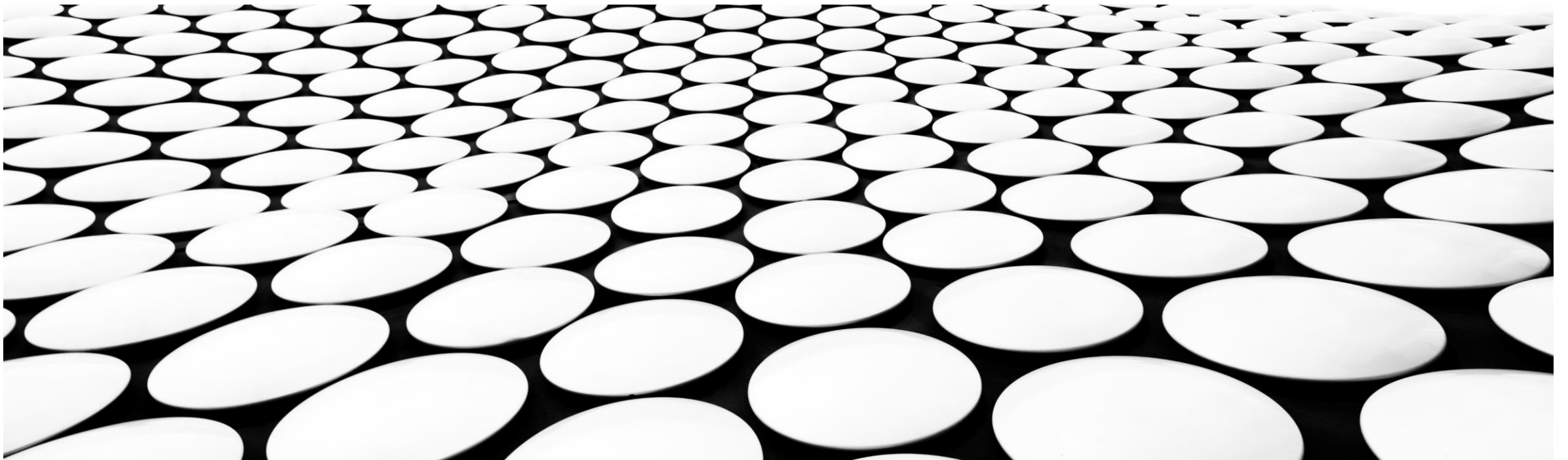

4 MARCA ŚWIATOWY DZIEŃ OTYŁOŚCI



4 marca - obchodzony jest Światowy Dzień Otyłości, którego celem jest zwiększenie świadomości społecznej oraz wiedzy na temat problemów zdrowotnych związanych z otyłością i nadwagą. Młodzież z klasy 2e wzięła udział w warsztatach przeprowadzonych przez pielęgniarkę szkolną oraz nauczycieli przedmiotów zawodowych gastronomicznych na temat sposobów zapobiegania temu schorzeniu. Uczniowie dowiedzieli się, że nadwaga i otyłość zwiększają ryzyko zachorowalności m.in. na cukrzycę typu II, nadciśnienie tętnicze, chorobę niedokrwienną serca, bezdech senny, chorobę zwyrodnieniową stawów, nowotwory a nawet depresję. Klasa 2e poznała wytyczne Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) dotyczące walki z nadwagą i otyłością. Przeprowadzono wśród uczniów badania wskaźników BMI i WHR oraz testy na poprawność jadłospisów.



Płeć	Typ sylwetki	
	Jabłko	Gruszka
Kobieta	WHR > 0.8	WHR < 0.8
Mężczyzna	WHR > 1	WHR < 1
	