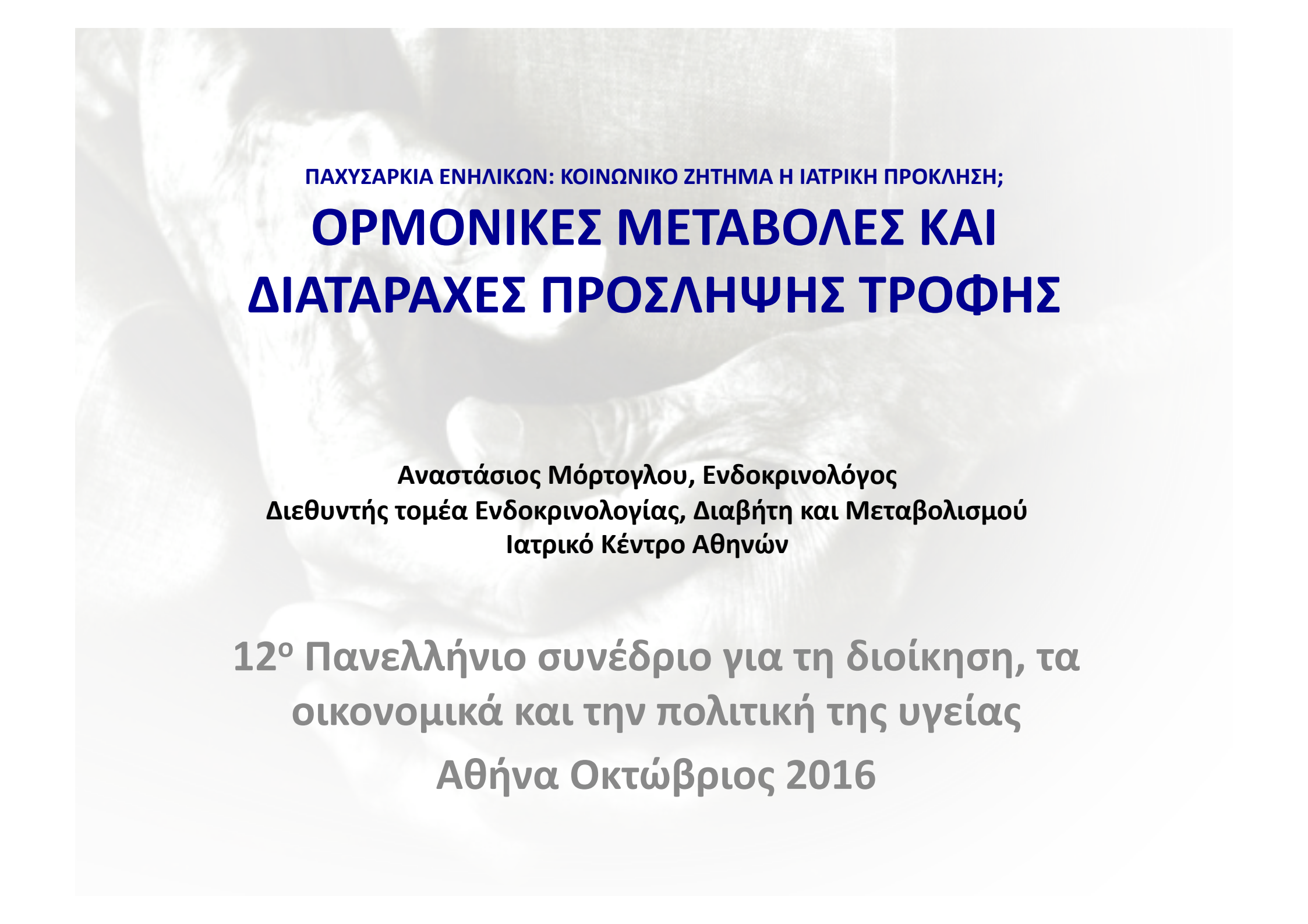




ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ: ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΖΗΤΗΜΑ Η ΙΑΤΡΙΚΗ ΠΡΟΚΛΗΣΗ;

