

Lublin, 27 listopada 2019 r.

## Informacja prasowa

**W Lublinie rusza nowy program polityki zdrowotnej w zakresie zdrowego odżywiania dzieci pn. „Jedz z głową”. Do udziału zgłosiło się 38 szkół podstawowych w mieście. Celem programu jest poprawa stanu zdrowia uczniów klas I-III, profilaktyka chorób cywilizacyjnych i edukacja żywieniowa. Inicjatorem programu jest Miasto Lublin, które w latach 2019-2021 przeznaczy na jego realizację blisko 700 tys. zł. Realizatorem Programu została Fundacja Medicover.**

*- „Działania związane z edukacją zdrowotną, promocją zdrowego stylu życia oraz profilaktyką chorób podejmowane wobec dzieci i młodzieży powinny znajdować się w centrum uwagi całego społeczeństwa. Nie można pozostawać obojętnym wobec narastającego problemu chorób cywilizacyjnych, których świadomość jest bardzo niska” – apeluje **Monika Lipińska, Zastępca Prezydenta Miasta Lublin ds. społecznych.***

Liczba dzieci z nadwagą oraz otyłością stale rośnie. Zwiększona produkcja przetworzonej żywności, szybka urbanizacja oraz zmieniający się styl życia doprowadziły do zmiany wzorców żywieniowych. Otyłość, to poważna choroba, której nie można bagatelizować. Jej konsekwencją mogą być poważne problemy zdrowotne takie jak: podwyższony poziom cholesterolu, nadciśnienie tętnicze, insulinooporność wraz z cukrzycą, stłuszczenie wątroby, zespół policystycznych jajników, bezdech senny czy przeciążenie kości i mięśni. W trosce o zdrowie dzieci Miasto Lublin rozpoczęło realizację programu „Jedz z głową”.

*- „Jestem przekonana, że wczesna diagnostyka, odpowiednia edukacja i właściwe działania przyczynią się do zmniejszenia ryzyka wystąpienia chorób cywilizacyjnych oraz zwiększenia świadomości zdrowego stylu życia wśród naszych dzieci” - zachęca **Monika Lipińska.***

W ramach programu „Jedz z głową” zaplanowano przeprowadzenie testu wydolnościowego oraz badań w zakresie analizy składu ciała i ciśnienia tętniczego krwi. Wszystko odbywa się w szkolnych gabinetach profilaktyki zdrowotnej i pomocy przedlekarskiej. Badania wykonywane przez pielęgniarki lub higienistki szkolne są nieinwazyjne, nie boją i są przeprowadzane z poszanowaniem prywatności dziecka. Każdy rodzic, który wyrazi zgodę na udział dziecka w programie otrzyma informację z wynikami testów oraz

zalecenia dotyczące dalszego postępowania. W Lublinie badania realizowane będą za pomocą Elektronicznego Systemu Medycyny Szkolnej (ESMS). To nowatorski, a zarazem prosty w obsłudze system informatyczny dla pielęgniarek szkolnych.

- „*W ramach diagnozy potrzeb zdrowotnych będą realizowane 3 badania: ocena masy i składu ciała za pomocą wagi do bioimpedancji, ocena sprawności krążeniowo-oddechowej poprzez 3-minutowy tzw. Kasch-Pulse Recovery Test oraz pomiar ciśnienia tętniczego krwi*” – wylicza **Agnieszka Skowrońska, Koordynator Projektów Fundacji Medicover.**

Do 20 grudnia 2019 r. badaniom zostaną poddani uczniowie klas III. – „*Rodzice już niebawem otrzymają formularze, dzięki którym będą mogli zgłosić swoje dzieci do udziału w przesiewowych badaniach fizykalnych. Mamy nadzieję, że odzew będzie pozytywny. Nam a także władzom poszczególnych placówek oświatowych zależy na tym, aby badania objęły jak największą liczbę uczniów. Zdrowie dzieci jest dla nas najważniejsze*” – zapewnia **Agnieszka Skowrońska.**

