



# ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΩΝ & ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΩΝ ΚΥΠΡΟΥ

## Ανακοίνωση Συνδέσμου Διαιτολόγων και Διατροφολόγων Κύπρου για την Παγκόσμια Ημέρα Τροφίμων (16 Οκτωβρίου 2022)

Φετινό Θέμα: «Να μην μείνει κανένας πίσω: Καλύτερη παραγωγή, καλύτερη διατροφή, καλύτερο περιβάλλον και καλύτερη ζωή»

### Παγκόσμια Ημέρα Τροφίμων 2022: Η επισιτιστική κρίση, η σπατάλη φαγητού και η εμφάνιση που δίνεται στην Κύπρο για την Παιδική Παχυσαρκία

Μας αφορά μια επισιτιστική κρίση παγκόσμιας κλίμακας αφού εξακολουθούν να υπάρχουν στον πλανήτη δισεκατομμύρια πεινασμένοι άνθρωποι, την ώρα που πετάμε δισεκατομμύρια τόνους φαγητού στα σκουπίδια. Αυτή τη δεδομένη δήλωση που αφορά το φετινό θέμα της Παγκόσμιας Ημέρας Τροφίμων, επιχειρεί ο Οργανισμός Τροφίμων και Γεωργίας (FAO) του ΟΗΕ να ευαισθητοποιήσει και να αφυπνίσει συνειδήσεις για ένα τεράστιο ζήτημα που απασχολεί την ανθρωπότητα τόσο ηθικά όσο και περιβαλλοντικά: Τη διαχείριση των τροφίμων.

Η Παγκόσμια Ημέρα Τροφίμων (Διατροφής/Επισιτισμού) εορτάζεται στις 16 Οκτωβρίου και με σύνθημα «Να μην μείνει κανένας πίσω: Καλύτερη παραγωγή, καλύτερη διατροφή, καλύτερο περιβάλλον και καλύτερη ζωή», ο FAO επισημάνει ότι «το 2022 μας βρίσκει με μια συνεχιζόμενη πανδημία, συγκρούσεις, ένα κλίμα που δεν θα σταματήσει να θερμαίνεται, αυξανόμενες τιμές και διεθνείς εντάσεις. Αυτό επηρεάζει την παγκόσμια επισιτιστική ασφάλεια. Πρέπει να οικοδομήσουμε έναν βιώσιμο κόσμο όπου όλοι, παντού έχουν τακτική πρόσβαση σε αρκετά θρεπτικά τρόφιμα. Κανείς δεν πρέπει να μείνει πίσω». Το θέμα αυτό υπογραμμίζει τη σημασία της παγκόσμιας αλληλεγγύης για την προώθηση βιώσιμων αγροδιατροφικών συστημάτων.

Η Παγκόσμια Ημέρα Τροφίμων (ΠΗΤ-World Food Day), είναι μια από τις γνωστότερες ημέρες του Οργανισμού των Ηνωμένων Εθνών (ΟΗΕ) και γιορτάζεται κάθε χρόνο στις 16 Οκτωβρίου, με πολλαπλές εκδηλώσεις και δραστηριότητες σε περισσότερες από 150 χώρες. Αποτελεί άριστη ευκαιρία για παγκόσμια ευαισθητοποίηση και ανάληψη δράσεων για εκείνους που υποφέρουν από την πείνα και για την ανάγκη εξασφάλισης υγιεινής διατροφής για όλους.

Ο Σύνδεσμος Διαιτολόγων και Διατροφολόγων Κύπρου (ΣΥΔΙΚΥ) είναι περήφανος που συμμετέχει με την παγκόσμια κοινότητα και εορτάζει την Παγκόσμια Ημέρα Τροφίμων ευαισθητοποιώντας τον καθένα μας σχετικά με τη σημασία της υιοθέτησης βιώσιμων συστημάτων τροφίμων σε όλο τον κόσμο.

Το παγκόσμιο σύστημα τροφίμων βρίσκεται στο επίκεντρο μιας σειράς ζητημάτων που αντιμετωπίζει ο κόσμος: φτώχεια, υγειονομικές κρίσεις και υποβάθμιση του περιβάλλοντος. Για να αντιμετωπιστούν όλα αυτά, πρέπει να προωθήσουμε τον διαρθρωτικό μετασχηματισμό που δημιουργεί ένα βιώσιμο και ανθεκτικό σύστημα τροφίμων.

