

Pretilost u djece

Debljina

Debljina - znači prevelika količina masnog tkiva u organizmu.

U idealnim uvjetima dijagnozu debljine trebalo bi postaviti određivanjem tjelesnog sastava (body composition) što u svakodnevnim uvjetima nije praktično.

Kod odraslih je **BMI** prihvaćen kao standard za procjenu debljine, koji **kod djece nije primjenjiv**.



Europska unija
"Zajedno do fondova EU"



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Debljina

Debljina se smatra jednim od najznačajnijih javnozdravstvenih problema i prema procjenama je **drugi po učestalosti uzrok smrti** koji je moguće uspješno prevenirati.

Učestalost pretilosti prema podacima Svjetske zdravstvene organizacije najveća je u zemljama Srednjeg istoka, Srednje i Istočne Europe, te Sjeverne Amerike.

Značajno češća u ženskom spolu i siromašnjoj populaciji.



Europska unija
"Zajedno do fondova EU"



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Procjena pretilosti u djece

Za procjenu stupnja pretilosti u djece se primjenjuju **percentilne tablice**

Prema tome djeca koja s obzirom na dob i spol spadaju između 85. i 95. percentile imaju povećanu tjelesnu masu, a **iznad 95. percentile su pretila.**

Smatra se da je oko 30 % pretelih odraslih bilo pretilo i u dječjoj dobi, s tim da je kod tih osoba pretilost obično težeg stupnja.



Europska unija
"Zajedno do fondova EU"



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Posljedice pretilosti

Posljedice pretilosti su višestruke.

U pretilo djece je uočeno niz endokrinoloških i metaboličkih poremećaja koji rezultiraju kroničnim bolestima.

Pretila djeca i adolescenti postižu slabije uspjehe u školi, braku i samo-afirmaciji. Smatra se da je to prije posljedica diskriminacije osoba s prekomjernom tjelesnom težinom nego njihovih slabijih umnih sposobnosti i samo-podcjenjivanja.



Europska unija
"Zajedno do fondova EU"



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Posljedice pretilosti

Među najbitnije posljedice spadaju:

- **endokrinološki poremećaji** (hirzutizam, infertilnost, iregularna menstrualna krvarenja, policistični jajnici, ginekomastija),
- **ubrzan rast**,
- **poremećaj adrenalne funkcije**,
- **poremećaj lučenja paratireoidnih žlijezda** koji za posljedicu imaju smanjen mineralni sastav kostiju,
- **hipereinzulinizam i rezistencija na inzulin**-razvoj dijabetesa tip II,
- **idiopatski povišen intrakranijalni tlak** - pseudotumor cerebri (glavobolja, povraćanje, poremećaj vida),
- **povećano izlučivanje kolesterola** u jetri ima za posljedicu stvaranje žučnih kamenaca
- opasnost od razvoja steatohepatitisa sa fibrozom i cirozom jetre (kod izrazito pretilih)



Europska unija
"Zajedno do fondova EU"



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Posljedice pretilosti

Među najbitnije posljedice spadaju:

- **endokrinološki poremećaji** (hirzutizam, infertilnost, iregularna menstrualna krvarenja, policistični jajnici, ginekomastija),
- **ubrzan rast**,
- **poremećaj adrenalne funkcije**,
- **poremećaj lučenja paratireoidnih žlijezda** koji za posljedicu imaju smanjen mineralni sastav kostiju,
- **hipereinzulinizam i rezistencija na inzulin**-razvoj dijabetesa tip II,
- **idiopatski povišen intrakranijalni tlak** - pseudotumor cerebri (glavobolja, povraćanje, poremećaj vida),
- **povećano izlučivanje kolesterola** u jetri ima za posljedicu stvaranje žučnih kamenaca
- opasnost od razvoja steatohepatitisa sa fibrozom i cirozom jetre (kod izrazito pretilih)



Europska unija
"Zajedno do fondova EU"



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Nastanak pretilosti

Kako etiologija pretilosti **nije u potpunosti objašnjena**, prevencija i liječenje su vrlo zahtjevni, te nerijetko i ne baš previše uspješni.

Zbog prepoznate **obiteljske predispozicije** za razvoj pretilosti smatra se da preventivne mjere treba započeti u najranijem djetinjstvu.

Stavovi o **stilu života, prehrambenim navikama i tjelesnoj aktivnosti**, obično se uče i stječu u obiteljima, zbog toga terapijski tretman i edukacija mora obuhvatiti cijelu obitelj, ponekad i širu obitelj - djedove i bake.

Iz toga je vidljivo da liječenje pretilosti i održavanje normalne tjelesne težine dug i mukotrpan posao, te sve akcije koje se poduzimaju za njenu prevenciju su itekako opravdane i potrebne.



Europska unija
"Zajedno do fondova EU"



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Liječenje pretilosti

Neposredni cilj liječenja jest **postići dugotrajnu**, po mogućnosti doživotnu **redukciju tjelesne mase**, odnosno količine masnog tkiva.

Osnova liječenja pretilog djeteta je redukcijska dijeta, koja mora biti **individualizirana i pomno praćena**, da se ne bi kompromitirao normalan rast i razvoj.

Osim redukcijske dijeta veliku važnost ima i **povećana tjelesna aktivnost** za veću potrošnju energije koja je unijeta u organizam.

Pokazalo se da terapijski programi koji uključuju **promjenu ponašanja, stavova, uvjerenja i stila života cijele obitelji**, daju znatno bolje i dugotrajnije rezultate.



Europska unija
"Zajedno do fondova EU"



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI



Izrada materijala sufinancirana je sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda, Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali 2014.-2020.

*Sadržaj emitiranog materijala isključiva je odgovornost
Koordinacije hrvatske obiteljske medicine*