

CERCETAREA EFECTELOR UTILIZARII EXERCITIULUI FIZIC IN PROFILAXIA SI TRATAMENTUL SINDROMULUI METABOLIC LA ADOLESCENTI SI TINERI

Rezumat

Cu toate ca in tot mai multe state dezvoltate sau in curs de dezvoltare se constientizeaza pericolul reprezentat de instalarea sindromului metabolic (SM), în prezent nu exista elemente certe care sa indice ca obezitatea, excesul de greutate sau SM sunt in scadere sau cel putin se mentin la un nivel stabil. Din contra, in societatea de tip ocidental, obezitatea a capatat proportii epidemice. Astfel, Department of Health and Human Service din SUA raporta in 2006 ca 2/3 din populatia adulta a SUA era supraponderala sau obeza, 17,1% dintre adolescenti obezi, 16,5% supraponderali, 47 de milioane de subiecti adulti prezentau SM. In acelasi timp, din datele furnizate de OMS, se estimeaza ca 80% din bolile cardiace, accidentele vasculare cerebrale și diabetul zaharat de tip 2, respectiv 40% dintre bolile neoplazice, ar putea fi evitate daca factorii de risc legati de stilul de viata, inclusiv sedentarismul, ar putea fi eliminati.

S-a demonstrat, tinand cont de tendinta crescatoare a incidentei excesului ponderal si a obezitatii, ca UE cunoaste o deteriorare evidenta a alimentatiei asociata cu cresterea sedentarismului. Datele furnizate de Comisia Medicala a Consiliului Europei in cursul anului 2007, arata ca in 19 dintre cele 27 de tari membre ale UE, indicele mediu de masa corporala (BMI) se situeaza peste nivelul maxim normal de 25kg/m². In cazul in care aceasta tendinta isi pastreaza cresterea liniara, si nu are loc nici o interventie, se estimeaza ca incidenta obezitatii in UE va ajunge la 20,1% in anul 2020.

Ipotezele pe care se bazeaza aceste calcule arata ca acestea sunt, cel mai probabil, predictii optimiste. Si asta, numai daca ar fi sa luam in considerare faptul ca la sfarsitul anilor '80, in SUA s-a inregistrat o curba mult mai abrupta de evolutie a fenomenului.

In al doilea rand, aceasta analiza nu tine cont de modul dramatic in care obezitatea si excesul ponderal cresc in randul copiilor si adolescentilor. Astfel, s-a demonstrat ca obezitatea infantila cunoaste o crestere constanta in Europa, cea mai mare incidenta fiind inregistrata in tarile Europei de Sud (Buletinul Comisiei Europene, 2007; Roya Kelishadi (2007). *Epidemiol Rev* 2007;29:62-76).

In ceea ce priveste impactul economic, din datele Comisiei Europene reiese ca in anul 2002, costurile anuale directe și indirecte totale legate de obezitate au fost estimate la 32,8 mld. euro pe an, în anul 2005 la 0,3% din PIB-ul tarilor din UE, costurile cumulate ale obezitatii si excesului ponderal pentru 2006 ridicandu-se la cca 81 mld. euro.

Tendinta de crestere a incidentei SM si bolilor cronice legata de aceasta patologie este evidenta si in Romania, tara a UE unde persoanele cu exces ponderal si obezitate reprezinta, dupa ultimele estimari ale Comisiei Medicale a Consiliului Europei, cca 30% din totalul populatiei. Din pacate, si in tara noastra, tendinta de crestere a incidentei excesului ponderal, obezitatii si SM este in crestere la populatii cu varsta tot mai redusa, in special adolescenti si tineri, ceea ce poate conduce la efecte negative asupra starii de sanatate a populatiei pe termen lung.

Concluzionand, cele mai frecvente boli cronice si degenerative, afectiunile cardio-vasculare, diabetul, cancerul, au la baza un factor de risc important reprezentat de terenul genetic care poate fi modulata prin factori externi, reprezentati in principal

de alimentatie si activitatea fizica. Intelegerea corecta a interdependentei dintre factorii externi si cei genetici constituie fundamentarea abordarii, din ce in ce mai precisa si individualizata, a profilaxiei si tratamentului bolilor cronice din categoria celor enumerate anterior.

Cercetarea noastra se adreseaza subiectilor adolescenti si tineri pentru ca se considera ca impactul sanogenetic si socio-economic al aplicarii programelor de kinetoprofilaxie si kinetoterapie in cazul sindromului metabolic (SM) este maxim pe termen lung la aceste categorii de varsta.

Pornind de la aceste consideratii, proiectul propune derularea unei cercetari complexe a interrelatiei dintre SM si exercitiul fizic. Practic, se doreste explorarea unor teorii si ipoteze care sa conduca la o mai buna fundamentare teoretica si practica a utilizarii mijloacelor kinetice in profilaxia si tratamentul unui intreg lant de manifestari patologice care stau la baza instalarii si evolutiei sindromului metabolic.