

Epidemiologia otyłości na świecie i w Polsce

Epidemiology of obesity in the world and in Poland

STRESZCZENIE

Otyłość jest schorzeniem towarzyszącym człowiekowi od najdawniejszych czasów. Historyczne dowody na potwierdzenie tej tezy można znaleźć nie tylko w piśmiennictwie lekarskim, ale również w dziełach wybitnych historyków i filozofów. Początkowo otyłość uznawana była za wyznacznik zdrowia i wysokiej pozycji społecznej, dziś uznaje się ją za chorobę cywilizacyjną, będącą jednym z największych zagrożeń dla zdrowia współczesnej populacji. Otyłość stanowi istotny problem zdrowotny, społeczny i ekonomiczny, który pomimo propagowanego wizerunku szczupłej sylwetki w środkach masowego przekazu oraz łatwego dostępu do żywności i suplementów diety, dotyczy coraz większej liczby osób na świecie. Celem pracy jest przedstawienie aktualnej epidemiologii otyłości na świecie oraz w Polsce.

(*Forum Zaburzeń Metabolicznych* 2014, tom 5, nr 1, 1–5)

Słowa kluczowe: otyłość, epidemiologia otyłości, masa ciała

ABSTRACT

Obesity has been known to mankind since ancient times. Historical proof of this thesis can be found not only in medical documents but also in the works of famous historians and philosophers. In the past, obesity was considered to be a measure of health and high social status. Nowadays, it is classified as one of the most dangerous civilization diseases. Obesity is a serious health, social and economic problem which concerns more and more people in the world despite the promotion of slim figure in mass media and an easy access to food and supplements. The objective of this research is to demonstrate current epidemiology of obesity in Poland and in the world.

(*Forum Zaburzeń Metabolicznych* 2014, vol. 5, no. 1, 1–5)

Key words: obesity, epidemiology of obesity, weight

ŚWIAT

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO, *World Health Organization*) uznała otyłość za najczęściej występującą chorobę meta-

boliczną i światową epidemię XXI wieku. Nadmierna masa ciała stanowi piątą co do częstości czynnik ryzyka zgonów na świecie. Prawie 2,8 mln dorosłych ludzi umiera rocz-

Anna Brończyk-Puzoń¹,
Aneta Koszowska²,
Justyna Nowak², Anna Dittfeld³,
Joanna Bieniek¹

¹Studium Doktoranckie Wydziału Nauk o Zdrowiu, Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach

²Studium Doktoranckie Wydziału Farmaceutycznego, Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach

³Studium Doktoranckie Wydziału Lekarskiego z Oddziałem Lekarsko-Dentystycznym, Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach

Adres do korespondencji:

mgr Anna Brończyk-Puzoń
Studium Doktoranckie WNoZ SUM
w Katowicach
tel.: 501 710 514
e-mail: anna.puzon@op.pl

▶▶ Nadmierna masa ciała stanowi piątą co do częstości czynnik ryzyka zgonów na świecie ◀◀

▶▶ Niekorzystna sytuacja występuje w Stanach Zjednoczonych ◀◀

▶▶ Wśród wszystkich mieszkańców krajów OECD, 18% dorosłej populacji jest otyłych ◀◀

nie w wyniku nadwagi lub otyłości, a mimo to częstość występowania otyłości jest wysoka i ciągle rośnie [1]. Niekorzystna sytuacja występuje w Stanach Zjednoczonych. Według najnowszych danych Centrum Kontroli i Prewencji (CDC, *Centers for Disease Control and Prevention*) w latach 2009–2010 ponad jedna trzecia dorosłych obywateli Stanów Zjednoczonych (35,7%) była otyła [2]. Wyższy odsetek osób otyłych spotyka się na Środkowym Zachodzie (29,5%) i na południu tego kraju (29,4%). Niższe częstości występowania otyłych osób zaobserwowano w części północno-wschodniej (25,3%) i zachodniej Stanów Zjednoczonych (25,1%). Odsetek osób otyłych mieścił się w przedziale od 20,5% w stanie Kolorado, do 34,7% w Luizjanie. W dwunastu stanach: Alabama, Arkansas, Indiana, Iowa, Kentucky, Michigan, Missisipi, Ohio, Oklahoma, Południowa Karolina, Tennessee i Wirginia Zachodnia osoby otyłe stanowią ponad 30% populacji występującej w danym stanie [2].

