



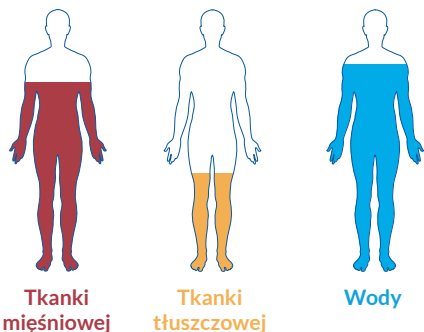
ANALIZA SKŁADU MASY CIAŁA:

Zastanawiasz się, czy metabolizm Twojego dziecka dobrze pracuje?

W programie, podczas każdej wizyty lekarskiej, dokonujemy pomiaru składu masy ciała uczestnika. Dzięki temu, na bieżąco w trakcie rocznego udziału sprawdzamy 6 razy efekty wprowadzonych zmian.

Na czym polega badanie?

Pomiar dokonywany jest przy użyciu specjalnej wagi. Do badania należy ubrać się w lekki strój. Na wadze uczestnik staje boso. Po 30 sekundach otrzymuje wynik.



Tkanki mięśniowej

Tkanki tłuszczowej

Wody

Po wykonanym badaniu, uczestnik otrzyma opis wyników uwzględniający:

- wiek biologiczny,
- masę ciała,
- proporcję pomiędzy masą tkanki tłuszczowej i masą mięśni,
- wskaźnik masy mięśni w segmentach ciała.



BADANIA LABORATORYJNE:

Wykonywane raz w trakcie trwania programu:

- Morfologia
- Profil lipidowy
- ALT, AST
- Kwas moczowy
- TSH, fT4
- Test obciążenia glukozą (75g, 2 pkt: 0 i 2h)
- Insulina na czczo i po obciążeniu glukozą



TEST WYDOLNOŚCIOWY:

Badany wchodzi na stopień w tempie 24 wejść i zejść na minutę przez 3 min.

Powysiłkową częstość skurczów serca (HR pow.) badający rejestruje po każdej minucie wysiłku przy użyciu pulsoksymetru (nie później niż 5 sekund).

Wynik to średnia powysiłkowa częstość skurczów serca.



NOWA! IV EDYCJA!

„Program polityki zdrowotnej w zakresie profilaktyki i leczenia nadwagi i otyłości w populacji młodzieży w Gminie Miasta Gdyni. Kontynuacja na lata 2023 – 2024”

Zapisz swoje dziecko do programu



START INTERWENCJI: WRZESIEŃ 2023

MIEJSCE: CENTRUM MEDYCZNE MEDICOVER GDYNIA
ul. K. Górskiego 3, Gdynia

KONTAKT: KOORDYNATOR
TEL: 668 880 084

REALIZATOR:



MEDICOVER
FUNDACJA



przy wsparciu Funduszu Narodów Zjednoczonych na Rzecz Dzieci (UNICEF)



Na przestrzeni ostatnich lat obserwujemy znaczący wzrost liczby osób cierpiących na tzw. choroby cywilizacyjne, wynikające m.in. ze stylu życia.

Czynniki ryzyka to:

- mała aktywność ruchowa,
- nieprawidłowe i zbyt kaloryczne żywienie,
- nadmierne obciążenia emocjonalno-psychiczne.

Stajemy się społeczeństwem trzech foteli: fotel w domu, w samochodzie, w pracy lub w szkole. Przestajemy dbać o aktywność fizyczną, korzystając z usprawnień cywilizacyjnych, bez rozumienia naszego organizmu, który jest stworzony do ruchu, a nie do siedzenia.

Brak ruchu, nieprawidłowa dieta i brak regeneracji, prowadzą do otyłości, której konsekwencjami są problemy z:

- układem kostnym (zwyrodnienia stawów kolanowych i kręgosłupa),
- hormonalnym (wtórna niedoczynność tarczycy i hiperinsulinemia, cukrzyca typu 2),
- oddechowym (zaburzenia oddychania, zespół bezdechów sennych, większe ryzyko astmy i alergii),
- układem trawienia (większe ryzyko kamicy żółciowej, chorób trzustki i zapalenia błony śluzowej żołądka).

PAMIĘTAJ! OTYŁOŚĆ I NADWAGA TO STAN ODWRACALNY!

? CO MOŻESZ ZROBIĆ?

Podjmij działanie! Zgłoś swoje dziecko do programu profilaktyki.

SKORZYSTAJ bezpłatnie z:

- 6 stacjonarnych konsultacji : lekarz + dietetyk+ psycholog + trener
- Analizy składu ciała podczas wizyt
- Badań laboratoryjnych na początku programu
- Wydarzeń sportowych
- Zajęć edukacyjnych dla całych rodzin
- Warsztatów kulinarnych



CELE PROGRAMU:



Objęcie uczestników kompleksową opieką zdrowotno- edukacyjną.



Zwiększenie dostępności do diagnostyki chorób cywilizacyjnych.



Poprawa wykrywalności na wczesnym etapie chorób metabolicznych i nadciśnienia tętniczego.



Zwiększenie wiedzy rodziców wobec konsekwencji nadwagi i otyłości.



Wzrost świadomości dzięki udziałowi w warsztatach edukacyjnych i zajęciach sportowych.



CELE SZCZEGÓŁOWE:



Propagowanie zdrowego stylu życia.



Wprowadzenie zasad zdrowego żywienia.



Zmiana nawyków.



Zwiększenie aktywności fizycznej.



Zmiana/zmniejszenie centyla BMI.