

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Παγκύπρια Ημέρα Διατροφής Σέβομαι & Αγαπώ το σώμα μου, Τρώω σωστά, με το δικό μου τρόπο, κάθε μέρα.

«Σέβομαι & Αγαπώ το σώμα μου, Τρώω σωστά, με το δικό μου τρόπο, κάθε μέρα» είναι το φετινό μήνυμα των εκδηλώσεων που διοργανώνει το Υπουργείο Υγείας, σε συνεργασία με το Σύνδεσμο Διαιτολόγων και Διατροφολόγων Κύπρου (Συ.Δι.Κυ.), με αφορμή την Παγκύπρια Ημέρα Διατροφής, που έχει καθιερωθεί ως θεσμός και γιορτάζεται κάθε χρόνο στις 10 Μαΐου.

Η επιστημονική έρευνα έχει αποδείξει ότι σοβαρά νοσήματα με μεγάλο νοσολογικό φορτίο, συνδέονται άμεσα με παράγοντες που σχετίζονται με τη σύγχρονη διατροφή. Η συσχέτιση αυτή έχει φέρει τη διατροφή και τις διατροφικές συνήθειες στο άμεσο ενδιαφέρον της Δημόσιας Υγείας και την έχει αναδείξει σε μια από τις πρώτες προτεραιότητες για την προστασία και προαγωγή της υγείας του πληθυσμού.

Η διαχωριστική γραμμή μεταξύ δίαιτας και διατροφικής διαταραχής είναι πολύ λεπτή και η εμμονή με επαναλαμβανόμενες δίαιτες μπορεί εύκολα στους εφήβους και νέους ενηλίκους να εξελιχθεί σε διατροφική διαταραχή. Τα αίτια μπορούν να αναζητηθούν μέσα στο ίδιο το άτομο και την προσωπικότητά του, την οικογένεια και το περιβάλλον του, ακόμα και μέσα από την προβολή ως προτύπων μη υγιών και μη ρεαλιστικών αδύνατων μοντέλων. Τα παιδιά, δέχονται έτσι πιέσεις, να προσαρμοστούν σε αυτά τα "πρότυπα" και καθορίζουν την αξία τους από το πόσο τα προσεγγίζουν ή όχι. Χαρακτηριστικό είναι ότι ένα υψηλό ποσοστό των νέων γυναικών και κοριτσιών δηλώνουν δυσαρεστημένες με το σώμα τους, ανεξαρτήτως βάρους.

Οι διατροφικές διαταραχές (ΔΔ) περιλαμβάνουν ένα φάσμα καταστάσεων, όπως η ψυχογενής ανορεξία και η ψυχογενής βουλιμία καθώς και άτυπες καταστάσεις (EDNOS). Δικαίως τυγχάνουν ιδιαίτερης δημόσιας, ιατρικής, ψυχολογικής και διαιτολογικής προσοχής εδώ και χρόνια, αφού οδηγούν σε σοβαρά σωματικά, ψυχολογικά, διατροφικά και συναισθηματικά προβλήματα, καθώς επίσης και σε ένα υψηλό ποσοστό θνησιμότητας.

Πρόσφατα ερευνητικά δεδομένα στη χώρα μας (2010)¹ επιβεβαιώνουν αύξηση της συχνότητας της παχυσαρκίας και μη βελτίωση των διατροφικών συνηθειών των παιδιών και εφήβων στην Κύπρο, σε σχέση με αντίστοιχες παλαιότερες έρευνες. Όσον αφορά στις διατροφικές διαταραχές, τα δεδομένα είναι εξίσου ανησυχητικά αφού το 2010 το 35.9% των κοριτσιών και το 18.8% των αγοριών ανήκαν στην ομάδα υψηλού κινδύνου για να αναπτύξουν διατροφική διαταραχή. Το 29.6% των κοριτσιών και το 7.2% των αγοριών είχαν τάση προς αδυνάτισμα, και το 36.4% των κοριτσιών και το 36.8% των αγοριών είχαν τάση προς βουλιμία. Σημειώνεται ακόμα ότι το 27% των κοριτσιών και το 9.4% των αγοριών είχαν δυσαρέσκεια προς το σώμα τους

Η πρωτογενής πρόληψη με την υιοθέτηση ενός υγιεινού τρόπου διαβίωσης πρέπει να αποτελούν προτεραιότητα στην παιδεία των παιδιών που διαμένουν στην Κύπρο, ενώ ταυτόχρονα είναι σημαντική η δευτερογενής πρόληψη με έγκαιρη ανίχνευση των παιδιών υψηλού κινδύνου.

Το Υπουργείο Υγείας και ο Σύνδεσμος Διαιτολόγων και Διατροφολόγων Κύπρου με την συνεργασία του Κέντρου Πρόληψης και Αντιμετώπισης Διατροφικών Διαταραχών, με γνώμονα την ενημέρωση αλλά και την πρόληψη του προβλήματος των Διατροφικών Διαταραχών στην Κύπρο, και στα πλαίσια της Παγκύπριας Ημέρας Διατροφής, διοργανώνουν διαφορές εκδηλώσεις.

10 Μαΐου 2013

¹ Ερευνητικό και Εκπαιδευτικό Ινστιτούτο «Υγεία του Παιδιού», Παιδαγωγικό Ινστιτούτο, Διεύθυνση Δημοτικής και Μέσης Εκπαίδευσης