ΟΡΜΟΝΙΚΕΣ ΜΕΤΑΒΟΛΕΣ ΚΑΙ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΠΡΟΣΛΗΨΗΣ ΤΡΟΦΗΣ

**Αναστάσιος Μόρτογλου, Ενδοκρινολόγος
Διευθυντής τομέα Ενδοκρινολογίας, Διαβήτη και Μεταβολισμού
Ιατρικό Κέντρο Αθηνών**

**12^ο Πανελλήνιο συνέδριο για τη διοίκηση, τα
οικονομικά και την πολιτική της υγείας
Αθήνα Οκτώβριος 2016**

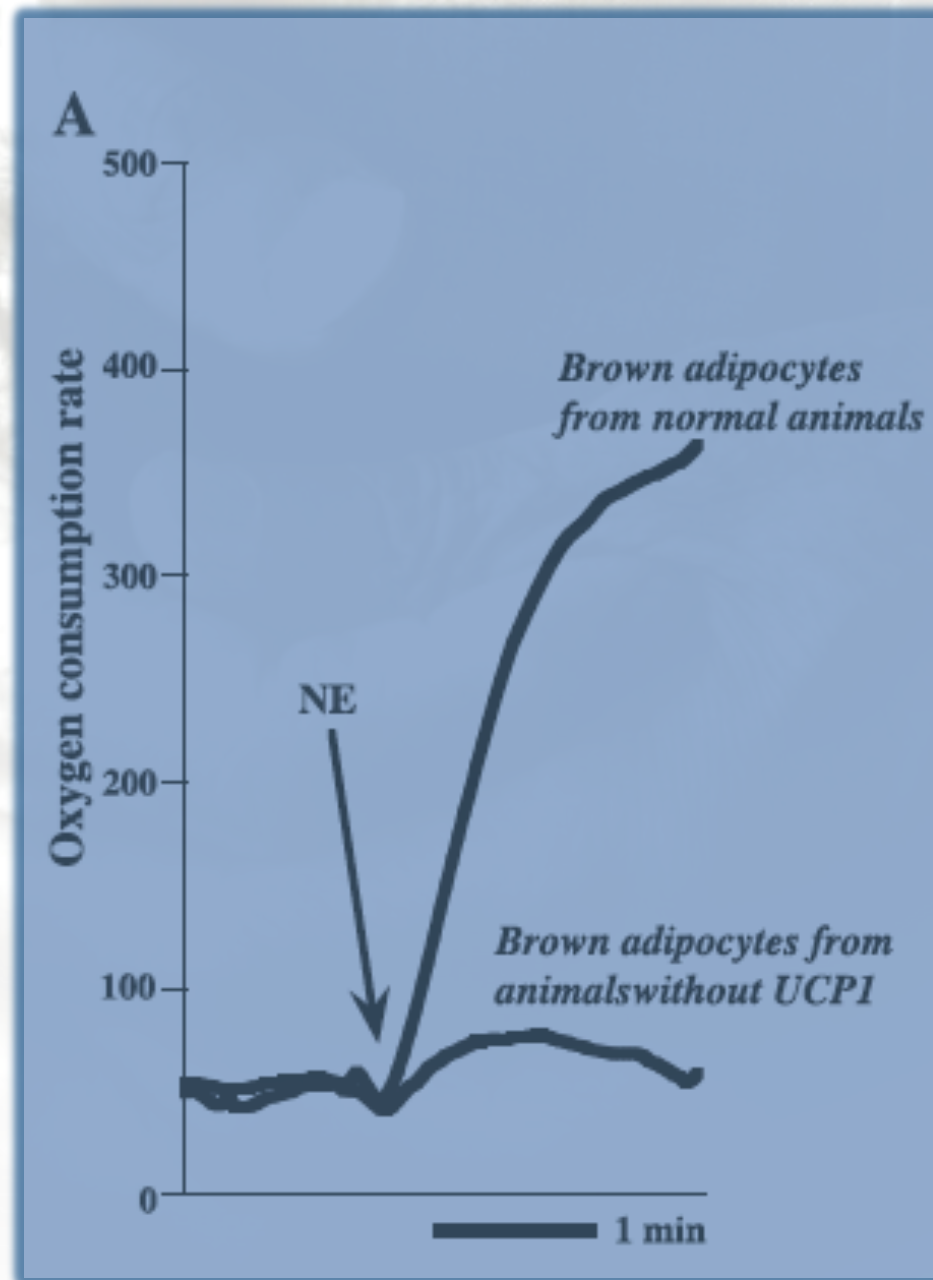
