

Παιδική παχυσαρκία: Παγκόσμια «πρωταθλήτρια» η Ελλάδα στους κάτω των 20 ετών

Για ακόμη μια χρονιά η Ελλάδα είναι παγκόσμια «πρωταθλήτρια» παιδικής παχυσαρκίας με τους ειδικούς να αναφέρουν την αναγκαιότητα καθημερινής σωματικής δραστηριότητας τουλάχιστον για μιάμιση ώρα.

«Οι μέσοι δεκαοκτάχρονοι Έλληνες και Ελληνίδες παρουσιάζουν τα τελευταία 20 χρόνια μία αύξηση του βάρους τους κατά 15 και 7 κιλά αντίστοιχα, δηλαδή έχουν 2-4 κιλά περισσότερα σε σχέση με τους συνομήλικούς τους στην Αμερική, και 3-5 κιλά περισσότερα σε σχέση με άλλους Ευρωπαίους» αναφέρει για την παιδική παχυσαρκία ο Γιάννης Κουτεντάκης, ομότιμος καθηγητής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και τ. πρόεδρος του Εθνικού Κέντρου «Η Άσκηση είναι Φάρμακο-Ελλάς». Για τους παχύσαρκους, η ποιότητα ζωής είναι μειωμένη αλλά και συντομότερη, αφού εμφανίζουν συχνότερα σημαντικές επιπλοκές υγείας, συγκρινόμενοι με άτομα φυσιολογικού βάρους. Διαβήτης, καρκίνοι στήθους και παχέος εντέρου, υπέρταση, υπερλιπιδαιμία, και, ιδιαίτερα, καρδιοαγγειακά νοσήματα είναι μερικές από τις ασθένειες που έχουν συνδεθεί με την παχυσαρκία. Ακόμα και περιστατικά σεξουαλικής ανεπάρκειας έχουν τη βάση τους στην εν λόγω πάθηση».

Σημειώνεται, ότι ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας επισημαίνει πως «έχει βρεθεί ότι η έλλειψη σωματικής δραστηριότητας (υποκινητικότητα) εξηγεί περίπου το 65% των κρουσμάτων παχυσαρκίας τόσο στα αγόρια όσο και στα κορίτσια της χώρας

«Οι μέσοι δεκαοκτάχρονοι Έλληνες και Ελληνίδες παρουσιάζουν τα τελευταία 20 χρόνια μία αύξηση του βάρους τους κατά 15 και 7 κιλά αντίστοιχα, δηλαδή έχουν 2-4 κιλά περισσότερα σε σχέση με τους συνομήλικούς τους στην Αμερική»



και μόνο το 18-20% των κρουσμάτων αυτών έχουν συνδεθεί με την κακή διατροφή.

Παρέμβαση στα σχολεία για την παχυσαρκία

Έλληνες ερευνητές προτείνουν τον σχεδιασμό και εφαρμογή προγραμμάτων παρέμβασης σε σχολεία για την προώθηση της υγιεινής διατροφής και την αύξηση της σωματικής δραστηριότητας για τα παιδιά και τις οικογένειές τους, καθώς και τον σχεδιασμό και την υλοποίηση μιας διαδι-

κασίας εύκολου και έγκαιρου εντοπισμού των οικογενειών υψηλού κινδύνου για την παχυσαρκία και τα συνοδά της νοσήματα», αναφέρει ο Γιάννης Κουτεντάκης. Υπάρχει ανάγκη για αύξηση της καθημερινής μέσης και έντονης σωματικής δραστηριότητας (εντός ή εκτός του σχολείου) των νέων κατά τουλάχιστον 1½ ώρα. Αυτό θα μπορούσε να επιτευχθεί προσθέτοντας πολλά μικρά διαστήματα σωματικής δραστηριότητας (περπάτημα στο σχολείο, ποδήλατο, αθλοπαιδιές) έτσι ώστε να καλυφθεί η δοσολογία των περίπου 1.800 θερμίδων την βδομάδα.

Θεσσαλονίκη: Μεγάλη αύξηση στη χρήση κοκαΐνης αποκαλύπτουν τα τροχαία δυστυχήματα

Αύξηση της χρήσης κοκαΐνης και άλλων ναρκωτικών δείχνει έρευνα που αφορά τη Βόρεια Ελλάδα και συγκεκριμένα τη Θεσσαλονίκη σχετικά με τροχαία δυστυχήματα.