Παρά τις προσπάθειες για τη δημιουργία μιας καλύτερης κοινωνίας, πάρα πολλοί άνθρωποι έχουν μείνει πίσω, ανίκανοι να αξιοποιήσουν τις εκπληκτικές προόδους που έχουμε κάνει κοινωνικά, οικονομικά και τεχνολογικά. Ο κόσμος έχει τους πόρους για να ταΐσει τους πάντες, αλλά λόγω του υψηλού κόστους της κατανάλωσης υγιεινών τροφίμων, εκατομμύρια άνθρωποι παγκοσμίως βιώνουν επισιτιστική ανασφάλεια και υποσιτισμό. Οι επιπτώσεις του COVID-19, της κλιματικής αλλαγής και της εισβολής στην Ουκρανία



# ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΩΝ & ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΩΝ ΚΥΠΡΟΥ

αυξάνουν την επισιτιστική ανασφάλεια σε όλο τον κόσμο, εμποδίζοντας την πρόσβαση και τη διαθεσιμότητα θρεπτικών τροφίμων και εμποδίζοντας την επίτευξη του Στόχου Βιώσιμης Ανάπτυξης 2: Μηδενική Πείνα.

Η φετινή Παγκόσμια Ημέρα Τροφίμων συνέπεσε με τη διαπίστωση που έχει γίνει στην Κυπριακή Βουλή των Αντιπροσώπων στις 13/10/2022 για την παιδική παχυσαρκία όπου καλεσμένος ήταν και ο ΣυΔικυ. Το θέμα συζήτησης ήταν :

## **B2. Παιδική παχυσαρκία – Προβλήματα και τρόποι επίλυσή τους**

Τα αποτελέσματα για τα ποσοστά της παιδικής παχυσαρκίας στην Κύπρο φαίνονται στο πιο κάτω πίνακα (είναι βασισμένα σε διαφορετικές πηγές και διαφορετικές ηλικίες, σε διαφορετικές χρονολογίες έτσι η κατάταξη της σε παιδική παχυσαρκία στην Ευρώπη είναι από την 1-7<sup>η</sup> θέση)

ΠΗΓΗ	ΧΡΟΝΟΛΟΓΙΑ	ΗΛΙΚΙΕΣ	ΥΠΕΡΒΑΛΟΝ ΒΑΡΟΣ (ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕ ΝΗΣ ΤΗΣ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ )	ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ
World Health Organization's European Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI).	2015-2017	7-9	43% ΚΟΡΙΤΣΙΑ & ΑΓΟΡΙΑ (Κύπρος 1 <sup>η</sup> από 39 χώρες Ευρωπαϊκές)	21% ΑΓΟΡΙΑ, για ηλικίες 7-9 χρ. 19% ΚΟΡΙΤΣΙΑ, για ηλικίες 7-9 χρ.  (Κύπρος 1 <sup>η</sup> από 39 χώρες Ευρωπαϊκές)  8-9% ΑΓΟΡΙΑ, για ηλικίες 9 χρ. 11-12% ΚΟΡΙΤΣΙΑ, για ηλικίες 9 χρ.
Επιτολασμός του υπερβολικού βάρους και της παχυσαρκίας σε παιδιά και εφήβους ηλικίας 10-19 ετών στην ευρωπαϊκή περιφέρεια του ΠΟΥ	2016	5-9/ 10-19	7 <sup>η</sup> / 8 <sup>η</sup> θέση, αντίστοιχα με την ηλικία	
EFSA project Cyprus	2014-2017	3-9	24% ΣΥΝΟΛΟ 23% ΚΟΡΙΤΣΙΑ 25% ΑΓΟΡΙΑ	



# ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΩΝ & ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΩΝ ΚΥΠΡΟΥ