Uczniowie, których rodzice wyrażą zgodę na udział w programie wezmą także udział w warsztatach edukacyjnych prowadzonych przez dietetyka lub specjalistę żywienia. Zajęcia będą miały formę lekcji multimedialnych, z elementami eksperymentów, rysowania i wyklejania. Ich celem jest zaprezentowanie w ciekawy i atrakcyjny sposób zalet płynących z prowadzenia zdrowego stylu życia oraz dbania o jakość codziennych posiłków. Ponadto z myślą o najmłodszych na przełomie listopada i grudnia 2019 r. zostanie zorganizowany konkurs plastyczny pn. „*Jem zdrowo – jem z głową!*”, który ma mieć dodatkowy walor edukacyjny. Udział w nim wezmą uczniowie klas I-III, którzy będą mogli zaprezentować prace, przygotowane dowolną techniką, inspirowane zdrowym odżywianiem. Laureaci konkursu oraz młodzi artyści, którzy zostaną wyróżnieni, otrzymają nagrody.

Działania profilaktyczne są niezwykle ważne. Potwierdzają to rezultaty programów polityki zdrowotnej przeprowadzonych dotychczas przez Miasto Lublin.

„*Lubelski samorząd realizuje szereg działań profilaktycznych skierowanych do młodzieży w ramach Programu Zdrowie dla Lublina na lata 2016 – 2020. Są to działania prewencyjne stanowiące fundament w walce z chorobami cywilizacyjnymi*” – zapewnia **Barbara Danieluk, Zastępca Dyrektora Wydziału Zdrowia i Profilaktyki Urzędu Miasta Lublin.**

Program „*Jedz z głową*” skierowany jest nie tylko do uczniów szkół podstawowych. Ich rodzice a także nauczyciele i wychowawcy będą mogli wziąć udział w specjalnych warsztatach. Dzięki nim dowiedzą się m.in. jak reklama nakłania dzieci do niezdrowych wyborów zakupowych, jak uchronić najmłodszych

przed chorobami cywilizacyjnymi oraz poznają ciekawostki na temat składu produktów spożywczych oraz na co zwracać uwagę przy ich wyborze. Ponadto szkoleniami teoretycznymi z elementami pracy warsztatowej zostaną objęci dyrektorzy szkół oraz pracownicy stołówek szkolnych. W trakcie spotkań analizie poddane zostaną zaktualizowane normy żywienia dla dzieci i młodzieży. Uczestnicy poznają także zasady komponowania prawidłowo zbilansowanych jadłospisów i nauczą się obliczania ich wartości energetycznej oraz odżywczej. Program „Jedz z głową” zawita także do sklepików szkolnych. Ich ajenci dowiedzą się przede wszystkim, jakie grupy produktów są przeznaczone do sprzedaży w sklepikach, a których w ofercie posiadać nie wolno.

Jedną z lubelskich szkół od lat aktywnie włączających się w akcje prozdrowotne jest Szkoła Podstawowa nr 39. Podejmowane są w niej różnorodne działania, które mają za zadanie podnieść wśród dzieci, młodzieży, rodziców i nauczycieli poziom wiedzy dotyczącej zdrowego stylu życia a więc prawidłowego odżywiania oraz wprowadzić regularną aktywność fizyczną.

- „Program „Jedz z głową” jest programem długofalowym i skierowanym do różnorodnej grupy odbiorców, co daje szansę na wprowadzenie trwałych, poprawnych nawyków prozdrowotnych. Ponadto, przez kilka lat współpracowaliśmy z Fundacją Medicover w realizacji programów prozdrowotnych i jesteśmy bardzo zadowoleni z tej współpracy” – przyznaje **Małgorzata Bielecka, Dyrektor Szkoły Podstawowej nr 39 w Lublinie.**

