

**Στα νησιά της Ελλάδας εντοπίζονται τα υψηλότερα ποσοστά παιδιών με βάρος άνω του φυσιολογικού, χαμηλή προσκόλληση στη Μεσογειακή δίαιτα και καθιστική ζωή**

Το αυξημένο σωματικό βάρος κατά την παιδική και εφηβική ηλικία αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα προβλήματα δημόσιας υγείας σε παγκόσμιο επίπεδο, ενώ τα τελευταία χρόνια τα ποσοστά παιδικής παχυσαρκίας στην Ελλάδα παραμένουν ανησυχητικά υψηλά, γεγονός που κατατάσσει τη χώρα μας, σε μια τέτοια ιεραρχία, στις πρώτες θέσεις μεταξύ των υπόλοιπων Ευρωπαϊκών χωρών.

Τα αποτελέσματα του προγράμματος αξιολόγησης του [ΕΥΖΗΝ](http://eyzin.minedu.gov.gr/Pages/Home.aspx) για το σχολικό έτος 2014-2015, κατά το οποίο συμμετείχαν περίπου 350.000 μαθητές/τριες από 4.000 σχολεία της Ελλάδας, επιβεβαιώνουν ότι η παιδική παχυσαρκία αποτελεί σημαντικό πρόβλημα δημόσιας υγείας σε όλη την επικράτεια, καθώς το 22% και 8% του μαθητικού πληθυσμού της χώρας αξιολογήθηκε ως υπέρβαρος και παχύσαρκος, αντιστοίχως.

Ενδιαφέρον έχει η γεωγραφική κατανομή των ποσοστών υπερβαρότητας και παχυσαρκίας. **Οι περιφέρειες της Ελλάδας με τα υψηλότερα ποσοστά παιδιών με βάρος άνω του φυσιολογικού είναι αυτές του Νότιου Αιγαίου (35%), του Βόρειου Αιγαίου (34%) και των Ιονίων Νήσων (33%). Τα ευρήματα είναι παρόμοια με αυτά των προηγούμενων ετών υλοποίησης του προγράμματος, τονίζοντας την ανάγκη για παρεμβάσεις πρόληψης και αντιμετώπισης του υπερβάλλοντος βάρους ιδιαιτέρως στον νησιωτικό παιδικό πληθυσμό της χώρας. Στο άλλο άκρο της κατανομής, οι περιφέρειες με τα χαμηλότερα ποσοστά υπέρβαρων και παχύσαρκων παιδιών είναι αυτές της Ηπείρου και της Θεσσαλίας (27% και 28%, αντιστοίχως).**

Η υποβάθμιση του τρόπου ζωής των παιδιών στις σύγχρονες κοινωνίες θεωρείται ότι έχει συνεισφέρει σε μεγάλο βαθμό στη διαχρονική αύξηση της συχνότητας της παιδικής παχυσαρκίας. Το γεγονός αυτό επιβεβαιώνεται από τα ευρήματα του προγράμματος ΕΥΖΗΝ, σύμφωνα με τα οποία μόλις 4 στους/στις 10 μαθητές/τριες της Ελλάδας εμφανίζουν μια υψηλή προσκόλληση στο υγιεινό διατροφικό πρότυπο της Μεσογειακής δίαιτας, ενώ μόλις 6 στους/στις 10 μαθητές/τριες υιοθετούν έναν σωματικά δραστήριο τρόπο ζωής.

Αξιοσημείωτο είναι ότι **οι περιφέρειες της Ελλάδας με τα υψηλότερα ποσοστά υπέρβαρων και παχύσαρκων παιδιών (Νότιου Αιγαίου, Βόρειου Αιγαίου και Ιονίων Νήσων) έχουν παράλληλα και τα υψηλότερα ποσοστά παιδιών με πολύ χαμηλή προσκόλληση στη Μεσογειακή δίαιτα (10%), καθώς και τα υψηλότερα ποσοστά παιδιών με μη ικανοποιητικό επίπεδο σωματικής δραστηριότητας (45%). Αντιθέτως, στις περιφέρειες με χαμηλά ποσοστά υπέρβαρων και παχύσαρκων παιδιών (Ηπείρου και Θεσσαλίας), το ποσοστό των παιδιών που απέχουν σημαντικά από τη Μεσογειακή δίαιτα και υιοθετούν έναν καθιστικό τρόπο ζωής βρέθηκε σημαντικά χαμηλότερο (5% και 35%, αντιστοίχως).**

Συμπερασματικά, τα αποτελέσματα του προγράμματος ΕΥΖΗΝ για το έτος 2014-2015 επιβεβαιώνουν τις ανησυχητικές διαστάσεις του προβλήματος της παιδικής παχυσαρκίας στην Ελλάδα και την απομάκρυνση των παιδιών της χώρας από ένα ισορροπημένο τρόπο ζωής, υπογραμμίζοντας την ανάγκη για τον σχεδιασμό και την εφαρμογή παρεμβάσεων προαγωγής υγείας, ιδίως στον παιδικό πληθυσμό της νησιωτικής Ελλάδας. Αναλυτικότερα στοιχεία για την αξιολόγηση της σωματικής διάπλασης και των συνηθειών του τρόπου ζωής των μαθητών/τριών της χώρας ανά νομό για το σχολικό έτος 2014-15 υπάρχουν διαθέσιμα [ΕΔΩ](http://eyzin.minedu.gov.gr/Pages/EyzinProject/ResultsSV.aspx?ArticleID=7#.VuO2Cfl96Uk).

------------------------------------------------------------------------------------------

*Προς δημοσιογράφους, ΜΜΕ:*

Το EYZHN είναι ένα πρόγραμμα του Χαροκοπείου Πανεπιστημίου σε συνεργασία με τo Υπουργείο Πολιτισμού, Παιδείας & Θρησκευμάτων. Κύριος στόχος του προγράμματος είναι η διασφάλιση της υγιούς ανάπτυξης των παιδιών, μέσα από την υιοθέτηση ισορροπημένων συνηθειών διατροφής και σωματικής δραστηριότητας.

Το πρόγραμμα Αξιολόγησης, που αποτελεί μια από τις σημαντικότερες δράσεις του ΕΥΖΗΝ, διενεργείται στα σχολεία με την ευγενική χορηγία της ΟΠΑΠ Α.Ε. Οι υπόλοιπες δράσεις του προγράμματος χρηματοδοτούνται από την Ευρωπαϊκή Ένωση, το Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών του Τμήματος Επιστήμης Διαιτολογίας-Διατροφής του Χαροκοπείου Πανεπιστημίου και τη Nestlé Ελλάς.

**Πρόγραμμα ΕΥΖΗΝ**

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

Ε-mail: [media@eyzhn.edu.gr](mailto:media@eyzhn.edu.gr)

[Facebook](https://www.facebook.com/pages/EYZHN/157783734427074)

[Newsletter](http://eyzin.minedu.gov.gr/Pages/NewsLetters/Forms/Subscribe.aspx)