

INTERNA MEDICINA

Simpozij „Debela djeca – debeli odrasli“ i *Obesity Management Task Force* tečaj

S ciljem podizanja svijesti o rastućem problemu debljine u dječjoj dobi i pronalaženja strategija usmjerenih ka rješavanju tog javnozdravstvenog problema, Hrvatsko društvo za debljinu Hrvatskog liječničkog zbora na čelu s predsjednikom prof. dr. sc. Davorom Štimcem organiziralo je od 1. do 3. travnja u Rovinju simpozij „Debela djeca – debeli odrasli“ i OMTF (engl. *Obesity Management Task Force*) tečaj. Suorganizatori skupa bili su Akademija medicinskih znanosti Hrvatske, Hrvatski zavod za javno zdravstvo, Hrvatsko društvo za dijabetes i bolesti metabolizma, Hrvatsko endokrinološko društvo, Hrvatsko društvo za parenteralnu i enteralnu prehranu, Hrvatsko društvo za poboljšanje kvalitete zdravstvene zaštite i Akademija zdravog življenja. Zbog aktualnosti teme, sudionici su bili stručnjaci različitih područja zainteresirani za prevenciju i liječenje debljine u djece te su osim zdravstvenih djelatnika u diskusiji aktivno sudjelovali pedagozi, kineziolozi, odgajatelji, nutricionisti, socijalni radnici i psiholozi. O značajnosti problematike govori i činjenica da su skupu prisustvovali i predstavnici Grada Rijeke.

Alarmantni podaci: 11,2% djece pretilo, 26,4% preuhranjeno

Doc. dr. sc. Sanja Musić Milanović, epidemiologinja i voditeljica Odjela za promicanje zdravlja Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo (HZZZ), iznijela je statističku sliku debljine u Hrvatskoj, pritom naglasivši rastući broj pretilih i morbidno pretilih u svim dobnim skupinama. Hrvatska je među pet vodećih zemalja po broju debelih odraslih, a taj trend se povećava. Trećina djece svakodnevno konzumira slatkiše, a slobodno vrijeme najčešće provode gledajući televiziju, za računalom ili igrajući videoigre. Svaki dan tjelesno je aktivno samo 30% dječaka i 17% djevojčica. Savjetovala je primjenu pravila „unositi manje nego što se troši“ kao

Hrvatsko društvo za debljinu Hrvatskog liječničkog zbora na čelu s predsjednikom prof. dr. sc. Davorom Štimcem, organiziralo je simpozij „Debela djeca – debeli odrasli“ i OMTF tečaj s ciljem podizanja svijesti o rastućem problemu debljine u dječjoj dobi i pronalaženja strategija usmjerenih ka rješavanju toga javnozdravstvenog problema. Paralelno je organiziran i sportski turnir „Snaga djece u pokretu“ na kojem je sudjelovalo 60 rukometnih i nogometnih ekipa djece u dobi od 9 do 16 godina iz pet europskih zemalja kako bi upravo na primjeru sportskih aktivnosti pokazali što učiniti u borbi protiv debljine.



Predsjednik Hrvatskog društva za debljinu prof. dr. sc. Davor Štimac naglasio je da se pravilnim pristupom liječenju debljine u dječjoj dobi mogu spriječiti ili ublažiti njene dugoročne negativne posljedice za zdravlje

najjednostavnije i najlogičnije pravilo u prevenciji sakupljanja suvišnih kilograma.

Doc. dr. sc. Srećko Severinski, pedijatar endokrinolog i diabetolog iz KBC-a Rijeka, prikazao je pretilost kao heterogenu skupinu stanja s više mogućih uzroka, razdijelivši ih na primarne i sekundarne. Kao važnu posljedicu povišene tjelesne mase izdvojio je šećernu bolest tipa 2, koja se prema novim saznanjima rapidno širi i među djecom. Upozorio je na koju pridruženu patologiju pomisliti kod debelog djeteta i koja je stanja potrebno isključiti kako bi se postavila pravilna dijagnoza. Prije svega upozorio je da nizak rast kod debele djece ukazuje na moguće endokrinološke i metaboličke poremećaje.

Debela djeca postaju debeli odrasli

Debljina nije samo bolest za sebe, već i rizični čimbenik pri nastajanju brojnih komorbiditeta. Debela



Prof. dr. sc. Mladen Peršić, prof. dr. sc. Veljko Đorđević i doc. dr. sc. Sanja Klobučar Majanović bili su moderatori prvog bloka predavanja o epidemiologiji debljine te endokrinološkom pristupu i liječenju debljine u djece

djeca u više od 80% slučajeva postaju debeli odrasli ljudi i zato treba preventivne programe usmjeriti na djecu jer će ona biti pod velikim rizikom da zbog debljine imaju niz zdravstvenih problema.

Prof. dr. sc. Veselin Škrabić i doc. dr. sc. Ivana Unić iz KBC-a Split prikazali su terapijske mogućnosti kada je u pitanju debljina u dječjoj dobi. Liječenje debljine u djece opisali su kao kompleksan proces koji počinje intenzivnom promjenom svakodnevne djeteta i educiranjem obitelji.

