

### [Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)  
[.net](#)  
[Innowacje](#)  
[Nauka](#)  
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

[zapisz się](#)

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Otyłość może odpowiadać aż za 66 proc. wszystkich zgonów

Otyłość jest chorobą, której powikłaniem jest 200 innych schorzeń i dolegliwości. Może ona odpowiadać za ok. 66 proc. zgonów na świecie - mówili eksperci we wtorek podczas

## **konferencji prasowej w Warszawie zorganizowanej w Światowym Dniu Otyłości.**

Na spotkaniu eksperci z Partnerstwa na rzecz Profilaktyki i Leczenia Otyłości (Partnerstwo Stop Otyłości) przedstawili plan swoich działań edukacyjno-społecznych na kolejny rok.

Dr n. ekon. Małgorzata Gałązka-Sobotka, dyrektor Instytutu Zarządzania w Ochronie Zdrowia Uczelni Łazarskiego w Warszawie przypomniała podczas spotkania, że zgodnie z danymi GUS w Polsce aż 9 mln osób ma otyłość.

Na 10 Polaków jedynie cztery osoby mają prawidłową masę ciała, trzy mają nadwagę, a trzy są otyłe - podkreśliła przewodnicząca Partnerstwa Stop Otyłości, MBA Marta Pawłowska.

„Dane OECD (Organizacja Współpracy Gospodarczej i Rozwoju) mówią, że do 2050 roku średnia długość życia Polaków tylko z powodu otyłości skróci się o blisko cztery lata” - powiedziała. Dodała, że w innych krajach jest to ok. 2-3 lat, a Polska plasuje się w tym rankingu obok Rosji i Meksyku.

„Otyłość jest bardzo poważną chorobą dewastującą życie i zdrowie, skracającą spodziewany czas życia. Ale zanim dojdzie do śmierci, jest jeszcze okres strasznego inwalidztwa, wykluczenia społecznego. To są dramaty ludzkie” - wymieniał prof. Mariusz Wyleżół, kierownik Warszawskiego Centrum Kompleksowego Leczenia Otyłości i Chirurgii Bariatrycznej Szpitala Czerniakowskiego.

Podkreślił, że choć statystyki Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) nie wymieniają otyłości wśród pierwszych 10 przyczyn zgonów, to sam oszacował, iż otyłość odpowiada obecnie za 66 proc. zgonów na świecie. Specjalista uwzględnił fakt, że otyłość prowadzi do ok. 200 powikłań zdrowotnych, w tym tak poważnych, jak cukrzyca typu 2, nadciśnienie tętnicze, choroby układu sercowo-naczyniowego oraz nowotwory. „Jeżeli ktoś umiera na cukrzycę typu 2, to w rzeczywistości umarł na otyłość. Jeżeli ktoś umiera na chorobę wieńcową serca, to kiedyś mógł chorować na otyłość” - wymieniał prof. Wyleżół.

Dodał, że 66-75 proc. pacjentów na oddziałach chirurgicznych - niezależnie od podstawowego rozpoznania - stanowią chorzy na otyłość. „Myślę, że takim szczególnym przykładem był czas pandemii COVID-19, gdy pracownicy na oddziałach intensywnej terapii mieli problem w przewracaniu chorych na łóżkach, ponieważ aż 95 proc. pacjentów w ciężkim stanie stanowiły osoby z otyłością. Ta choroba niszczy nasz organizm pod każdym względem - także nasz układ immunologiczny” - podkreślił specjalista.

Zaznaczył, że wbrew powszechnemu przekonaniu, otyłość nie jest ani wyborem chorych na nią osób, ani ich winą; tak jak nie jest niczyją winą to, że ktoś nagle zachoruje np. na niedoczynność tarczycy.

W ocenie prof. Wyleżoła nie jesteśmy w stanie rozróżnić, który przypadek otyłości ma charakter egzogeny, czyli związany z uwarunkowaniami środowiskowymi, a który jest endogeny, czyli związany np. z rozwojem innych chorób.

„Oczywiście prawdą jest, że współczesny świat sprzyja rozwojowi choroby otyłościowej, ale jeżeli poszukujemy gdzieś winy, to tej winy powinniśmy poszukać w nas wszystkich. Tak jak tutaj siedzimy, bo tak zorganizowaliśmy ten świat” - tłumaczył specjalista.

Pawłowska dodała, że nasza cywilizacja sprzyja otyłości (tzw. cywilizacja obesogenna). „Przejawia się to tym, że to co jest niezdrowe, jest łatwiejsze i bardziej osiągalne niż to, co jest zdrowe. Na przykład, w miastach zdecydowanie łatwiej jest przemieszczać się komunikacją, niż chodzić. W budynkach

zdecydowanie łatwiej jest poruszać się windą, niż chodzić schodami. W sklepach zdecydowanie łatwiej i często taniej jest kupić coś, co ma cukier” - wymieniała ekspertka. Jej zdaniem na to wszystko nakładają się także trwające wiele dekad zaniedbania dotyczące profilaktyki i leczenia choroby otyłościowej.

