

Rrënjët e obezitetit janë të thella

Bashkë mund të krijojmë një të ardhme më të shëndetshme

Për ta luftuar obezitetin ne duhet të punojmë së bashku për të ndikuar tek shkaqet e shfaqjes së obezitetit tek popullata e Maqedonisë së Veriut. Vëmendja e pamjaftueshme ndaj kësaj sëmundjeje, pa dallim se për çfarë arsye, mund ta vështirësojë trajtimin e saj. Prandaj, ne duhet ta rrisim ndërgjegjësimin dhe ta përmirësojmë qasjen në informacionin e duhur.

Ejani të punojnë së bashku që t'i luftojmë shkaqet e shfaqjes së obezitetit.



1

BIOLOGJIA

Trupi i njeriut ka mekanizma për tu mbrojtur nga uria - kjo mund ta vështirësojë humbjen e peshës.

2

USHQIMI

Ushqimet e përpunuara, tashmë të disponueshme në çdo cep, kontribuojnë në rritjen e shpejtë të obezitetit.

3

RREZIKU GJENETIK

Gjenetika është përgjegjëse për 40% deri më 70% të mundësisë për shfaqjen e obezitetit.

4

QASJA NË MBROJTJE SHËNDETËSORE

Pa qasje në profesionistë të trajnuar shëndetësorë, numri më i madh i personave që vuajnë nga obeziteti nuk do të arrijnë dhe të mbajnë një peshë të shëndetshme trupore në një afat kohor më të gjatë.

5

NDODHITË NË JETË

Jeta prenatale, pjekja e hershme, shtatzënia, sëmundjet dhe barnat mund të ndikojnë në shtimin në peshë.

6

MARKETINGU

Ekziston një marrëdhënie komplekse midis sistemeve ushqimore dhe shëndetit, me ç'rast marketingu i disa ushqimeve të caktuara ka lidhshmëri me obezitetin.

7

SHËNDETI MENDOR

Simptomat e disa çrregullimeve të shëndetit mendor dhe medikamentet për to mund të ndikojnë në shtimin e peshës trupore.

8

GJUMI

Mungesa e gjumit i çrregullon hormonet, gjë që pastaj mund të ndikojnë në shtimin në peshë –si edhe nivelet e larta të stresit.

9

STIGMA

Diskriminimi dhe stigma lidhur me mbipeshën dhe obezitetin mund të kenë pasoja negative tek njerëzit që jetojnë me obezitet.