Głównym celem programu jest utrwalenie prawidłowego postępowania dzieci dotyczącego zdrowego stylu życia a także wzmocnienie postaw prozdrowotnych u rodziców. - *Myślę, że chociaż u części dzieci i rodziców nastąpi redukcja wagi ciała i wzrost aktywności fizycznej. Dodatkowo zmotywuje on uczestników do wspólnego spędzania wolnego czasu oraz przygotowywania posiłków. Mam nadzieję, że wcześnie podjęte działania zapobiegną negatywnym skutkom otyłości w życiu dorosłym”* – dodaje **Małgorzata Bielecka.**

#### **Urząd Miasta Lublin**

Wydział Zdrowia i Profilaktyki Urzędu Miasta Lublin realizuje w szczególności zadania z zakresu inicjowania i koordynacji spraw związanych z ochroną i promocją zdrowia. W Lublinie funkcjonuje siedem programów profilaktyki zdrowotnej skierowanych do uczniów szkół, między innymi program profilaktyki próchnicy zębów, wad wzroku i zęza. Działania w tym zakresie realizowane są w ramach Programu Zdrowie dla Lublina na lata 2016 – 2020. Do jego priorytetowych zadań należy przeciwdziałanie zachorowaniom na choroby układu krążenia, nowotwory, cukrzycę, wady wzroku i wady postawy u dzieci oraz próchnicę zębów. Program obejmuje także działania profilaktyczne obniżające występowanie czynników ryzyka chorób cywilizacyjnych tj. małej aktywności fizycznej, nadwagi i otyłości oraz palenia tytoniu. Skupia się również na wzbogaceniu działań z zakresu ochrony zdrowia psychicznego. W ramach Programu Zdrowie dla Lublina tworzone są

także nowe przestrzenie miejskie sprzyjające zdrowiu oraz rozwijana jest infrastruktura sportowo – rekreacyjna: stacje roweru miejskiego, ścieżki rowerowe, baseny.

### O Fundacji Medicover

Fundacja Medicover jest organizacją pożytku publicznego. Wspiera innowacje i rozwój w służbie zdrowia. Powstała w 2007 roku, od 2013 roku prowadzi w Polsce jeden z największych na świecie Programów Profilaktyki Cukrzycy i Chorób Cywilizacyjnych „PoZdro!” skierowanych do dzieci i młodzieży, między innymi w Lublinie. Działalność Fundacji Medicover prowadzona jest w oparciu o wieloletnią, międzynarodową wiedzę oraz doświadczenie z zakresu medycyny i zdrowia publicznego. Skupiona jest ona w szczególności na edukowaniu oraz wspieraniu społeczności lokalnych poprzez tworzenie programów, rozwiązań informatycznych i innowacyjnego podejścia, które w sposób pośredni lub bezpośredni przyczyniają się do polepszenia stanu zdrowia i świadomości społeczeństwa.

W kwietniu 2019 r. Fundacja Medicover otrzymała wyróżnienie w konkursie „Listki CSR POLITYKI” nagradzającym najbardziej odpowiedzialne i zaangażowane społecznie firmy. Wyróżnienie przyznano w kategorii „Projekty i działania wspierające 5 Celów (7, 9, 12, 13 i 14) Zrównoważonego Rozwoju (SDG’s)” za wdrożenie Elektronicznego Systemu Medycyny Szkolnej (ESMS), którego celem jest m.in. wypracowanie standardu komunikowania się pracowników medycyny szkolnej z rodzicami i opiekunami o stanie zdrowia dzieci.

Więcej informacji o Programie „PoZdro!” można znaleźć na stronie [www.po-zdro.pl](http://www.po-zdro.pl) i na profilu społecznościowym Facebook: [www.facebook.com/ProgramPoZdro](https://www.facebook.com/ProgramPoZdro)

### Kontakt:

Agnieszka Skowrońska  
Koordynator Lokalny PoZdro! i Elektronicznego Systemu Medycyny Szkolnej  
Fundacja Medicover  
tel.: + 48 519 532 591  
e-mail: [agnieszka.skowronska@medicover.pl](mailto:agnieszka.skowronska@medicover.pl)