Εισαγωγή

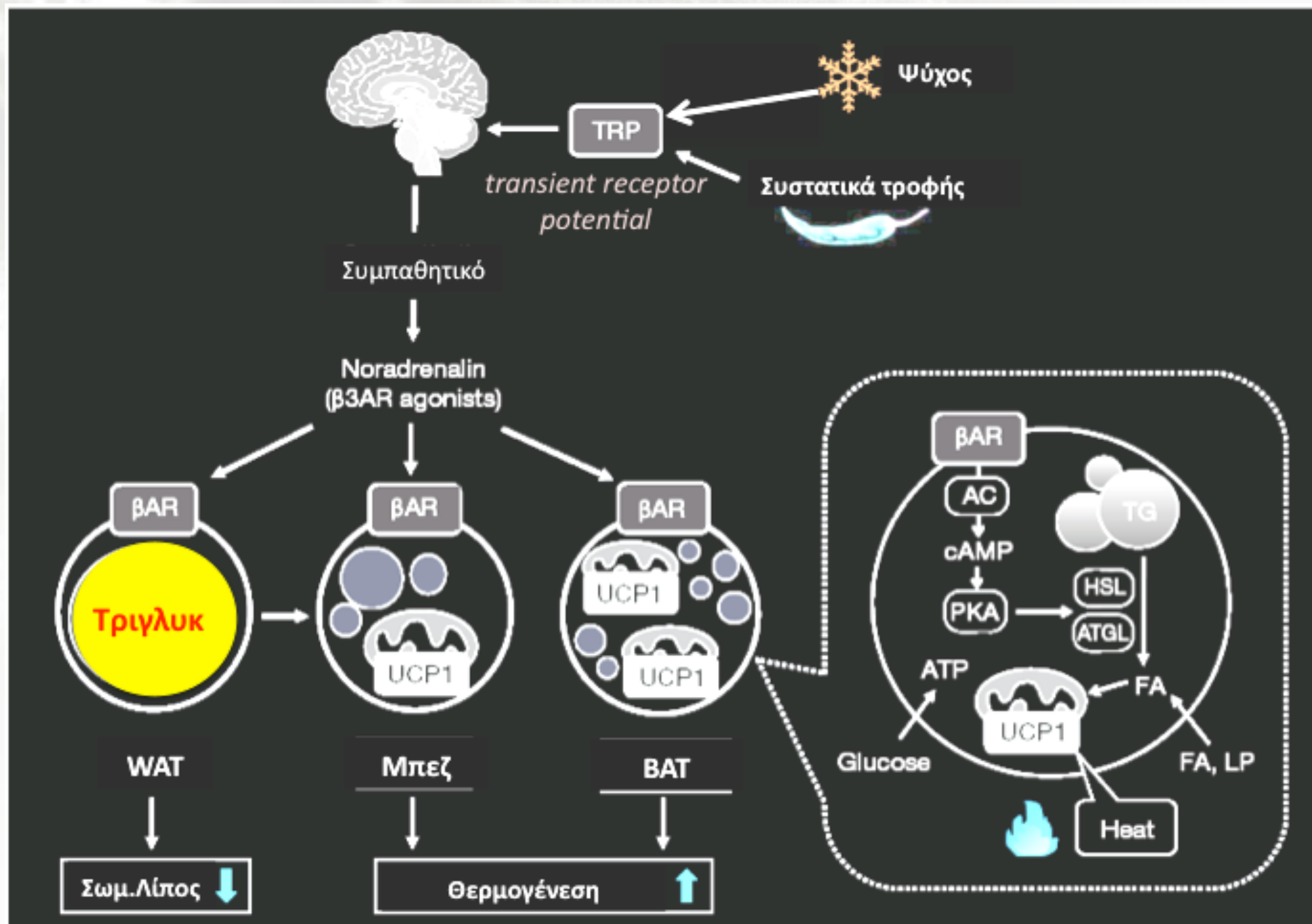
- Μια σύνθετη διαδικασία από εσωτερικούς και εξωτερικούς παράγοντες επηρεάζει την όρεξη και τον κορεσμό & κατά συνέπεια την ποσότητα και το είδος των τροφίμων που καταναλώνονται. Εσωτερικοί παράγοντες περιλαμβάνουν φυσιολογικούς μηχανισμούς που ρυθμίζουν την όρεξη, με ορμόνες όπως το νευροπεπτίδιο Υ (διέγερση της πρόσληψης τροφής) ή τη μείωση της πρόσληψης τροφής πχ η λεπτίνη.
- Πολλοί εξωτερικοί παράγοντες μπορούν να επηρεάσουν την πρόσληψη τροφής και περιλαμβάνουν περιβαλλοντικούς παράγοντες (π.χ. οικονομικά, διαθεσιμότητα τροφής), κοινωνικούς παράγοντες (π.χ. επιρροή των άλλων και βέβαια η γευστικότητα των τροφίμων (Palatability)).