EFSA project Cyprus	2014-2017	10-17	20% ΣΥΝΟΛΟ 20% ΚΟΡΙΤΣΙΑ 20% ΑΓΟΡΙΑ	
ΣυΔικυ σε συνεργασία με ΑΛΦΑ ΜΕΓΑ	2018-2020	9-12	26% ΚΟΡΙΤΣΙΑ 28% ΑΓΟΡΙΑ (Δείγμα 600 παιδιών)	

Είναι γενικά αποδεκτό ότι η θεραπεία και η πρόληψη της παιδικής παχυσαρκίας είναι γεγονός για την Κύπρο. Είναι επίσης επίφοβο ότι σύμφωνα με διεθνείς έρευνες περίπου το ένα τρίτο (26 έως 41%) των παχύσαρκων παιδιών προσχολικής ηλικίας θα είναι παχύσαρκα ως ενήλικες και περίπου τα μισά (42 έως 63%) των παχύσαρκων παιδιών σχολικής ηλικίας θα είναι παχύσαρκοι ως ενήλικες. Για όλες τις μελέτες και σε όλες τις ηλικίες, ο κίνδυνος παχυσαρκίας των ενηλίκων ήταν τουλάχιστον διπλάσιος για τα παχύσαρκα παιδιά από ό,τι για τα μη παχύσαρκα παιδιά. Ο κίνδυνος παχυσαρκίας των ενηλίκων ήταν μεγαλύτερος για τα παιδιά που βρίσκονταν σε υψηλότερα επίπεδα παχυσαρκίας και για τα παιδιά που ήταν παχύσαρκα σε μεγαλύτερες ηλικίες.

Εισηγήσεις του ΣυΔικυ προς τη Βουλή για την αντιμετώπιση του προβλήματος της παιδικής παχυσαρκίας. Οι εισηγήσεις αναφέροντα επιγραμματικά και μπορούν να αναλυθούν/ επεξηγηθούν στη Βουλή και οπωσδήποτε κάποια θεσμοθέτηση είναι αναγκαία.

1. Θέσπιση τελών σε βιομηχανία ποτών με ζάχαρη και τα έσοδα από την εισφορά θα επενδυθούν σε προγράμματα για τη μείωση της παχυσαρκίας και την ενθάρρυνση της σωματικής άσκησης και της ισορροπημένης διατροφής για τα παιδιά σχολικής ηλικίας.
2. Αφαίρεση του 20% της ζάχαρης από τα προϊόντα σε συνεργασία με τις βιομηχανίες τροφίμων
3. Στήριξη της καινοτομίας για να βοηθηθούν οι επιχειρήσεις να κάνουν τα προϊόντα τους πιο υγιεινά (τα μέλη του ΣυΔικυ μπορούν να προσφέρουν τις υπηρεσίες τους για την υλοποίηση αυτής της καινοτομίας)
4. Ανάπτυξη νέου πλαισίου με επικαιροποίηση του μοντέλου θρεπτικού προφίλ
5. Διάθεση υγιεινών επιλογών στον δημόσιο τομέα
6. Παροχή υποστήριξης με το κόστος των υγιεινών τροφίμων για όσους το χρειάζονται περισσότερο
7. Ενθάρρυνση σε όλα τα παιδιά να απολαμβάνουν μια ώρα σωματικής δραστηριότητας κάθε μέρα
8. Βελτίωση του συντονισμού ποιοτικών προγραμμάτων αθλητισμού και σωματικής άσκησης για τα σχολεία
9. Δημιουργία ενός νέου συστήματος υγιούς αξιολόγησης για τα δημοτικά σχολεία (σε Συνεργασία με Υπουργείο Παιδείας, Αθλητισμού και Νεολαίας, ΥΠΑΝ)
10. Συνέχιση της προσπάθειας για προσφοράς πιο υγιεινών τροφίμων στα σχολείων σε Συνεργασία με ΥΠΑΝ
11. Σαφέστερη και διαδραστική επισήμανση τροφίμων (εύκολος και διαδραστικός τρόπος για να διαβάζονται οι επιγραφές τροφίμων σε συνεργασία με Υπουργείο Υγείας και Υπουργείο Εμπορίου)
12. Υποστήριξη ρυθμίσεων για τα πρώτα χρόνια ζωής και μέτρα προώθησης του μητρικού θηλασμού (πχ κίνητρα)
13. Αξιοποίηση της καλύτερης νέας τεχνολογίας (πχ. Η υιοθέτηση της εφαρμογής Sugar Smart του Change4Life δείχνει τις δυνατότητες των ψηφιακών εφαρμογών από αυτή την άποψη).

