**Ponad połowa osób z otyłością (56%) przyznaje, że doświadczyła odrzucenia ze względu na swoją masę ciała[[1]](#footnote-1)**

**Rusza 2. edycja kampanii „Porozmawiajmy szczerze o otyłości”**

**z udziałem Cezarego Żaka**

**10 czerwca ruszyła druga edycja ogólnopolskiej kampanii edukacyjnej pt. „Porozmawiajmy szczerze o otyłości”. Jej celem jest budowanie społecznej świadomości, że otyłość to choroba, którą należy i można leczyć. Brak zrozumienia charakteru otyłości przekłada się na przekonanie, że jest ona świadomym wyborem chorego. Powszechnym jest obarczanie go odpowiedzialnością i winą za rozwój nadmiernej masy ciała. Oznacza to, że osoby z otyłością muszą mierzyć się nie tylko z tym, co przynosi sama choroba, ale dodatkowo z nieprzychylnością społeczną, która nierzadko przybiera formę hejtu i stygmatyzacji. Co jako społeczeństwo możemy zrobić, by wesprzeć te osoby w procesie powrotu do zdrowia? Dlaczego warto porozmawiać szczerze o otyłości z bliskimi i lekarzem? Na te pytania odpowiadają eksperci, ambasador kampanii Cezary Żak oraz pacjenci zaangażowani w drugą edycję projektu.**

Otyłość to bez wątpienia jedno z największych wyzwań zdrowotnych XXI wieku. Skala oraz dynamika zachorowań czynią z otyłości priorytet ochrony zdrowia. W Polsce już co 6. kobieta i co 7. mężczyzna choruje na otyłość[[2]](#footnote-2). Wyniki badań pokazują systematyczny wzrost zachorowań na tę chorobę. W ciągu ostatnich lat problemy z utrzymaniem prawidłowej wagi znacząco się pogłębiły. Badania CBOS z 2019 r. wskazują, że 59% dorosłych Polaków waży za dużo, a od 2010 r. odsetek ten wzrósł o 13%[[3]](#footnote-3).

Z badań zrealizowanych w ramach kampanii wynika, że aż 80% osób z otyłością nie postrzega jej jako choroby, a jedynie jako defekt estetyczny[[4]](#footnote-4). Z czego może wynikać taki sposób myślenia o tej chorobie?

*Brak świadomości choroby, jaką jest otyłość powoduje, że jest to choroba przede wszystkim niezdiagnozowana, a co za tymi idzie - nieleczona. Jest rozpoznawana zdecydowanie za późno, a może powodować jak żadna inna choroba, ponad 200 powikłań. Według szacunków z powodu pandemii otyłości do 2050 roku długość życia przeciętnego Polaka zmniejszy się aż o 4 lata. Dane biją na alarm i wymuszają podejmowanie działań w różnych grupach społecznych - od najmłodszych do najstarszych, ale też i wśród lekarzy, by wiedzieli, jak postępować z pacjentem chorującym na otyłość, który pojawia się w ich gabinecie* – **wyjaśnia prof. dr hab. n. med. Paweł Bogdański, Katedra i Zakład Leczenia Otyłości, Zaburzeń Metabolicznych oraz Dietetyki Klinicznej, Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu Prezes Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości (PTLO).**

**Otyłość to nie tylko to, co widać gołym okiem**

Osoby chorujące na otyłość często spotykają się z brakiem zrozumienia ze strony swojego otoczenia, a mity, które krążą wokół tej choroby, sprawiają, że czują się wykluczeni. Tymczasem wielu pacjentów, mimo wysiłków i ogromnej pracy, nie jest w stanie samodzielnie redukować masy ciała do poziomu, który nie zagraża ich życiu. Dlatego tak istotny jest kontakt z lekarzem, który wskaże odpowiednie kierunki działań. Dzięki rozwojowi medycyny możliwe staje się dzisiaj indywidualne podejście do pacjenta z otyłością. Dostępne są różne metody leczenia i to pacjent w porozumieniu z lekarzem decyduje, która metoda jest zgodna z jego oczekiwaniami. Najważniejsze to zrobić pierwszy krok w stronę zdrowia i porozmawiać z lekarzem o terapii otyłości. Do tego zachęcają pacjenci, którzy wzięli udział w spocie kampanii.