Na podstawie wyników badań zamieszczonych w bazie MEDLINE z lat 1990–2008, autorzy wykazali, że otyłość w Europie dotyczy 4,0–28,3% mężczyzn i 6,2–35,6% kobiet. Najwyższy wskaźnik występowania otyłości stwierdzono w Europie Środkowej, Wschodniej i Południowej, natomiast najniższy w Europie Południowo-Wschodniej [3]. Światowa Organizacja Zdrowia podaje, że na przełomie lat 1980–2008 liczba osób otyłych na świecie wzrosła dwukrotnie. W 2008 roku 35% osób dorosłych w wieku co najmniej 20 lat miało nadwagę, a 11% było otyłych. Według najnowszych danych WHO ponad 65% ludności świata żyje w krajach, gdzie nadwaga i otyłość stanowi większe ryzyko śmierci niż niedowaga [1, 4]. Według bieżących danych, zawartych w raporcie Organizacji Współpracy Gospodarczej i Rozwoju (OECD, *Organisation for Economic Co-operation and Development*) z 2012 roku,

53% populacji dorosłych z krajów OECD ma nadmierną masę ciała, otyłość lub nadwagę (dane typu *Self-reported data*) [5]. Biorąc pod uwagę kraje, w których dokonywano pomiaru masy ciała i wzrostu, odsetek tych osób był jeszcze wyższy i wyniósł około 57% (Australia, Kanada, Chile, Czechy, Finlandia, Węgry, Irlandia, Japonia, Korea, Luksemburg, Meksyk, Nowa Zelandia, Słowacja, Wielka Brytania i Stany Zjednoczone). Częstość występowania nadwagi i otyłości wśród osób dorosłych powyżej 50% liczby mieszkańców, dotyczy nie mniej niż 21 państw spośród 34 krajów OECD. Częstość występowania otyłości w krajach OECD jest różna — od niskiej — w Korei Południowej i Japonii, gdzie osoby otyłe stanowią 4% osób, do wysokiej — w Stanach Zjednoczonych i Meksyku, gdzie odsetek otyłych osób jest równy 30%. Wśród wszystkich mieszkańców krajów OECD, 18% dorosłej populacji jest otyłych. Odsetek otyłych mężczyzn i kobiet jest podobny, choć zdarzają się również rozbieżności. W Chile, Turcji i Meksyku większy odsetek otyłych osób stanowią kobiety, natomiast w Islandii i Norwegii większą część osób otyłych stanowią mężczyźni. Raport OECD wskazuje na istotny wzrost występowania otyłości obserwowanej na przestrzeni kilkunastu lat. Częstość występowania otyłości wzrosła o ponad 40% w ciągu ostatnich 10 lat w wielu krajach, w tym Danii, Szwecji, Norwegii, Francji, Czechach. Ten wzrost występowania otyłości odnosi się do wszystkich grup społecznych, bez względu na wiek, płeć, rasę, wysokość dochodów i poziom wykształcenia. Występowanie otyłości w krajach OECD przedstawiono w tabeli 1 [5]. Według danych zawartych w Europejskim raporcie Żywnienia i Zdrowia z 2009 roku (*European Nutrition and Health Report*) największy odsetek osób otyłych w Europie stanowią mieszkańcy Grecji, którą zamieszkuje 28% otyłych mężczyzn i 38% otyłych kobiet. Najmniejszy odsetek osób otyłych

Tabela 1

Występowanie otyłości wśród dorosłych według *Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD)* w 2010 roku [5]