**Πρόεδρος:** Ελένη Π. Ανδρέου, **Αντιπρόεδρος:** Χριστιάνα Φιλίππου, **Γραμματέας:** Άννα Παχίτα, **Ταμίας:** Προκόπης Καλλή

**Βοηθός Γραμματέας:** Νικολέττα Ντορζή, **Μέλη:** Νικόλαος Ντάφλος, Δημήτρης Παπαμιχαήλ  
Ταχ. Διεύθυνση: Τ.Θ. 28823, Τ.Τ. 2083 Λευκωσία, Κύπρος / Τηλ: 22452258- Fax: 22-452292



# ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΩΝ & ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΩΝ ΚΥΠΡΟΥ

14. Παροχή βοήθειας από επαγγελματίες υγείας (πχ διαιτολόγους/διατροφολόγους) για την υποστήριξη των οικογενειών
15. Υλοποίηση της έρευνας ΠΑΜΕΔΥ στην Κύπρο. Η **Πανελλαδική Μελέτη Διατροφής και Υγείας (ΠΑΜΕΔΥ)** αφορά τις διατροφικές συνήθειες και τα χρόνια νοσήματα σε αντιπροσωπευτικό δείγμα 4.600 παιδιών και ενηλίκων στη Ελλάδα. Ο Καθ. Αντώνης Ζαμπέλας υπεύθυνος της έρευνας συμφώνησε με τον ΣυΔικυ να πραγματοποιηθεί η έρευνα αυτή και στην Κύπρο με σκοπό την βελτίωση της ζωής και η Υγείας του ατόμου.
16. Θεσμοθέτηση του τομέα Διατροφής στο Υπουργείο Υγείας και Εθνικής Επιτροπής Διατροφής που να είναι πολυθεματική και να συμμετέχουν όλοι οι εμπλεκόμενοι φορείς.
17. Δημιουργία αγροδιατροφικής πολιτικής (ενημέρωση αγροτών και παραγωγών τροφίμων για διατροφική βελτίωση των σοδιών τους και για την παραγωγική αλυσίδα τροφίμων).

Οι δράσεις αυτές θα μειώσουν σημαντικά το ποσοστό παιδικής παχυσαρκίας της Κύπρου μέσα στα επόμενα 10 χρόνια. Η επίτευξη αυτού του στόχου θα σημαίνει λιγότερα παχύσαρκα παιδιά το 2032 από ό, τι εάν τα ποσοστά παχυσαρκίας παραμείνουν ως έχουν.

