



Opole, 07.04.2021 r.

EPS 362(8.1)-3/2019

Dyrektorzy Szkół

Szanowni Państwo,

Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Opolu, realizuje projekt pn. **Zmień styl życia i sięgnij po zdrowie**, związany z zapobieganiem nadwadze i otyłości wśród mieszkańców województwa opolskiego. Obszarem objętym **wsparciem jest miasto Opole oraz powiat opolski**. Obecnie USK w Opolu prowadzi proces rekrutacji do I etapu, związanego z przeprowadzeniem badań przesiewowych dla grupy 10 tys. osób, z czego dzieci i młodzież z grupy wiekowej 6-18 lat stanowią 3 400 osób.

W dzisiejszych czasach nadmierna masa ciała, czyli nadwaga i otyłość jest problemem globalnym występującym w różnych populacjach na świecie, zarówno u dorosłych jak i u dzieci i młodzieży. Nadmierna masa ciała, a szczególnie otyłość sprzyja rozwojowi wielu chorób m.in. cukrzycy typu 2, chorobom układu sercowo-naczyniowego, niektórym typom nowotworów. Otyłość zwiększa także ryzyko wystąpienia zaburzeń hormonalnych i metabolicznych, zmianom zwyrodnieniowym układu kostno-stawowego czy bezdechowi sennemu. Poza negatywnym wpływem na zdrowie fizyczne wpływa również na jakość życia na płaszczyźnie psychospołecznej. Jak wskazują dostępne badania w Polsce problem nadwagi i otyłości dotyczy około 10% małych dzieci (1-3 lata), 30% dzieci w wieku wczesnoszkolnym i niemal 22% młodzieży do 15 roku życia.

Profilaktyka zapobiega chorobom lub umożliwia ich wczesne wykrywanie. Zapobiegać chorobom możemy zarówno poprzez sposób, w jaki żyjemy, jak i poprzez poddawanie się badaniom przesiewowym, które pozwalają wykryć groźne schorzenia na etapie dającym duże szanse wyleczenia i zredukowania ryzyka powikłań. Celem programów profilaktycznych jest też uświadomienie konieczności zmiany stylu życia lub pewnych nawyków oraz budowanie przekonania, które skłaniają do podejmowania prozdrowotnych wyborów i decyzji.

Skutecznie interwencja profilaktyczna wymaga jak najwcześniejszego dotarcia do osób z grupy ryzyka z informacją o korzyściach płynących ze zmian złych nawyków żywieniowych czy zwiększenie aktywności fizycznej. W związku z powyższym, reprezentując Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Opolu pragnę zachęcić środowisko szkolne (rodzice/nauczyciele) do współpracy w zakresie dbałości o zdrowie dzieci i młodzieży, poprzez rozpropagowanie informacji o projekcie oraz zachęcenie do udziału w badaniach.

W załączeniu przekazuję najważniejsze informacje o projekcie. Pragnę nadmienić, iż projekt umożliwia prowadzenie części interwencji w środowisku szkolnym, przyjaznym dla dzieci /młodzieży.

Wszelkie niezbędne informacje dot. rekrutacji uzgodnimy z Państwem bezpośrednio. Osobą do kontaktów roboczych jest Pani Anna Sabat-Gałaz tel. 77 452 04 07, adres e-mail: anna.sabat-galaz@usk.opole.pl.

Dyrektor Generalny

Janusz Maczuga

PROGRAM PROFILAKTYCZNY
„DOSTĘP DO WYSOKIEJ JAKOŚCI USŁUG ZDROWOTNYCH I SPOŁECZNYCH W ZAKRESIE
CHOROÓB CYWILIZACYJNYCH W ASPEKCIE NADWAGI, OTYŁOŚCI I CUKRZYCY”.

PROJEKT USK pn. „ZMIENIĆ STYL ŻYCIA I SIĘGNIJ PO ZDROWIE”

BEZPOŚREDNIMI ODBIORCAMI PROJEKTU SĄ mieszkańcy miasta Opola oraz powiatu opolskiego

- dzieci w wieku 6-18 lat
- osoby dorosłe w wieku 19-65 lat

Zasadą przystąpienia do Programu osoby niepełnoletniej, będzie pisemna zgoda rodzica lub opiekuna. osoby dorosłe będą mogły wziąć udział w Programie na zasadzie samodzielnego zgłoszenia.

