

Szív- és érrendszeri megbetegedések megelőzési stratégiái a színtereken

Galgóczi Dóra

Országos Egészségfejlesztési Intézet



A résztvevők már a helyszínen alkalmazták a „prevenciók tesztelését”

Orvostársaságok és Egyesületek Szövetsége képviseletében tartott előadást.

Az Országos Élelmiszerbiztonsági és Táplálkozástudományi Intézet főigazgatója, *Dr. Martos Éva* azokat a módszereket ismertette, amelyek a táplálkozás területén befolyásolhatják a prevenciót.

A rendezvény meghívott résztvevői megismerkedhettek a munkahelyi színtereken sikerrel megvalósult programokkal is, amelyek példaként szolgálnak a vállalatok számára és továbbgondolásra érdemes ötleteket adnak a prevenciók lehetőségeihez.

A téma előadásainak felvezető bemutatását *Kerek Judit*, az Egészségesebb Munkahelyekért Egyesület főtitkára tartotta. Az Egyesület fennállásának tíz éve alatt minden törekvést egységbe foglal, amely a munkahelyi egészségfejlesztést szolgálja. *Monspart Sarolta*, az OEFI Életmód Osztályának veze-

tője összefoglalta a hazai fizikai aktivitási jellemzőket, és bemutatta a „Közösen-könnyebben” Munkahelyi Életmódváltó Csapatversenyt, amely példaként szolgál a munkahelyek számára, hogyan lehet eredményesen hozzájárulni a tesztelésben gazdag mindennapok kialakításához, egymást segítő vállalati csapatokat alkotva.

Fekete Krisztina, az OEFI dietetikai szakembere szintén követendő példaként ismertette meg a résztvevőkkel a női gyalogló- és futóklubot. További sikeres munkahelyi programokat hallhattunk *Óri Ágnestől*, aki az Unilever Kft. szívbarát tevékenységéről tartott előadást, *Dr. Fazekas Ildikó* pedig a TÉT Platform tevékenységéről beszélt.

A konferencián két kerekasztal-beszélgetésre is sor került. Az első napon az elhízás elleni küzdelem állt középpontban. A fizikai aktivitás fontosságát *Dr. Frenkl Róbert*, a Semmelweis

Orvostudományi Egyetem professzora hangsúlyozta, míg *Dr. Martos Éva*, az OEFI főigazgatója, valamint *Koszorús László* országgyűlési képviselő a táplálkozás szemszögéből közelítették meg a kérdést. A beszélgetést *Dr. Kishegyi Júlia*, az OEFI szaktanácsadója vezette. *Dr. Németh Ágnes*, az OGYEI szakértője és *Kovács Ildikó*, az Egészséges Magyarországért Egyesület elnöke bemutatták szervezetük a megelőzés területén kifejtett tevékenységét.

Dr. Sági Zsolt (Nemzeti Fejlesztési Ügynökség, Humán Erőforrás Programok) előadásában az Új Magyarország Fejlesztési Terv lehetőségeit ismertette a szív- és érrendszeri megbetegedések megelőzésében. A nagyszámú kérdés, hozzászólás is bizonyította, mekkora az igény az ilyen jellegű tevékenységekre és forrásokra.

A második nap kerekasztal-beszélgetése, amelyet *Dr. Makara Péter*, az OEFI főigazgató-helyettese vezetett, az idei év prevenciók lehetőségeinek megvitatásáról szólt.

A témában szakértők eszmecsereje, kérdések megvitatása kapcsán ezúttal is megerősítést kapott a gondolat, hogy a különböző álláspontok egyeztetésével valóban hatékony programokat lehet kidolgozni ezen megbetegedések megelőzése érdekében. Nem elég csupán felhívni a figyelmet a veszélyekre, egyúttal a megoldáshoz is utakat kell kínálni.

Ehhez járulhatnak hozzá az ételmisszereken megjelenő, minél részletesebb tájékoztatók, a szűrőprogramok, a munkahelyeken kezdeményezett közös tesztelések. Így tudatosulhat, hogy a felelősség saját kezünkben van, s így időben megtehetjük a hatékony lépéseket szívünk egészségének megőrzése érdekében.