



Τις τελευταίες δεκαετίες έχει παρατηρηθεί μια αύξηση στα ποσοστά παιδικής παχυσαρκίας, με την Ελλάδα να κατέχει μια από τις πρώτες θέσεις σε σύγκριση με άλλες ευρωπαϊκές χώρες.

Τα αποτελέσματα του προγράμματος αξιολόγησης στο πλαίσιο του ΕΥΖΗΝ, για το σχολικό έτος 2013-2014, όπου συμμετείχαν περίπου 500.000 μαθητές από 4.792 σχολεία της χώρας, επιβεβαιώνουν τα υψηλά ποσοστά υπέρβαρων και παχύσαρκων παιδιών σε όλη την επικράτεια. Οι περιφέρειες της Ελλάδας με τα υψηλότερα ποσοστά ήταν του Νότιου Αιγαίου (39%), του Βόρειου Αιγαίου (37%) και της Κρήτης (36%), ενώ τα χαμηλότερα ποσοστά υπέρβαρων και παχύσαρκων παιδιών καταγράφηκαν στις περιφέρειες της Δυτικής Ελλάδας, της Θεσσαλίας και της Ηπείρου (30%, 32% και 33%, αντιστοίχως).

Η ραγδαία αύξηση της παιδικής παχυσαρκίας οφείλεται..

Τις τελευταίες δεκαετίες έχει παρατηρηθεί μια αύξηση στα ποσοστά παιδικής παχυσαρκίας, με την Ελλάδα να κατέχει μια από τις πρώτες θέσεις σε σύγκριση με άλλες ευρωπαϊκές χώρες.

Τα αποτελέσματα του προγράμματος αξιολόγησης στο πλαίσιο του ΕΥΖΗΝ, για το σχολικό έτος 2013-2014, όπου συμμετείχαν περίπου 500.000 μαθητές από 4.792 σχολεία της χώρας, επιβεβαιώνουν τα υψηλά ποσοστά υπέρβαρων και παχύσαρκων παιδιών σε όλη την επικράτεια. Οι περιφέρειες της Ελλάδας με τα υψηλότερα ποσοστά ήταν του Νότιου Αιγαίου (39%), του Βόρειου Αιγαίου (37%) και της Κρήτης (36%), ενώ τα χαμηλότερα ποσοστά υπέρβαρων και παχύσαρκων παιδιών καταγράφηκαν στις περιφέρειες της Δυτικής Ελλάδας, της Θεσσαλίας και της Ηπείρου (30%, 32% και 33%, αντιστοίχως).

Η ραγδαία αύξηση της παιδικής παχυσαρκίας οφείλεται κυρίως σε αλλαγές στον τρόπο ζωής και συγκεκριμένα στις διατροφικές συνήθειες και τις συνήθειες σωματικής δραστηριότητας των παιδιών. Τα αποτελέσματα της αξιολόγησης έδειξαν πως ένα μεγάλο ποσοστό των μαθητών της χώρας (64%) φάνηκε να απέχει σε μεγάλο βαθμό από το διατροφικό πρότυπο της Μεσογειακής διαίτας και περίπου οι μισοί μαθητές της χώρας (45%) δεν είχαν ικανοποιητικό επίπεδο σωματικής δραστηριότητας. Σε γενικές γραμμές δεν παρατηρήθηκαν διαφορές ως προς τις διατροφικές συνήθειες των παιδιών μεταξύ των περιφερειών της χώρας.

Όμως, παρατηρήθηκε πως οι περιφέρειες με τα υψηλότερα ποσοστά παχυσαρκίας, όπως η περιφέρεια Κρήτης και Βορείου Αιγαίου, είχαν και τα χαμηλότερα ποσοστά (55%) παιδιών με ικανοποιητικό επίπεδο σωματικής δραστηριότητας συγκριτικά με άλλες. Ιδιαίτερως χαμηλό επίπεδο σωματικής δραστηριότητας παρουσίασαν και τα παιδιά του νομού Αττικής, αφού μόνο το 48% του συνόλου των παιδιών που μετρήθηκαν είχαν ικανοποιητικό επίπεδο σωματικής δραστηριότητας. Αντιθέτως, οι περιφέρειες με τα υψηλότερα ποσοστά παιδιών με ικανοποιητικό επίπεδο σωματικής δραστηριότητας ήταν αυτές της Δυτικής Μακεδονίας (61%) και της Ηπείρου (59%), σε συμφωνία δηλαδή με τα χαμηλότερα ποσοστά υπέρβαρου και παχυσαρκίας συγκριτικά με άλλες περιφέρειες.

Συμπερασματικά, τα αποτελέσματα του προγράμματος αξιολόγησης στο πλαίσιο του ΕΥΖΗΝ για το έτος 2013-2014 επιβεβαιώνουν τις ανησυχητικές επιδόσεις της Ελλάδας σχετικά με τη συχνότητα εμφάνισης παχυσαρκίας και τις συνήθειες διατροφής και σωματικής δραστηριότητας των παιδιών και εφήβων και υπογραμμίζουν την ανάγκη για τον σχεδιασμό και την εφαρμογή παρεμβάσεων προαγωγής υγείας στα σχολεία της χώρας.

\* Δείτε [ΕΛΩ](#) αναλυτικότερα τα στοιχεία αξιολόγησης των μαθητών ανά νομό.

Υπενθυμίζεται ότι το ΕΥΖΗΝ (Εθνική δράση Υγείας για τη Ζωή των Νέων) είναι ένα πρόγραμμα του Χαροκοπέιου



Πανεπιστημίου σε συνεργασία με τα Υπουργεία Παιδείας & Θρησκευμάτων και Πολιτισμού & Αθλητισμού. Κύριος στόχος του προγράμματος είναι η διασφάλιση της υγείας των παιδιών μέσα από την υιοθέτηση ισορροπημένων συνηθειών διατροφής και σωματικής δραστηριότητας. Το Πρόγραμμα με συγκεκριμένες ενέργειες παρεμβαίνει στην καθημερινότητα της ελληνικής οικογένειας, του σχολείου και του συνόλου της κοινωνίας, παρέχοντας, μεταξύ άλλων, διαρκή συμβουλευτική ενημέρωση σε θέματα διατροφής, ανάπτυξης και σωματικής δραστηριότητας.

Μια από τις σημαντικότερες δράσεις του ΕΥΖΗΝ, αυτή της αξιολόγησης της σωματικής διάπλασης, της φυσικής κατάστασης και των συνηθειών διατροφής και σωματικής δραστηριότητας των μαθητών, διενεργείται στα σχολεία με την ευγενική χορηγία της ΟΠΑΠ Α.Ε. Άλλες δράσεις του ΕΥΖΗΝ, όπως προγράμματα ενημέρωσης και παρεμβάσεις σε επίπεδο σχολείων και Δήμων, χρηματοδοτούνται από την Ευρωπαϊκή Ένωση και το Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο.

### **Πρόγραμμα ΕΥΖΗΝ**

Ιστότοπος: <http://eyzin.minedu.gov.gr/>