Η ιατροδικαστική έρευνα που επικεντρώθηκε στα τροχαία δυστυχήματα την τελευταία διετία αποκάλυψε «ραγδαία αύξηση της χρήσης κοκαΐνης» όπως χαρακτηριστικά ανέφερε στο ΑΠΕ-ΜΠΕ η ιατροδικαστής Αγγελική Ζαγγελίδου, επισημαίνοντας πως «η αύξηση της χρήσης κοκαΐνης, επήλθε μετά τον εγκλεισμό που προκάλεσε η πανδημία της Covid 19.

Πάντως, όσον αφορά τον αριθμό των θανάτων από ναρκωτικές ουσίες, τα τρία τελευταία έτη φέρεται να εμφανίζει σχετική σταθερότητα καθώς, σύμφωνα με την Αγγελική Ζαγγελίδου, το 2020 στο νομό Θεσσαλονίκης διαπιστώθηκαν από τοξικολογικές εξετάσεις, ενενήντα θάνατοι από ναρκωτικές ουσίες ενώ το 2021 ήταν εκατό και το 2022 ήταν εξήντα.

Ακόμη, σύμφωνα με έρευνες, ο εκτιμώμενος αριθμός των ατόμων που κάνει χρήση οπιοειδών, είναι χαμηλότερος συγκριτικά

με τον αριθμό των ατόμων που έκαναν χρήση παλαιότερα. Παρ' όλα αυτά τα οπιοειδή εξακολουθούν να αποτελούν την επικρατέστερη ουσία χρήσης στην Ελλάδα.

Οι ειδικοί του ΟΚΑΝΑ έχουν παρατηρήσει αντίστοιχα τη μείωση της χρήσης της ηρωίνης και άλλων οπιοειδών και την αύξηση της χρήσης διεγερτικών ουσιών όπως αυτών της κοκαΐνης και της μεθαμφεταμίνης. Η χρήση κακής ποιότητας κρυσταλλικής μεθαμφεταμίνης ή shisha αποτελεί μία νέα ανερχόμενη ουσία που αυτή τη στιγμή εμφανίζεται κυρίως στην Αθήνα και λιγότερο στη Θεσσαλονίκη.

Από την επεξεργασία των στοιχείων προκύπτει ότι η Περιφέρεια Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης αποτελεί την περιφέρεια της Βόρειας Ελλάδας με τους λιγότερους θανάτους από χρήση ναρκωτικών ουσιών. Σύμφωνα με τα στοιχεία που δόθηκαν στο ΑΠΕ-ΜΠΕ από την Ιατροδικαστική Υπηρεσία Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης, οι περιπτώσεις θανάτων από ναρκωτικές ουσίες που αυτή επιλήφθηκε κατά τα προηγούμενα πέντε χρόνια είναι συνολικά 24. Πέντε θάνατοι

Οι ειδικοί του ΟΚΑΝΑ έχουν παρατηρήσει αντίστοιχα τη μείωση της χρήσης της ηρωίνης και άλλων οπιοειδών και την αύξηση της χρήσης διεγερτικών ουσιών όπως αυτών της κοκαΐνης και της μεθαμφεταμίνης

το 2017, τρεις θάνατοι το 2018, τέσσερις το 2019, τρεις το 2020, επτά το 2021 και δύο πέρυσι, το 2022.

Μείωση της σύριγγας, αλλά αύξηση των εισπνεόμενων παραισθησιογόνων και των χαπιών

Σύμφωνα με τα στοιχεία από τη Γενική Αστυνομική Διεύθυνση Θεσσαλονίκης, το 2019 καταγράφηκαν 17 αιφνίδιοι θάνατοι προερχόμενοι από χρήση ναρκωτικών ουσιών, την επόμενη χρονιά 13, το 2021 επίσης 13, το 2022 επίσης 13 ενώ φέτος και μέχρι τώρα έχουν αναφερθεί πέντε περιπτώσεις θανάτων από ναρκωτικά.

Το 2019 είχαν καταγραφεί 24 περιπτώσεις αιφνιδίου θανάτου από χρήση ναρκωτικών, ενώ το 2017 μόλις 13. Στόχος της Αστυνομίας παραμένει σε πρωτεύοντα ρόλο η καταπολέμηση της παράνομης διακίνησης ναρκωτικών ουσιών, η οποία παρουσιάζει μία ανησυχητική αύξηση κυρίως σε νεαρές ηλικίες, εντούτοις αυτό που παρατηρείται τα τελευταία χρόνια είναι η μείωση της χρήσης σύριγγας και η αύξηση της πρακτικής εισπνοής και των παραισθησιογόνων ναρκωτικών σε χάπια.