Kraj	Mężczyźni (%)	Kobiety (%)	Razem (%)
Australia	25,5	23,6	24,6
Austria	12,0	12,7	12,4
Belgia	13,1	14,4	13,8
Chile	19,2	30,7	25,1
Czechy	21,0	21,0	21,0
Dania	13,7	13,1	13,4
Estonia	17,0	16,8	16,9
Finlandia	19,3	21,1	20,2
Francja	12,4	13,4	12,9
Grecja	17,3	17,3	17,3
Holandia	10,2	12,6	11,4
Hiszpania	17,3	14,7	16,0
Islandia	22,7	19,3	21,0
Irlandia	22,0	24,0	23,0
Izrael	17,1	14,9	16,0
Japonia	3,8	3,2	3,5
Kanada	25,2	23,3	24,2
Korea	3,5	4,7	4,1
Luksemburg	23,6	21,0	22,5
Meksyk	24,2	34,5	30,0
Niemcy	15,7	13,8	14,7
Norwegia	11,0	8,0	10,0
Nowa Zelandia	27,7	27,8	27,8
Polska	16,6	15,2	15,8
Portugalia	14,6	16,1	15,4
Słowacja	17,1	16,7	16,9
Słowenia	17,0	15,8	16,4
Stany Zjednoczone	35,5	36,3	35,9
Szwecja	12,6	13,1	12,9
Szwajcaria	8,6	7,7	8,1
Turcja	13,2	21,0	16,9
Węgry	26,3	30,4	28,5
Wielka Brytania	26,2	26,1	26,1
Włochy	11,1	9,6	10,3
Kraje Unii Europejskiej	16,5	16,7	16,6
Kraje OECD	17,5	18,1	17,8
Brazylia	14,4	15,5	15,0
Chiny	2,4	3,4	2,9
Indie	1,3	2,8	2,0
Indonezja	1,1	3,6	2,4
Rosja	11,8	20,1	15,9
Republika Południowej Afryki	8,8	27,4	18,1

Źródło: "Overweight and obesity", in OECD Factbook 2013: Economic, Environmental and Social Statistics, OECD Publishing. <http://dx.doi.org/10.1787/factbook-2013-100-en>

▶ Otyłość stanowi
równie poważny
problem zdrowotny
w Polsce ◀◀

▶ Według IASO
w Polsce w latach
2003–2007 niemal
co czwarta kobieta
była otyła (23,8%),
wśród mężczyzn
otyłych było
20,8% ◀◀

występuje w takich krajach, jak: Francja, Szwecja, Dania i Norwegia, gdzie otyłość obserwowana jest u 7–9% mężczyzn i 6–8% kobiet [7].

POLSKA

Otyłość stanowi równie poważny problem zdrowotny w Polsce. Badania indywidualnego spożycia żywności i stanu odżywienia w gospodarstwach domowych, przeprowadzone przez Instytut Żywności i Żywienia (IŻŻ) w 2000 roku dowodzą, że ponad połowa dorosłych w wieku 19–59 lat miała nadwagę lub otyłość. Odsetek mężczyzn z otyłością stanowił 15,7%, a kobiet 19,9%. W obu grupach częstość występowania otyłości wzrastała wraz z wiekiem [8, 9]. Występowanie otyłości wśród mieszkańców Polski było także przedmiotem badań programu NATPOL, przeprowadzonych w 1997 i 2002 roku. Analiza wyników wykazała, że w 1997 roku występowanie otyłości stwierdzono u 16% mężczyzn i 19% kobiet, natomiast w roku 2002 wartość ta wzrosła do 19%, niezależnie od płci [4]. Częstość występowania otyłości u osób w wieku 20–74 lat była także przedmiotem badań prowadzonych w latach 2003–2005, w ramach programu WOBASZ. Wyniki badań wykazały, że otyłość dotyczyła 21,2% mężczyzn i 22,4% kobiet [9]. Porównując wyniki wyżej wymienionych programów — NATPOL i WOBASZ — zauważa się wzrostową tendencję częstości występowania otyłości wśród mężczyzn oraz odwrotną tendencję w grupie kobiet [4]. Badania dotyczące oceny częstości występowania otyłości, wśród osób w wieku powyżej 15. roku życia, zostały przeprowadzone przez Główny Urząd Statystyczny (GUS) w latach: 1996, 2004 i 2009. Ostatnie badanie z 2009 roku stanowi najnowsze źródło statystyk nadmiernej masy ciała w Polsce. Podczas przeprowadzania badań przez GUS nie wykonywano pomiarów antropometrycznych, a wskaźnik masy ciała obliczano na

