**Imaju li ljudi prekomjerne tjelesne težine veći rizik i teže komplikacije od bolesti COVID-19?**

**Zagreb, 22. rujna 2020.** – U organizacijiDoma zdravlja Zagreb centar, Nastavnog zavoda za javno zdravstvo „Dr. Andrija Štampar“ i Udruge za prevenciju prekomjerne tjelesne težine te Grada Zagreba održan je *online* seminar **„Debljina, kronične nezarazne bolesti, geni, rizici i komplikacije bolesti COVID-19“, na kojem su stručnjaci govorili o uzročno-posljedičnoj vezi debljine i češćeg obolijevanja od bolesti COVID-19 te pojavljivanja težih komplikacija.**

„Danas znamo da je debljina značajan rizični čimbenik za teži tijek bolesti i smrtnost kod oboljelih od bolesti COVID 19. Međutim ne smijemo zaboraviti kako je ona i jedini rizični čimbenik koji vodi do nastanka svih vodećih kroničnih nezaraznih bolesti. Prema analizama OECD-a isključivo zbog prekomjerne tjelesne mase u Hrvatskoj će u sljedećih 30 godina očekivano trajanje života biti 3,5 godine kraće ako se ne dogode značajne promjene“, izjavila je **izv. prof. dr. sc. Sanja Musić Milanović** iz Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo, koja je na simpoziju govorila o dvosmjernoj povezanosti debljine i bolesti COVID-19.

Predavanje je održao i **prof. dr. sc. Gordan Lauc** te predstavio najnovija istraživanja koja upravo provodi, a vezana su uz debljinu i rizike obolijevanja od kroničnih nezaraznih bolesti, ali i bolesti COVD-19.

„Mi svi znamo da prekomjerna težina nije zdrava i da može uzrokovati brojne bolesti, no problem je što će se bolesti razviti tek u nekom nedefiniranom trenutku u dalekoj budućnosti, tako da je teško motivirati se da učinimo nešto u tom smjeru baš danas. Isto tako, ljudi su različiti i prekomjerna tjelesna težina ne utječe na sve na isti način. Kroz dva velika projekta koja vodim, jedan je Znanstveni centar izvrsnosti u personaliziranoj medicini i drugi Centar kompetencija u molekularnoj dijagnostici, a koji su kroz fondove EU sufinancirani s preko 100 milijuna kuna mi istražujemo glikanske biomarkere koji bi mogli odigrati značajnu ulogu u prevenciji bolesti povezanih sa starenjem i prekomjernom tjelesnom težinom. Velika prednost glikana kao biomarkera je da se oni mijenjaju i do deset godina prije nego što se pojave drugi simptomi bolesti, što smo dosada pokazali za upalne bolesti, kardiovaskularne bolesti i dijabetes. Sve te bolesti, kao i prekomjerna težina su poznati faktori rizika za teški oblik COVID-19. Analizom glikana možemo objektivno utvrditi jesmo li već na putu razvoja bolesti, te imaju li promjene životnog stila koje poduzimamo očekivane učinke. Na taj način možemo se lakše motivirati na neke teške životne odluke, poput smanjenja prekomjerne tjelesne težine, te tako znatno smanjiti rizik od raznih bolesti, uključujući i COVID-19“.

Debljina je ujedno i jedan od najčešćih uzroka kardiovaskularnih bolesti, a kardiovaskularni bolesnici prepoznati su kao vrlo rizični za teške komplikacije bolesti COVD-19.

“Kardiovaskularne bolesti najčešći su uzrok smrti u svijetu i Hrvatskoj. Pušenje, zagađenost zraka, pretilost, bolesti poput dijabetesa i visokog krvnog tlaka te genetske predispozicije najčešći su razlozi obolijevanja od kardiovaskularnih bolesti. Nažalost, u vrijeme bolesti COVID-19 osobe oboljele od kardiovaskularnih bolesti suočene su s dodatnim rizikom. Imaju veći rizik od razvoja težeg oblika bolesti COVID-19, ali zbog straha od zaraze ne odlaze redovito na preglede, ne kontroliraju zdravlje srca te dodatno ugrožavaju svoje zdravstveno stanje“, istaknula je Ivana Portolan Pajić, dr. med., zamjenica pročelnika Gradskog ureda za zdravstvo i članica Upravnog odbora Zaklade „Hrvatska kuća srca“.

Na simpoziju se govorilo i o važnosti komunikacije u ovom posebno osjetljivom razdoblju kada se mnogi građani nalaze u potpuno nepoznatim i neizvjesnim situacijama.

„U ovako izazovnim vremenima i situacijama koje su svima nama potpuno nove i nepoznate, javljaju se vrlo intenzivne i raznolike, na prvi pogled kontradiktorne emocije. Ono što dodatno zbunjuje jesu i intenzivne promjene koje se očekuju od svih nas u radnom i privatnom okruženju. Važno je prepoznati emocije koje ovakvi događaji izazivaju zato što one usmjeravaju i naše ponašanje. Također je važno govoriti o komunikaciji na razini populacije, komunikaciji unutar zdravstvenog sustava te medijskoj komunikaciji jer nam primjerena komunikacija pomaže u ostvarenju našeg cilja, odnosno očuvanja zdravlja u što je mogućoj većoj mjeri, ali i stišavanja intenzivnih emocija koje mogu opteretiti ljude. Edukacije o načinima kako to postići te ostale aktivnosti koje se provode u cilju očuvanja mentalnog zdravlja sigurno postaju još važnije, ne samo unutar zdravstvenog sustava nego i puno šire“, rekla je Ana Puljak, dr. med. iz Nastavnog zavoda za javno zdravstvo „Dr. Andrija Štampar“.