Εισαγωγή συνέχεια

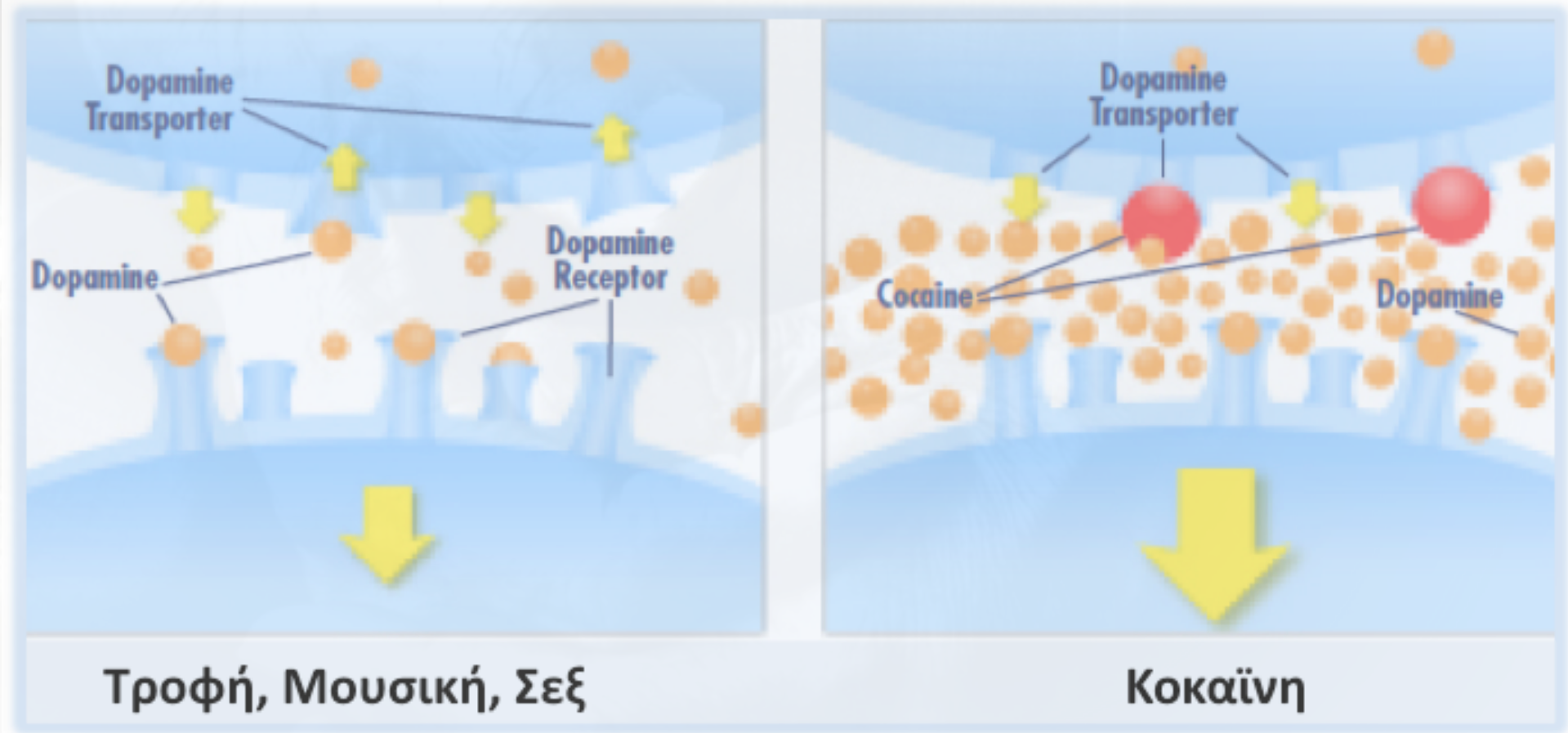
- Είναι γνωστό ότι το στρες μπορεί να αλλάξει τις διατροφικές συνήθειες. Όταν βιώνεται ένα οξύ στρες, όπως μια απειλή για την προσωπική ασφάλεια, υπάρχει μια άμεση φυσιολογική αντίδραση, ως απάντηση: **«φύγε ή πάλεψε»**, η οποία έχει ως αποτέλεσμα την καταστολή της όρεξης. Η έκθεση όμως σε χρόνιο ψυχολογικό στρες, π.χ ανεργία, είναι μία από τις πολλές διαταραχές της ψυχικής υγείας, που συμβάλλει στην αύξηση του σωματικού βάρους. Για πολλούς, η τυπική απάντηση σε αυτές τις χρόνιες στρεσογόνες καταστάσεις δεν είναι η ανορεξία, αλλά η αναζήτηση και κατανάλωση τροφίμων πλούσιων σε θερμίδες.
- Αν το στρες προκαλεί κάποια άτομα να καταναλώνουν τρόφιμα που υπερβαίνουν τις ανάγκες, τότε αυτό μπορεί να καταλήξει σε αύξηση του σωματικού βάρους και παχυσαρκία.