„Brak edukacji zdrowotnej praktycznie od najmłodszych lat również przekłada się na częstość występowania tej choroby” - powiedział prof. Wyleżoł.

Aby upowszechnić wiedzę na temat otyłości, jej profilaktyki i leczenia, a także podejmować działania na rzecz systemowego rozwiązania problemu tej choroby w Polsce, środowiska ekspertów zdrowia publicznego, nauki, sektora społecznego i biznesowego, stworzyły Partnerstwo na rzecz Profilaktyki i Leczenia Otyłości (Partnerstwo Stop Otyłości). Inicjatywa została powołana do życia przez Instytut Zarządzania w Ochronie Zdrowia Uczelni Łazarskiego oraz Polskie Towarzystwo Leczenia Otyłości. Obecnie działa w niej już ok. 70 różnych organizacji.

Specjaliści zrzeszeni w partnerstwie zaproponowali strategiczne założenia długofalowego planu redukcji otyłości dla Polski. „W tej strategii absolutnie postawiliśmy na dwa kierunki: profilaktykę i leczenie” - powiedziała dr Gałązka-Sobotka. Dodała, że aby można było pochwalić się sukcesem Polski w drodze do redukcji otyłości, konieczne jest stworzenie mechanizmów, które zmienią warunki naszego codziennego życia - w domu, w pracy, na ulicy, w szkole, uczelni, w gabinecie lekarskim, w instytucjach kultury, w sklepie, w parku.

„Uważamy, że świat byłby lepszy, gdybyśmy wszyscy razem włączyli się do skutecznej walki z otyłością. (...) Dlatego stwierdziliśmy, że poza działaniami na polu systemowym, poza działaniami resortowymi, bardzo ważne jest, byśmy jasno, skutecznie, strategicznie komunikowali się także z 40 milionami Polaków w przestrzeni publicznej. (...) Będziemy nam, Polakom dawać jedno ważne zadanie związane z naszymi nawykami prozdrowotnymi, po to żebyśmy w ciągu roku jeden taki nawyk sobie wyrobili” - powiedziała Pawłowska.

Wyjaśniła, że w najbliższym roku, tj. do 4 marca 2026 r. Partnerstwo Stop Otyłości, zamierza promować schody i wykreować modę chodzenia po schodach.

W pierwszym etapie chodzenie po schodach będzie promowane w mediach społecznościowych, między innymi za pośrednictwem znanych osób, w tym influencerów. „Jest coś takiego jak selfie w windzie. (...) A my chcielibyśmy to odwrócić, żeby modne było nie selfie w windzie, które robią wszyscy, ale żebyśmy robili sobie selfie na schodach” - powiedziała Pawłowska.

Drugim krokiem będzie promowanie schodów jako darmowej atrakcji sportowej i turystycznej. „Po pierwsze chcemy pokazać, że schody są wspaniałym, takim najprostszym stepperem, który jest do dyspozycji w każdym miejscu” - powiedziała Gałązka-Sobotka. Dodała, że ma również powstać aplikacja, w której można będzie oznaczać schody, które warto zobaczyć i odwiedzić. „Chcemy wypromować schody, które są idealne do spaceru z dziećmi, schody, które dają nagrodę w postaci przepięknego tarasu widokowego, ale też te, które po prostu możemy wykorzystać do ćwiczeń. Chcemy też zaangażować znanych trenerów do stworzenia planów treningowych na schodach” - wymieniała specjalistka.

Trzecim krokiem będzie powiązanie chodzenia po schodach ze sztuką. Partnerstwo planuje bowiem zorganizować wystawę w Pałacu Kultury i Nauki, podczas której, wspinając się po schodach i oglądając dzieła sztuki można będzie spalić 400 kCal. W planach są również inne wystawy na klatkach schodowych różnych instytucji czy zakładów pracy.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/32408.html>



01-06-2026

## [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał](#)

Sam czas spędzony przed ekranem nie jest najlepszą miarą ryzyka.



01-06-2026

## [Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę](#)

Dotyczy działań komunikacyjnych, edukacyjnych oraz popularyzatorskich.



01-06-2026

## [10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#)

Między 24 a 28 czerwca zmierzą się z ponad 150 ekipami z 28 krajów.



01-06-2026

## **Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne**

W 2023 r. z tego powodu cierpiało prawie 1,2 mld ludzi na świecie.



01-06-2026

## **AGH uruchomiła laboratorium**

Ze źródłem promieniowania RTG dorównującym synchrotrono.



01-06-2026

## **UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki**

Uczelnie zapowiedziały rozwój kształcenia praktycznego i cyfrowego.



01-06-2026

## [W poniedziałek rozpocznie się rekrutacja na Uniwersytet Jagielloński](#)

Najstarsza uczelnia w kraju ma w ofercie 13 nowych kierunków studiów.



01-06-2026

## [3 proc. PKB na naukę to nie jest radykalny postulat](#)

To nie jest radykalny cel, ale uniwersalny postulat, który bardzo by Polsce pomógł.

**Informacje dnia:** [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#) [AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#) [AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#) [AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

**Partnerzy**