

CSP informează!

Activități de prevenire a BNT – cu genericul „E timpul să fii lider în prevenirea bolilor netransmisibile (BNT)” Sloganul : Fiecare mișcare contează .Pentru tine. Pentru sănătatea ta”

Grupurile – țintă

- 1. Elevi și adolescenți (10–18 ani)**
- 2. Persoane active profesional (18–64 ani)**
- 3. Persoane care trăiesc cu boli cronice**
- 4. Persoane vârstnice (65 ani și peste)**
- 5. Gravide și femei în perioada post-partum**

Mesaje adaptate grupurilor țintă:

Pentru elevi și adolescenți: Mișcarea îți oferă energie pentru fiecare zi.

Pentru persoanele cu boli cronice: Mișcarea face parte din tratament.

Pentru gravide și femei în perioada post-partum: Mișcarea are grijă de tine și de copilul tău.

Pentru adulți activi: Mai multă mișcare. Mai multă sănătate.

Pentru persoanele vârstnice: Rămâi activ. Rămâi independent.

Bolile netransmisibile rămân principala cauză de deces și dizabilitate în lume, inclusiv în Regiunea Europeană. Aici, 1 din 5 bărbați și 1 din 10 femei mor înainte de 70 de ani din cauza BNT, cum ar fi bolile cardiovasculare, cancerele, bolile respiratorii cronice și diabetul.

În Republica Moldova, 88%, Ștefan Vodă – 92%, dintre decese sunt provocate de BNT, cele mai multe cauzate de bolile cardiovasculare (57,5%) și cancer (17,6%), la Ștefan Vodă – 66% și 15%.

Dintre aceste decese evitabile cauzate de BNT, 60% sunt legate de cauze prevenibile, cum ar fi consumul de tutun și alcool, hipertensiunea arterială, dietele nesănătoase, obezitatea și inactivitatea fizică - toate acestea putând fi abordate prin politici de sănătate publică mai puternice. Restul de 40% provin din cauze tratabile, unde decesul ar putea fi prevenit sau amânat cu diagnosticare la timp și acces la îngrijiri de calitate.

Persoane expuse riscului

Copiii, adulții și vârstnicii sunt vulnerabili la factorii de risc care contribuie la BNT, fie că sunt din cauza dietelor nesănătoase, a inactivității fizice, a expunerii la fumul de tutun, a consumului nociv de alcool sau a poluării aerului.

Dietele nesănătoase și lipsa activității fizice se pot manifesta la oameni prin creșterea tensiunii arteriale, creșterea glicemiei, creșterea lipidelor din sânge și obezitate. Aceștea sunt numiți factori de risc metabolici și pot duce la boli cardiovasculare, principala BNT în ceea ce privește decesele premature.

Factori de risc:

Comportamentali, inclusiv:

consumul de tutun (inclusiv efectele expunerii la fumul de tutun); diete nesănătoase, excesul de sare, zahăr și grăsimi; consumul nociv de alcool; activitate fizică insuficientă. Mediul social, comercial și fizic sunt factori cheie ai acestor comportamente.

Factori de risc de mediu

Poluarea aerului – atât în interior, cât și în exterior sunt cauzale de boli netransmisibile, inclusiv accident vascular cerebral, cardiopatie ischemică, boală pulmonară obstructivă cronică și cancer pulmonar.

Principalele recomandări privind bolile netransmisibile :

- Taxe și etichete de avertizare pe produsele din tutun, alcool și alimente nesănătoase.
- Interdicții privind marketingul produselor din tutun.
- Eliminarea fumatului în spațiile publice.
- Campanii media privind daunele fumatului.
- Interdicții și restricții privind publicitatea alcoolului.
- Restricții privind disponibilitatea alcoolului.
- Reducerea consumului de sare prin reformularea alimentelor.
- Promovarea alegerilor alimentare cu conținut scăzut de sare, zahăr și grăsimi.
- Reducerea consumului de sare prin campanii media și etichetarea pe partea din față a ambalajului.
- Creșterea conștientizării beneficiilor activității fizice.

Coordonator Serviciul teritorial
Sănătate Publică Ștefan Vodă

semnat

Valeriu Boian