## Τρέχων τρόποι αντιμετώπισης παιδικής παχυσαρκίας από τον ΣυΔικυ

1. Ενημερωτικές διαλέξεις και εργαστήρια σε παιδιά/ έφηβους για Παχυσαρκία και Άσκηση
2. Πρόγραμμα **Παιδί Διατροφή και Υγεία** που γίνεται σε συνεργασία με ΑΛΦΑ ΜΕΓΑ έδωσε την ευκαιρία σε 600 παιδιά να επισκεφθούν Διαιτολόγο/Διατροφολόγο μέλος του ΣΥΔΙΚΥ για ατομική και οικογενειακή διατροφή και αλλαγή των διατροφικών τους συνήθειων. Για το 2022 θα δοθούν ακόμα 2000 κουπόνια σε παιδιά 9-12 χρονών. Πραγματοποίηση του RUN AS ONE προώθηση της άσκησης και διατροφής με έμπρακτο τρόπο. Φέτος σε συνεργασία με το Υπουργείο Παιδείας θα δοθούν και 600 κουπόνια σε άπορα παιδιά.
3. Παγκύπρια Ημέρα Διατροφής για 2021 για Ενσυνείδητη Διατροφή (infographic, διαλέξεις, σεμινάρια, εκπαιδευτικά παιχνίδια)
4. Παγκύπρια Ημέρα Διατροφής για 2022 για Obesity Bulling (infographic, διαλέξεις, σεμινάρια, εκπαιδευτικά παιχνίδια, διαδραστικά εργαστήρια, πεζοδρομίες σε όλη την Κύπρο)
5. Ερευνητικά προγράμματα για: Παιδική Παχυσαρκία, Διαπίστωση κίνδυνου Διατροφικών Διαταραχών και Παχυσαρκίας, Ενσυνείδητη διατροφή, Προτιμήσεις Διατροφής στα Παιδιά, Covid-19 και σχέση με σωματικό βάρος και διατροφικές συνήθειες των Κυπρίων.
6. Θεσμός με πραγματοποίηση Υγιεινών Προγευμάτων στα Σχολεία σε συνεργασία με Υπουργείο Παιδείας
7. (διαλέξεις, βιωματικά εργαστήρια, εκπαιδευτικά παιχνίδια, χρήση applications, προσφορά θεματικών γευμάτων με βοήθεια μεγάλων εταιρειών τροφίμων της Κύπρου)
8. Διαλέξεις για γονείς και παιδιά στα σχολεία
9. Δημιουργία της πρώτης διαδραστικής πλατφόρμας διατροφής για παιδιά και μεγάλους (συνεργασία ΣυΔικυ με εταιρεία Χαραλαμπίδης & Κρίστης)
10. Workshops Διαβήτη, Διατροφικές Διαταραχές, Παχυσαρκία
11. Συνεργασία με Lidl Food Academy και Υπουργείο Παιδείας για εκπαίδευση παιδιών για τρόπο παραγωγής τροφίμων, αλυσίδας τροφής και θέματα διατροφής. Πραγματοποίηση το Lidl Wellness Camp
12. Συνεργασία με Υπουργείο Υγείας, Υπουργείο Παιδείας, Αθλητισμού και Νεολαίας, Υπουργείο Γεωργίας, Αγροτικής Ανάπτυξης και Περιβάλλοντος (προσφορά φρούτων και λαχανικών στα σχολεία)
13. Μέλος της επιτροπής ΚΕΕΣΚ για Σχολικά Κυλικεία. Συγγραφή βιβλίου με πρότυπα σχολικών εδεσμάτων με



# ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΩΝ & ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΩΝ ΚΥΠΡΟΥ

την διατροφική ανάλυση.

14. Προώθηση Μητρικού θηλασμού
15. υμμετοχή στο BEACTIVE για προώθηση Διατροφής και Άσκησης (Σεμινάρια σε κοινό και επαγγελματίες υγείας, πεζοδρομίες, ανθρωπομετρήσεις σε παιδιά)
16. Συγγραφή παιδικού βιβλίου «Παιχνογνώση»
17. Δημιουργία Ηλεκτρονικών παιχνιδιών και applications
18. Συγγραφή Εθνικών Οδηγιών Διατροφής για παιδιά και έφηβους σε συνεργασία με Υπουργείο Υγείας
19. Συνεργασία με ίδρυμα MAZI (Ίδρυμα διατροφικών διαταραχών και παχυσαρκίας Κύπρου) για πρόληψη και θεραπεία των εν λόγω περιστατικών, οικονομική βοήθεια αλλά και εκπαίδευση επαγγελματιών υγείας.
20. Μέλος της Επιτροπής Ποιότητας Ζωής στο Υπουργείο Υγείας
21. Ενημερωτικά τρίπτυχα (Σημασία του Προγεύματος, Παιδική Διατροφή, Θηλασμός, Άσκηση και Διατροφή, βιβλιάριο για εύκολη χρήση των επιγραφών τροφίμων κλπ).

Είναι γεγονός ότι η Κύπρος συγκαταλέγεται ανάμεσα στις πρώτες χώρες με πολύ ψηλό ποσοστό στο θέμα της παιδικής παχυσαρκίας.

Ο Σύνδεσμος Διαιτολόγων και Διατροφολόγων Κύπρου θα συνεχίσει τις προσπάθειές του για πρόληψη και θεραπεία της παιδικής παχυσαρκίας και τείνει χέρι συνεργασίας τόσο στη Βουλή, στα αρμόδια Υπουργεία αλλά και σε οποίο άλλο φορέα θα ήθελε να συνεχίσει τις προσπάθειες για την αντιμετώπιση αυτού του προβλήματος .