Na posljedice neliječena debljine u djece upozorila je spec. pedijatrijske gastroenterologije Orjena Žaja iz KBC-a „Sestre milosrdnice“ i konstatala kako u razvoju bolesti i nastajanju težih komplikacija neliječene pretilosti, uključujući bolest jetre, važnu ulogu nosi i genetska predispozicija. Nealkoholna masna bolest jetre, kao komplikacija pretilosti, rastući je problem i u dječjoj dobi, potvrdila je.



Doc. dr. sc. Sanja Musić Milanović, epidemiologinja i voditeljica Odjela za promicanje zdravlja HZZJZ-a, iznijela je statističku sliku debljine u Hrvatskoj



Doc. dr. sc. Srećko Severinski, pedijatar endokrinolog i dijabetolog iz KBC-a Rijeka, govorio je o endokrinološkom pristupu debelom djetetu



Posljedice neliječenja debljine u djece s posebnim osvrtom na nealkoholnu masnu bolest jetre iznijela je dr. Orjena Žaja, spec. pedijatrijske gastroenterologije

Predsjednik Hrvatskog društva za dijabetes i bolesti metabolizma doc. dr. sc. Dario Rahelić govorio je o komplikacijama debljine u odrasloj dobi podijelivši ih u mehaničke, psihosocijalne i metaboličke. Posebno se osvrnuo na udruženost epidemije debljine i šećerne bolesti tip 2. Visceralna debljina povezana je s razvojem inzulinske rezistencije i kronične upale niskog stupnja, koje su u osnovi razvoja svih metaboličkih komplikacija debljine, uključujući šećernu bolest tip 2 i srčanožilne bolesti kao vodeće uzroke smrtnosti. Male promjene donose velik dobitak, zaključio je govoreći o povoljnom učinku i maloga gubitka tjelesne mase na smanjenje rizika za razvoj komplikacija debljine.

Tjelesna aktivnost u prevenciji debljine; igrom do zdravlja

O negativnoj korelaciji tjelesne aktivnosti i kardiovaskularnog rizika govorila je prof. dr. sc. Marjeta Mišigoj Duraković s Kineziološkog fakulteta u Zagrebu. Navela je kako primjerena tjelesna aktivnost u dječjoj dobi predstavlja važan čimbenik prevencije niza bolesti koje izvor imaju u djetinjstvu, uključujući debljinu. Istaknula je kako vrijeme provedeno sjedeći raste od djetinjstva prema adolescentnom razdoblju i zato su kada je u pitanju tjelesna aktivnost od izuzetnog značaja navike stečene u ranoj dječjoj dobi. Predavanje je pobudilo mnoštvo komentara i potaknulo žustru diskusiju među sudionicima, posebice stručnjacima u području rada s djecom.

Sara Cobal, mag. nutricionizma, predstavila je javnozdravstveni,

obrazovni projekt PETICA – igrom do zdravlja, koji je pokrenuo Hrvatski liječnički zbor u suradnji s međunarodnom organizacijom EPODE *International Network* (EIN), a s ciljem prevencije pretilosti u djece i odraslih putem obrazovanja o pravilnim prehranbenim navikama i važnosti redovite tjelovježbe. EIN obuhvaća više od četrdeset programa razvijenih u dvadeset devet zemalja na tri kontinenta. Program se izvodi u sklopu razredne nastave osnovnih škola, a provode ga učitelji te studenti nutricionizma i kineziologije koji su prošli posebni program obrazovanja. U školama je, također, provoden program vježbi u uvjetima kada škola nema školsku sportsku dvoranu, ili se ona ne može koristiti, ili se zbog loših vremenskih prilika ne može na školsko igralište. Osmišljen je skup vježbi za samostalno vježbanje, u parovima, u grupi i elementarne igre bez pomagala te poligonsko vježbanje, uz korištenje didaktičke opreme (prepreke, čunjevi, stalci) za tjelesnu aktivnost.

OMTF tečaj – prvi put u Hrvatskoj

Prvi put u Hrvatskoj održan je OMTF tečaj Europskog društva za debljinu (engl. *European Association for the Study of Obesity* – EASO) namijenjen povećanju kompetencija zdravstvenih djelatnika koji u svakodnevnom radu pružaju skrb djeci i odraslima s problemom debljine. Kao prvi predavač nastupio je dopredsjednik Europskog društva za debljinu prof. dr. sc. Hermann Toplak sa Sveučilišta u Grazu. Govorio je o evaluaciji pretilih pacijenata te

napomenuo kako je posebnost procjene takvih pacijenata u uzimanju ciljanih anamnestičkih podataka, detaljnom kliničkom pregledu i upućivanju na pretrage s ciljem utvrđivanja postojećih komplikacija. Pretili pacijenti zahtijevaju profesionalan pristup i podršku, no prije svega procjenu pacijentovih očekivanja i motivacije za gubitak kilograma.