Ενεργοποίηση του φαιού λίπους από τη ΝΕ





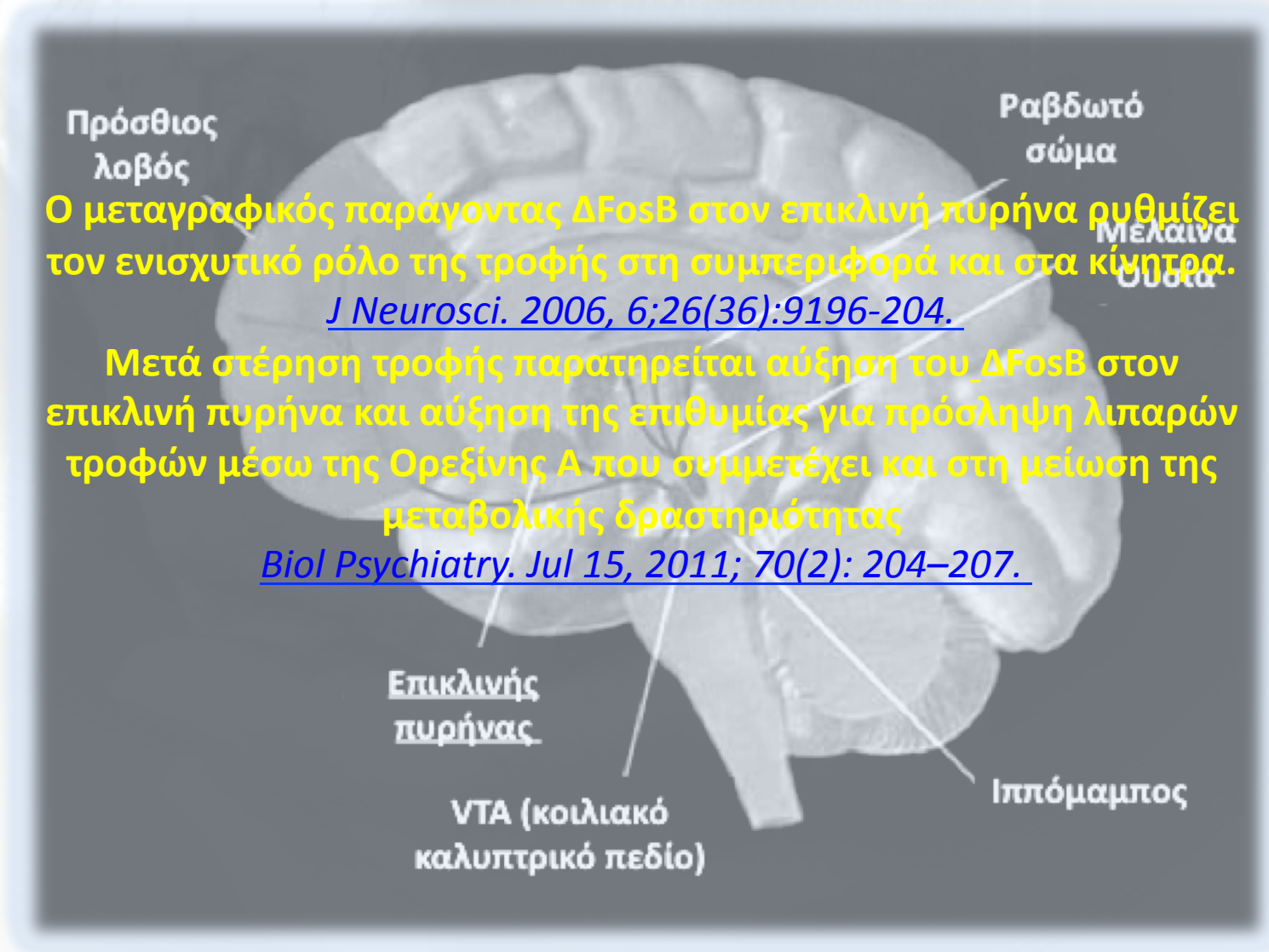
Σύστημα ανταμοιβής



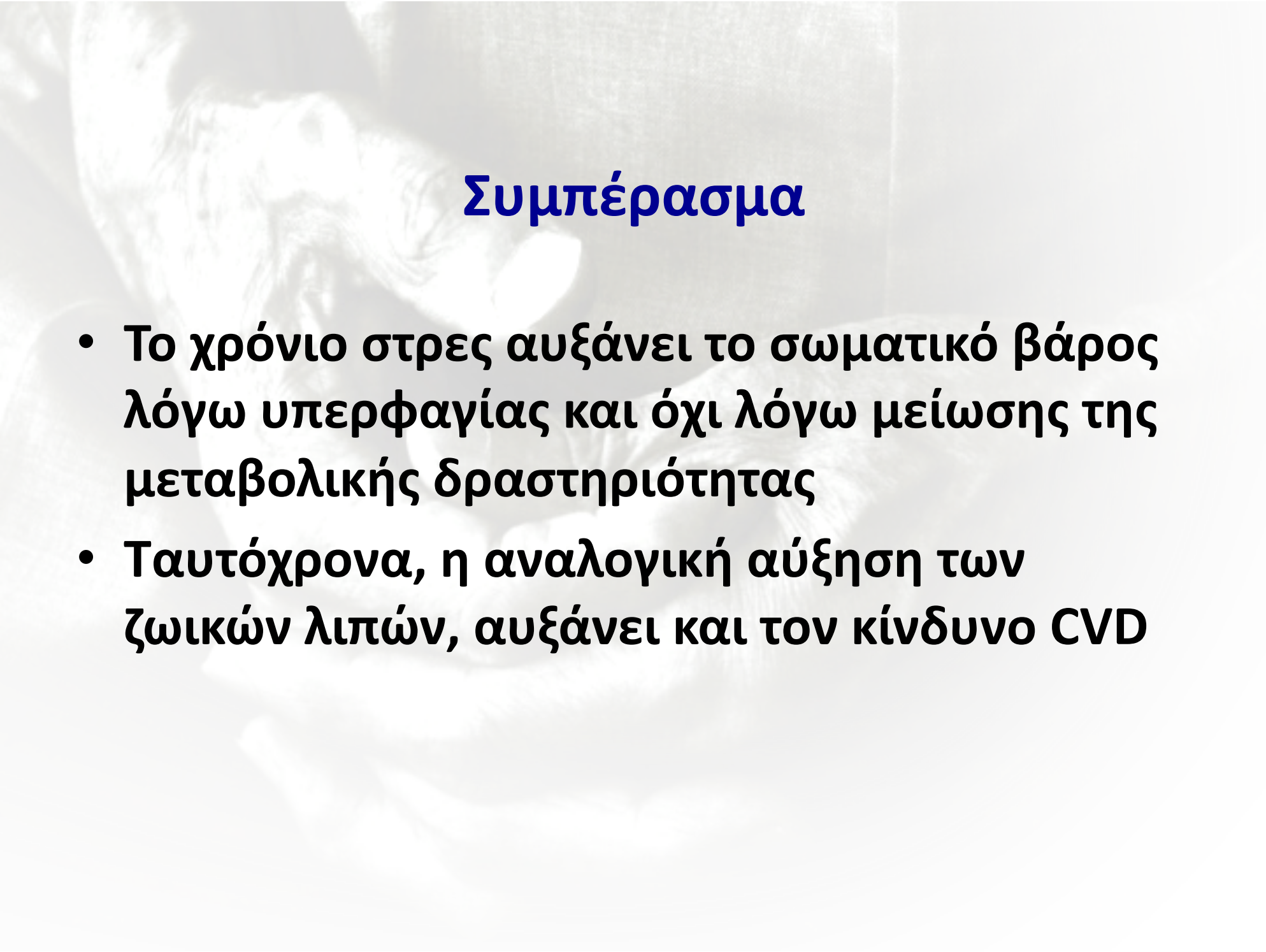
Το σύστημα ανταμοιβής είναι ένα σύνολο εγκεφαλικών δομών που έχει ως σκοπό τον έλεγχο και τη ρύθμιση της συμπεριφοράς μέσω της πρόκλησης ευχαρίστησης.

Το ντοπαμινεργικό δίκτυο

Σύστημα ανταμοιβής



Λειτουργίες: Ανταμοιβή, ευχαρίστηση, ευφορία, αρμονία κινήσεων, καταναγκασμός, στερεότυπη συμπεριφορά

A background image showing a person's hands holding a fork and knife, eating a meal. The image is faded and serves as a backdrop for the text.

Συμπέρασμα

- Το χρόνιο στρες αυξάνει το σωματικό βάρος λόγω υπερφαγίας και όχι λόγω μείωσης της μεταβολικής δραστηριότητας
- Ταυτόχρονα, η αναλογική αύξηση των ζωικών λιπών, αυξάνει και τον κίνδυνο CVD