Jedna z Bohaterek kampanii - **Agnieszka Liszkowska-Hała** podkreśla *– Jestem szczęśliwą mamą, żoną i trenerką. Wiem jak ważna jest w naszym życiu zewnętrzna motywacja i wsparcie bliskich w naszych życiu, na co dzień, ale przede wszystkim w czasie choroby. Otyłość została u mnie zdiagnozowana 2 lata temu i była spowodowana problemami na osi hormonalnej. Od tamtego momentu zaczął się kolejny etap mojego leczenia: terapia wspierana odpowiednią dietą i aktywnością fizyczną. W pewnym momencie poczułam, że moja historia może być inspiracją dla innych, że skoro ja mogę to inni też, dlatego zdecydowałam się na udział w kampanii. Wierzę, że moja historia, mój głos są potrzebne i mają moc dotarcia do innych chorych z otyłością, dając im nadzieję i motywację do wykonania pierwszego kroku i rozpoczęcia leczenia choroby.*

W ramach kampanii powstał [spot edukacyjny](https://youtu.be/X_fe2fM_a4M), do którego zaangażowani zostali pacjenci z otyłością oraz ambasador Cezary Żak.

*Zdecydowałem się wesprzeć kampanię jako ambasador, bo wciąż brakuje wiedzy, że otyłość to choroba taka sama jak każda inna – nowotwór, nadciśnienie tętnicze czy cukrzyca. W Polsce mamy już 8 mln dorosłych z otyłością! Brak społecznej wiedzy na temat otyłości jako choroby leży u podstaw stygmatyzacji chorych. Dlatego tak ważne i potrzebne są kampanie edukacyjne takie jak „Porozmawiajmy szczerze o otyłości”. Cieszę się, że mogę być częścią tej ważnej inicjatywy –* **mówi Cezary Żak.**

Bohaterowie spotu przyznają, że sami na co dzień mierzą się z nieprzychylnymi komentarzami, co nie pomaga w procesie leczenia.Z badań opinii społecznej zrealizowanych w ramach kampanii wynika, że zdecydowanie najczęściej wskazywanym źródłem dyskryminacji ze względu na masę ciała jest szkoła (61%), Internet, w tym media społecznościowe, (38%) oraz miejsca publiczne (33%)[[5]](#footnote-5). Dlatego też kluczowa jest szczera rozmowa o leczeniu otyłości, tak, aby pacjent z otyłością nie był w tym procesie pozostawiony sam sobie.

**Zapraszamy do obejrzenia spotu kampanii -** <https://youtu.be/X_fe2fM_a4M>

Informacje o kampanii:

Celem kampanii „Porozmawiajmy szczerze o otyłości” jest budowanie społecznej świadomości, że otyłość jest chorobą, którą należy leczyć. Inicjatorem kampanii jest Polskie Towarzystwo Leczenia Otyłości, a mecenasem firma Novo Nordisk. W czerwcu 2021 roku wystartowała 2. edycja kampanii. W ramach kampanii powstała nowa odsłona strony internetowej www.ootylosci.pl, która jest cennym źródłem informacji i wsparcia dla osób dotkniętych tą chorobą. Uruchomiony został również [fan page kampanii na Facebooku](https://www.facebook.com/SzczerzeOotylosci) oraz kanał na [YouTube](https://www.youtube.com/channel/UCRkIo2UW7EKLXihRDQofdqg). Zaplanowane zostały również działania w mediach społecznościowych oraz cykl edukacyjnych podcastów dotyczących otyłości.

Partnerami kampanii są: Stowarzyszenie Pacjentów Bariatrycznych CHLO oraz Instytut Praw Pacjenta i Edukacji Zdrowotnej. Zakład Ubezpieczeń Społecznych przyznał kampanii swój patronat.

1. Badanie opinii zrealizowane w ramach kampanii „Porozmawiajmy szczerze o otyłości” w dn. 17-21.02.2021 przez agencję badawczą SW Research na grupie 1070 Polaków. [↑](#footnote-ref-1)
2. <https://ncez.pzh.gov.pl/sdm_downloads/otylosc-w-liczbach/> [↑](#footnote-ref-2)
3. https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2019/K\_103\_19.PDF [↑](#footnote-ref-3)
4. Badanie opinii zrealizowane w ramach kampanii „Porozmawiajmy szczerze o otyłości” w dn. 17-21.02.2021 przez agencję badawczą SW Research na grupie 1070 Polaków. [↑](#footnote-ref-4)
5. Badanie opinii zrealizowane w ramach kampanii „Porozmawiajmy szczerze o otyłości” w dn. 17-21.02.2021 przez agencję badawczą SW Research na grupie 1070 Polaków. [↑](#footnote-ref-5)