Nastavio je prof. dr. Dragan Micić iz Srbije kronološkim prikazom razvoja lijekova za liječenje debljine. Predstavio je lijekove koji danas, zbog svojih nuspojava, više nisu u uporabi te nazočne upoznao i s dva nova lijeka za liječenje debljine nedavno odobrena od Europske agencije za lijekove. To su analog glukagonu sličnog peptida 1 (GLP-1) liraglutid u dozi od 3 mg, koji se primjenjuje subkutano, te kombinacija naltrekson/bubropion za peroralnu primjenu, koja djeluje na razini središnjega živčanog sustava smanjujući apetit.

Zanimljivim predavanjem o debljini u starijih osoba sudionike je zaintrigirao dr. Constantine Tsigos iz Grčke. Predstavio je paradoks debljine u starenju i ustvrdio kako je BMI od 25 do 30 kg/m² najprimjereniji za osobe starije životne dobi. Rizik od smrti povezan s porastom BMI-ja u starosti opada s godinama. Kod starijih osoba dolazi do redistribucije masnog tkiva, sarkopenije te osteopenije i zato savjetuje primjeren unos proteina, s ciljem održavanja mišićne mase.

Europske smjernice za metaboličku kirurgiju prezentirao je prof. dr. sc. Martin Fried, izvršni direktor IFSO-a (engl. *International Federation for the Surgery of Obesity*



Voditelji OMTF tečaja, namijenjenog povećanju kompetencija zdravstvenih djelatnika koji u svakodnevnom radu pružaju skrb djeci i odraslima s problemom debljine, bili su prof. Volcan Demirhan Yumuk iz Turske i prof. dr. sc. Hermann Toplak iz Austrije



Prof. dr. sc. Veselin Škrabić govorio je o obiteljskom okruženju kao ključnom čimbeniku u ranom djetinjstvu za učenje pravilnog izbora prehrambenih namirnica, rasporeda obroka i poticanja na tjelesnu aktivnost



Europske smjernice za metaboličku kirurgiju prikazao je prof. dr. sc. Martin Fried, izvršni direktor IFSO-a (engl. *International Federation for the Surgery of Obesity and Metabolic Diseases*), a predavanjem o debljini u starijih osoba sudionike je zaintrigirao prof. dr. sc. Constantine Tsigos iz Grčke



Sara Cobal, mag. nutricionizma, predstavila je javnozdravstveni, obrazovni projekt PE-TICA – igrom do zdravlja, kojem je cilj prevencija pretilosti u djece i odraslih putem obrazovanja o pravilnim prehrambenim navikama i važnosti redovite tjelovježbe



O korelaciji nedostatne tjelesne aktivnosti i kardiovaskularnog rizika govorila je prof. dr. sc. Marjeta Mišigoj Duraković s Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu



Predsjedavajući drugog bloka predavanja o posljedicama neliječenja debljine bili su prof. dr. sc. Davor Štimac, prof. dr. sc. Željka Crnčević Orlić i prof. dr. sc. Miroslav Bekavac Bešlin

and Metabolic Diseases). Prisutnima je objasnio ključne razlike u kirurškom pristupu liječenju debljine nekada i danas, što se prezentira već u nazivu. Naime, od 2013. godine ne govori se samo o barijatrijskoj, već o metaboličkoj kirurgiji, što ukazuje na važnost kirurškog pristupa rješavanju metaboličkih komplikacija debljine, poglavito šećerne bolesti tipa 2. Prema važećim smjernicama Međunarodne dijabetološke federacije, operativni zahvat kao terapijsku opciju za osobe s dijabetesom tipa 2 treba razmotriti već kod bolesnika s indeksom tjelesne mase $\geq 30 \text{ kg/m}^2$.

Važnost multidisciplinarnog pristupa

Skup je zatvorio član Izvršnog odbora Europskog društva za debljinu (EASO) te ujedno predsjednik OMTF-a, prof. dr. sc. Volcan Demir-

han Yumuk iz Turske. Još jednom je naglasio važnost multidisciplinarnog pristupa pretilim osobama i upozorio kako tim za obradu i liječenje takvih pacijenata mora funkcionirati ujednačeno i usklađeno. Članove tima osposobljenog za rad s debelim pacijentima čine liječnici obiteljske medicine, endokrinolozi, gastroenterolozi, kirurzi, medicinske sestre, nutricionisti, psiholozi, kineziolozi. Svaki član tima bitan je čimbenik terapijske uspješnosti, zaključio je prof. Yumuk.

Skup je pokazao potrebu multidisciplinarnog pristupa prevenciji i liječenju debljine u svim dobnim skupinama, posebice u djece. Poslana je jasna poruka o potrebi za daljim istraživanjima, projektima i programima usmjerenim ka pronalasku boljeg i učinkovitijeg načina liječenja i prevencije debljine. Izvrstan



Demonstracija poligonskog vježbanja uz korištenje didaktičke opreme (prepreke, čunjevi, stalci) za tjelesnu aktivnost

odaziv sudionika i interakcija kroz dinamične diskusije potvrdili su uspješnost skupa, koji je u cijelosti ispunio zacrtane ciljeve, a svakako postavio i neke nove.

Marija Troskot, dr. med.
Zavod za endokrinologiju, dijabetes i bolesti metabolizma, KBC Rijeka