podstawie danych uzyskanych od badanych osób. Wyniki badania wykazały, że w 1996 roku otyłość występowała u 10,3% mężczyzn i wzrosła w następnych latach kolejno do wartości 12,6% i 16,6%. Analogiczną sytuację odnotowano u kobiet, wśród których w 1996 roku otyłych było 12,4%, a w kolejnych latach już 12,5% i 15,2% osób płci żeńskiej [10]. Analiza różnic rozkładów masy ciała według płci w poszczególnych regionach wskazuje, że stosunkowo najwięcej osób z nadmierną masą ciała zamieszkuje województwa śląskie, opolskie, małopolskie i wielkopolskie, gdzie ponad 53% populacji osób dorosłych ma masę ciała powyżej normy i często osiąga poziom otyłości (boryka się z tym problemem co Szósty lub siódmy dorosły mieszkaniec wymienionych województw). Relatywnie najniższa częstość występowania nadmiernej masy ciała występuje wśród mieszkańców województwa świętokrzyskiego, lubelskiego, pomorskiego i warmińsko-mazurskiego — tylko u co drugiej osoby w wieku 15 lat i starszej [10]. Informacji na temat występowania otyłości wśród mieszkańców małych miast dostarczają także wyniki badań przeprowadzonych w ramach Polskiego Projektu 400 Miast (PP400M). Projekt zakładał interwencję medyczną w celu zmniejszenia zachorowalności i umieralności z powodu chorób układu krążenia. Występowanie otyłości wśród mieszkańców małych miast określono na podobnym poziomie u mężczyzn i u kobiet, odpowiednio: 27,3% i 28% [11]. W badaniach POLSCREEN opublikowanych w 2006 roku, przeprowadzonych wśród pacjentów podstawowej opieki, otyli mężczyźni stanowili 26,8% osób, a kobiety 30,1% [12]. Według IASO (*International Association for the Study of Obesity*, Międzynarodowe Towarzystwo Badań nad Otyłością) w Polsce w latach 2003–2007 niemal co czwarta kobieta była otyła (23,8%), wśród mężczyzn otyłych było 20,8% [13].

PODSUMOWANIE

Otyłość stanowi jeden z głównych problemów zdrowotnych XXI wieku. Skala rozpowszechnienia otyłości jest przedmiotem zainteresowań wielu organizacji i badaczy zajmujących się zdrowiem publicznym i promocją zdrowia. Odsetek osób otyłych wzrasta w zaskakująco szybkim tempie, o czym może świadczyć fakt, że przez trzy dekady podwoiła się liczba osób otyłych na świecie. Więcej osób żyje w krajach, gdzie nadwaga i otyłość stanowią większy problem niż niedowaga. Również w Polsce otyłość stanowi coraz większy problem, nadmierna masa ciała bowiem dotyczy coraz znaczniejszej liczby osób.

PIŚMIENNICTWO

1. Obesity and overweight. Fact Sheets No 311. World Health Organization, Updated March 2013; 29.10.2013.
2. Ogden C.L., Carroll M.D., Kit B.K. Centers for Disease Control and Prevention. Prevalence of Obesity in the United States, 2009–2010. NCHS Data Brief, 2012; 82.
3. Piechota G., Kalinowski P., Karwat I. Otyłość — epidemia o zasięgu światowym. *Nowiny Lekarskie* 2008; 77: 158–161.
4. Jarosz M., Rychlik E. Otyłość wyzwaniem zdrowotnym i cywilizacyjnym. *Postępy Nauk Medycznych* 2011; 9: 712–717.
5. OECD "Overweight and obesity", in OECD Factbook 2013: Economic, Environmental and Social Statistics, OECD Publishing. <http://dx.doi.org/10.1787/factbook-2013-100-en>; 29.10.2013.
6. OECD Health at a Glance 2011: OECD Indicators, OECD Publishing. http://dx.doi.org/10.1787/health_glance-2011-en; 29.10.2013.
7. Elmadafa I. European Nutrition and Health Report, KARGER 2009; 157–170.
8. Jarosz M., Traczyk I. Strategia zwalczania otyłości w Polsce w świetle Europejskiej Karty Walki z Otyłością. *Dietetyka* 2008; 2: 3–7.
9. Jarosz M., Rychlik E. Otyłość-problem coraz bardziej powszechny. *Family Medicine & Primary Care Review* 2009; 11: 648–653.
10. Stan Zdrowia Ludności w 2009 roku. Główny Urząd Statystyczny. Departament Badań Społecznych ISBN 978-83-7027-468-9.
11. Jarosz M. POLHEALTH. Otyłość, Żywność, Aktywność Fizyczna, Zdrowie Polaków. Warszawa 2006; 51–114.
12. Podolec P., Kopeć G. Rozpowszechnienie nadwagi i otyłości w Polsce i na świecie. *Forum Profilaktyki* 2007; 3: 1–8.
13. Word maps of obesity. IASO Online. <http://www.iaso.org/resources/world-map-obesity/>; 29.10.2013.