

TIJELO...EMOCIJE...UM

9. konferencija o debljini

HRVATSKI DAN DEBLJINE

Dan osvještenosti o debljini u Hrvatskoj

14. ožujka 2025.

NZJZ "dr. Andrija Štampar"

Mirogojska 16, Zagreb

ORGANIZATORI

Udruga za prevenciju prekomjerne težine
Nastavni Zavod za Javno zdravstvo „dr Andrija Štampar“
Hrvatsko društvo za debljinu

POKROVITELJII

Ministrstvo zdravstva RH
Gradonačelnik Grada Zagreba

UZ PODRŠKU

Hrvatski zavod za javno zdravstvo
Gradski ured za socijalnu zaštitu, zdravstvo, branitelje i osobe s unvaliditetom
Dom zdravlja Centar, Runjaninova 4
Dom zdravlja Zagreb Istok
Dom zdravlja Zagreb Zapad
Opća bolnica Varaždin



TEHNIČKI ORGANIZATOR

Contres projekti d.o.o.
Zvonimirova 44 / 10000 Zagreb
Kontakt: Josipa Čale / e-mail: josipa@contres.hr

Poštovani i dragi učesnici i posjetitelji

Ove godine, razmišljajući kako da usmjerimo teme s kojima možemo pametnije i jasnije djelovati, zaključili smo da uključimo izlaganja s podnaslovom "TIJELO...EMOCIJE...UM"

Debljina jest kronična bolest. Kada se djeluje na debljinu, djeluje se preventivno na onkološke bolesti, aterosklerozu, kardiovaskularne bolesti, dijabetes tipa II, infarkt miokarda, bolest žučnog kamenca, problemi lokomotornog sustava i još 101 druga bolest. Najveći problem je što ljudi dolaze na liječenje tek kad se pojave posljedice, a u stvari već 20 godina imaju 30 i više kilograma previše. Dr. Mirko Korišić, 2007.g. izjavio, a danas je još tragičniju porast debljine, naročito kod djece.

Ljudi s debljinom su uglavnom prepušteni sebi. Njihov problem se ne priznaje kao problem društva bez obzira što se na bolesti koje se javljaju kao posljedica debljine troši sve više, nego što bi se trošilo na liječenje debljine.

Rješenje je nacionalna strategija koju svaka država izrađuje prema svojim specifičnim zahtjevima i mogućnostima. Još nismo našli model djelovanja da zaustavimo rast debljine, nažalost među prvima smo u Europi i odrasli i djeca, za jednu naciju to je porazno, a naročito za struku ,da je nemoćna naći „pravi način“ da pomogne velikom broju populacije i da konačno zaustavi i KNB, uzrokovane debljinom.

Kao većina žena i osoba s debljinom u vječnoj potjeri za vitkošću tijela, koje ponekad postignem ali ne zauvijek, odgovorna sam i za Tv emisiju „ Čovjek i zdravstvena kultura“ ,pratila sam bezbroj dijeta, metoda i čudotvornih lijekova i aparata, razgovarala sa bezbroj stručnjaka, nutricionista ,kineziologa , ali ništa nije uspjelo dovesti osobu do konačnog rezultata da uskladi tijelo, emocije i um.

Zato sam odlučila osmisliti takav sadržaj Konferencije, gdje će stručnjaci odlično izabrani, objasniti koji princip ponašanja trebamo razviti i povezati djelovanje UMA, EMOCIJA KAO GRADITELJE ŽELJENOG I ZDRAVOG TIJELA.

Radujem se vašem dolasku, i uz vaše aktivno sudjelovanje možemo stvoriti novi „slogan“ kako uključiti UM DA DJELUJE NA EMOCIJE U ZDRAVLJU KOJE ŽELIMO.

Sonja Njunjić

Predsjednica Udruge za prevenciju prekomjerne težine

09.00

Registracija sudionika uz kavu i voće

09.45

POZDRAVNI GOVOR

Sonja Njunjić, Voditeljica i urednica emisije „Čovjek i zdravstvena kultura“ - OTV televizija, predsjednica Udruge za prevenciju prekomjerne težine.

Prof. prim. dr. sc. **Branko Kolarić**, dr. med.,
Ravnatelj Nastavnog zavoda za javno udarstvo
„dr Andrija Štampar“

Ministrstvo zdravstva

Gradski ured za socijalnu zaštitu, zdravstvo, branitelje i osobe s unvaliditetom

10.00-11.25

Prvi panel POVEZANOST TIJELA, EMOCIJA I UMA

Moderatori: Ana Puljak, Sonja Njunjić

Panelisti:

- Dr. sc. Ana Puljak, dr. med., KBT / Emocije i zdravlje
- Akademkinja Vida Demarin /
Moć epigenetike i neuroplastičnost u percepciji debljine
- Izv. prof. prim. dr. sc. Petrana Brečić, dr. med. /
Tijelo, emocije i um
- Univ. mag. Filip Đerke, dr. med., spec. (neurolog doktorand) /
Oblikuje li nas UM
- Klinička psihologinja Tea Brezinščak /
Od rođenja gradimo emocije i zdravlje

11.25-11.45

Coffe braek

11.45-13.15 **Drugi panel PSIHOLŠKI ASPEKTI PREHRANE, EMOCIJE, PROMIŠLJANJA, PERCEPCIJA VLASTITOG TIJELA, SNAGA UMA**

Moderatori: Ivana Kolčić, Sonja Njunjić

Panelisti:

- Izv. prof. dr. sc. Sanja Musić Milanović, dr. med. / voditeljica projekta Živjeti zdravo
- Prof. dr. sc. Ivana Kolčić / Zdravi stilovi života
- Prof. dr. sc. Renato Matić, sociolog / Društvo i prekomjerna težina - socijološki pristup
- Dr. sc. Hrvoje Radašević, kineziolog / Vježbanjem se oblikuje tijelo, emocije i um
- Nenad Bratković- magistar nutricionizma, sveučilišni magistar fitofarmacije i dijetoterapije / Neuronutricionizam, prehrana nije samo hrana već je to poveznica sa emocijama, tijelom i umom

13.15-13.30 **Coffe braek**

13.30-15.00 **Treći panel Prevencija debljine, dijagnostika, lijećenje**

Moderator: Sonja Njunjić

Panelisti:

- Prof. dr. sc. Davor Štimac, dr. med. / Najuspješnije metode u liječenju debljine
- Doc.dr.sc. Alen Patjak, dr. med. spec. / Barijatrijska kirurgija
- Maja Mikolaj Kirić, dr. med., endokrinolog / Što je novo u medikamentoznoj terapiji?
- Dr. sc. Ana Puljak, dr. med., KBT / Sažetak utjecaj izgleda tijela na psihičko stanje

15.00 Zaključci i rješenja panela

15.15 Završetak IX. konferencije