

## „Otyłość a menopauza” w „Środzie z Profilaktyką”



## **„Otyłość a menopauza” w „Środzie z Profilaktyką”**

Data publikacji

07.07.2021 10:52

## **Tematem dzisiejszej „Środy z Profilaktyką” organizowanej przez NFZ jest profilaktyka otyłości w okresie menopauzy.**

- Ponad 53% kobiet w Polsce ma nadwagę.
- Systematycznie wzrasta odsetek osób chorych na otyłość, choroba ta występuje już u 23% kobiet.
- Około 70% kobiet w wieku około menopauzalnym ma nadmierną masę ciała.
- Prognozy nie są optymistyczne — szacuje się, że w 2025 r. kobiet chorujących na otyłość będzie aż 26%.
- Odpowiedni styl życia (dieta i aktywność fizyczna) są niezbędne w celu zmniejszenia ryzyka chorób oraz poprawy jakości życia.

Więcej informacji w poniższych materiałach informacyjnych:

[Ulotka informacyjna](#)

[Film informacyjny](#)

**Źródło:** <https://akademia.nfz.gov.pl/wp-content/uploads/2021/07/Ulotka-Profilaktyka-oty%C5%82o%C5%9Bci-w-okresie-menopauzy.pdf>

**Grafika:** <https://pixabay.com/pl/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)