21 Ιανουαρίου 2013

Η διατροφή και … ο καρδιομεταβολικός κίνδυνος … στην Ελλάδα!

/ Ε

Η εξέλιξη των διατροφικών συνηθειών στην Ελλάδα και η επίπτωση στον καρδιομεταβολικό κίνδυνο.

Τα **καρδιαγγειακά νοσήματα** αποτελούν ένα μεγάλο ιατρικό και κοινωνικό πρόβλημα τόσο για τη χώρα μας όσο και για τις υπόλοιπες αναπτυγμένες χώρες.

Τα νοσήματα αυτά κατέχουν την πρώτη θέση στις αιτίες θανάτου μεταξύ ανδρών και γυναικών τόσο στην Ευρώπη (σύμφωνα με το *Health and Consumer Affairs Council Meeting on Employment and Social Policy, 2006*), όσο και σε παγκόσμιο επίπεδο, με τη χώρα μας να συγκαταλέγεται πλέον στο δυσμενή κατάλογο των χωρών που πλήττονται περισσότερο.

Βάσει του *Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας – Π.Ο.Υ.*, το 80% των πρόωρων θανάτων προκαλούμενων από καρδιακά νοσήματα και αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο, θα μπορούσαν να αποφευχθούν με υγιεινή διατροφή, συστηματική φυσική δραστηριότητα και διακοπή του καπνίσματος. (περισσότερα…)