sărate sau murate, sucurilor, nucilor, semințelor și legumelor cu amidon (de exemplu, cartofi) a fost cel de-al nouălea factor de risc dietetic pentru DALY atribuibile.

În rândul statelor membre ale UE, consumul zilnic cel mai răspândit de fructe a fost în Italia (85 % din populație) și în Portugalia (81 %). În schimb, în România doar 42% din populație consuma fructe zilnic. În timp ce, în majoritatea statelor membre, între 50% și 80% din populație a raportat consumul de legume zilnic, existau cinci state membre în care proporția era sub 50%: Ungaria (30%), România (41%), Letonia (44%), Lituania și Bulgaria (ambele cu 45%). Cât privește consumul cerealelor integrale, acesta este foarte scăzut în țara noastră, 16-17 g/zi, față de țări ca Suedia cu un consum de 80g/zi, Olanda 87g/zi și Germania 120-130 g/zi.

Ministerul Sănătății, prin Institutul Național de Sănătate Publică, asigură coordonarea la nivel național a acestei campanii.

La nivel județean, coordonarea este asigurată de Direcția de Sănătate Publică Gorj.

DIRECTOR EXECUTIV,

Ec. Stoian Vasile Narcis



Comp. de Eval. și Promovare a Sănătății

Dr. Olar Lavinia

Dr. Boeriu Marius Constantin