ŚWIADCZENIA MEDYCZNE W RAMACH PROJEKTU REALIZOWANE SĄ W RAMACH ETAP I i II

I ETAP BADANIA PRZESIEWOWE

1. Badanie przesiewowe w kierunku nadwagi i otyłości W zakresie badania przesiewowego wykonane zostaną:
 - u dzieci - pomiar masy i wysokości, określenie BMI w odniesieniu do siatki centylowej,
 - u dorosłych - pomiar masy i wysokości, określenie BMI, obwód talii, pomiar ciśnienia
 - wywiad rodzinny w kierunku nadwagi, otyłości i chorób towarzyszących
2. Badanie przesiewowe w kierunku wykrywania cukrzycy.

Ilość osób objęta usługami w ramach I ETAPU – 10 tys. osób

Biorąc pod uwagę wyniki badań przesiewu, danych przekazanych w wywiadzie rodzinnym oraz sytuacji socjalno-bytowej dokonana zostanie kwalifikacja poszczególnych osób do udziału w określonych interwencjach Etapu II.

Do etapu II zostaną zakwalifikowane osoby z nadwagą i otyłością, najbardziej narażone na rozwój powiązanych z nimi chorób.

II ETAP MULTIKOMPONENTOWA OPIEKA NAD OSOBĄ Z NADWAGĄ I OTYŁOŚCIĄ

Działania skierowane do osób posiadających nadmierną masę ciała będą się odbywały poprzez udział w multidyscyplinarnej opiece, w skład której wchodzi 3 komponenty:

- Komponent aktywności fizycznej, będzie miał na celu zapoznanie uczestników z rodzajami ćwiczeń, które pozwalają zmniejszyć masę ciała oraz rozwinąć potrzebę podejmowania aktywności fizycznej.
- Komponent dietetyczny - dietoterapia otyłości trwająca nie krócej niż 3 miesiące.
- Komponent psychologiczny to kolejny ważny element wsparcia multikomponentowej interwencji, pozwalający uczestnikom na dokonanie zmiany w prowadzeniu dotychczasowego trybu życia oraz umacnianie motywacji do działania.

DLA OSÓB ZAKWALIFIKOWANYCH DO DALSZEJ INTERWENCJI PRZEWIDYWANY JEST OK. 2 LETNI OKRES UDZIAŁU W PROGRAMIE, REALIZOWANY POD OPIEKĄ MULTIDYSCYPLINARNEGO ZESPOŁU SPECJALISTÓW

Ilość osób objęta usługami w ramach II ETAPU – 310 osób

ŚWIADCZENIA MEDYCZNE UZUPEŁNIONE BĘDĄ DZIAŁANAMI INFORMACYJNO-EDUKACYJNYMI Z ELEMENTAMI PRPMOCJI AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ

Okres realizacji 02.2020 – 12.2023

ZGŁOSZENIA UDZIAŁU W PROJEKCIE MOŻNA DOKONAĆ:

1. składając dokumenty aplikacyjne bezpośrednio w biurze projektu – Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Opolu, ul. Al. Witosa 26, 45-401 Opole,
2. przesyłając skany oryginalnych, podpisanych dokumentów na adres e-mail: nadwaga@usk.opole.pl z dopiskiem „rekrutacja”.
3. wysyłając wypełnione dokumenty aplikacyjne pocztą tradycyjną na adres Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Opolu, ul. Al. Witosa 26, 45-401 Opole, z dopiskiem „rekrutacja nadwaga”

NA KOMPLET DOKUMENTÓW APLIKACYJNYCH SKŁADAJĄ SIĘ:

1. Deklaracja uczestnictwa w projekcie.
2. Oświadczenie uczestnika projektu.
3. Zgoda rodzica / opiekuna prawnego na udział w projekcie – w przypadku nieletnich uczestników projektu.

Uwaga!

Przyjmowane będą wyłącznie prawidłowo wypełnione formularze uczestnictwa. Decyduje kolejność zgłoszeń.

Więcej informacji pod nr telefonu: **77 45 20 416** w godzinach **12:00 – 14:30**

Projekt "Zmień styl życia i sięgnij po zdrowie" - program zdrowotny w zakresie chorób cywilizacyjnych - nadwagi, otyłości i cukrzycy, w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Opolskiego na lata 2014-2020,