*Για τον Σύνδεσμο Διαιτολόγων και Διατροφολόγων Κύπρου:*

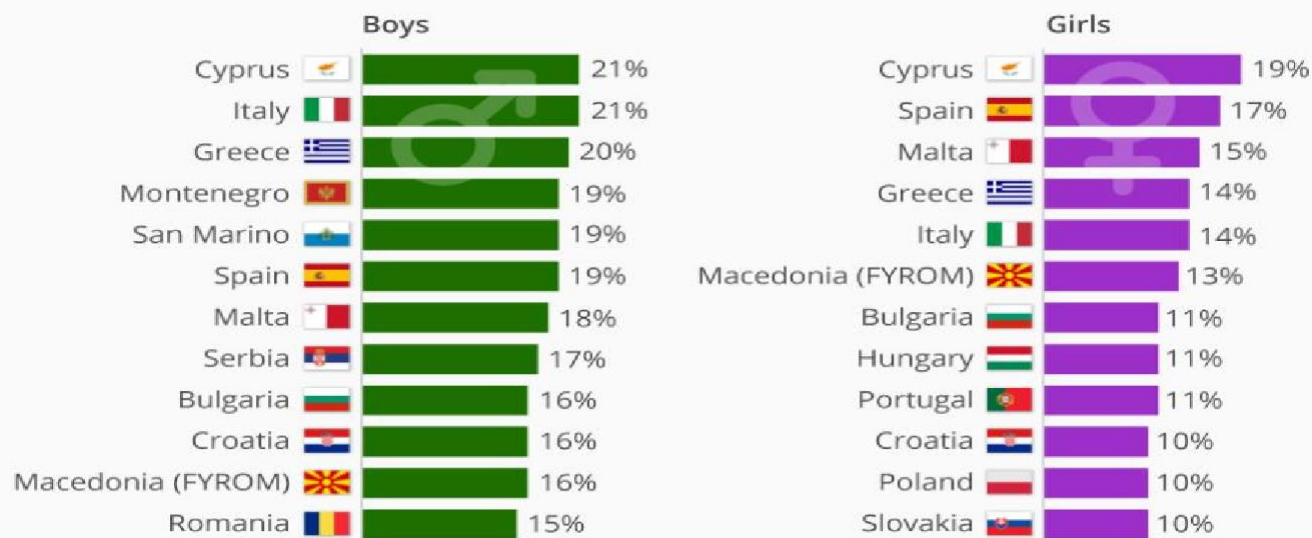
*Δρ Ελένη Π. Ανδρέου, RDN, LD  
Κλινική Διαιτολόγος  
Πρόεδρος Συ.Δι.Κυ.*

# ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΩΝ & ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΩΝ ΚΥΠΡΟΥ



## Where childhood obesity is most prevalent in Europe

Share of 6 to 9 year olds considered obese in European countries (2015-2017)\*



\* Based on the 2007 WHO recommended growth reference.

Age of children varies between countries, within the span of 6 to 9 years.

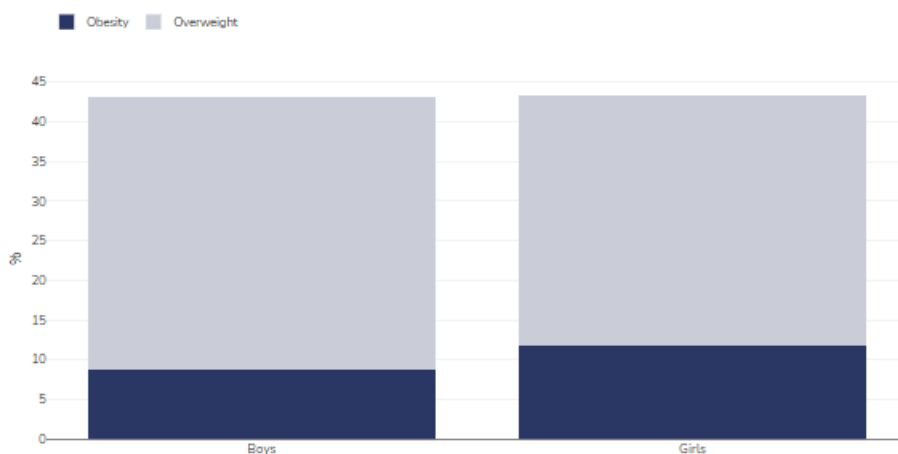
Not all European countries included in the research, e.g. the UK and Germany.



Children

## Obesity prevalence

### Children, 2015-2017



Survey type:	Measured
Age:	9
Sample size:	653
Area covered:	National
References:	WHO European Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI) Report on the fourth round of data collection, 2015-2017 (2021). Available at: <a href="https://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/activities/who-european-childhood-obesity-surveillance-initiative-cosi/cosi-publications/who-european-childhood-obesity-surveillance-initiative-cosi-report-on-the-fourth-round-of-data-collection-20152017-2021">https://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/activities/who-european-childhood-obesity-surveillance-initiative-cosi/cosi-publications/who-european-childhood-obesity-surveillance-initiative-cosi-report-on-the-fourth-round-of-data-collection-20152017-2021</a> . Accessed 19.05.21.
Cutoffs:	WHO



Download graph



Add to chartbuilder



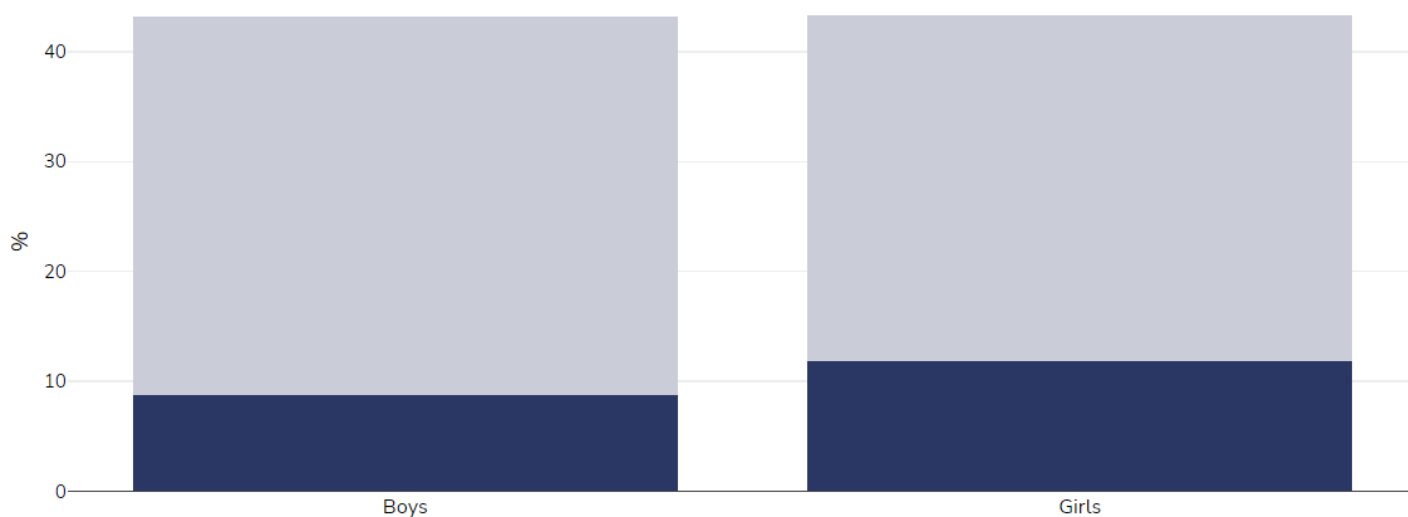
Add to custom PDF



# ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΩΝ & ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΩΝ ΚΥΠΡΟΥ

Children

## Obesity prevalence



Survey type: Measured

Age: 9

Sample size: 653

Area covered: National

References: WHO European Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI) Report on the fourth round of data collection, 2015–2017 (2021). Available at: <https://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/activities/who-european-childhood-obesity-surveillance-initiative-cosi/cosi-publications/who-european-childhood-obesity-surveillance-initiative-cosi-report-on-the-fourth-round-of-data-collection,-20152017-2021>. Accessed 19.05.21.