

4 марта, во Всемирный день борьбы с ожирением, прошли первые мероприятия Всероссийского марафона здорового образа жизни, организованного партнером проекта «Здоровое питание» ФГБУ «НМИЦ эндокринологии».

Первой активностью в Марафоне стала социально-просветительская акция с вовлечением участников и всех желающих в открытое обсуждение предложенной организаторами темы «Национальные традиции – основа процветания государства» - в популярных социальных сетях и на медицинских форумах. Тема обсуждения полностью соответствует объявленному Указом Президента Российской Федерации В.В. Путина Году культурного наследия народов России.

В этой связи организаторы Марафона предложили реализовать мотивационные действия, призванные сохранить культурные и кулинарные российские традиции в контексте здорового образа жизни, и привлечь к этому не только врачей, но и специалистов в области питания, ресторанного бизнеса, бренд-шефов, представителей общественных организаций и других специалистов из различных регионов России.

К марафону в рамках партнерства с ФГБУ «НМИЦ эндокринологии» с экспертной и информационной поддержкой присоединился проект Роспотребнадзора «Здоровое питание».

«2022 год объявлен Годом народного искусства и нематериального культурного наследия народов России. Под воздействием разных климатических условий, доступности ресурсов, традиций и верований в каждом регионе нашей большой страны сформировались свои особенности культуры питания. Это и популярность определенных продуктов, и кулинарные традиции, и многое другое. На сайте проекта здоровое-питание.рф мы запустили интерактивную Карту питания России, где наглядно представили данные по каждому из 85 регионов. Там можно найти много интересной информации о том, как питаются россияне », – комментирует **официальный представитель Роспотребнадзора, заместитель руководителя Центра гигиенического образования населения, информационный куратор федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» Екатерина Головкова.**

В рамках марафона социальных сетей выложен [тематический видео-ролик](#), подготовленный участниками Марафона здорового образа жизни в Новосибирской области.

Заведующая эндокринологическим отделением Новосибирской областной больницы Олеся Шабельникова

и заведующая кафедрой детских болезней лечебного факультета Тюменского государственного медицинского университета Светлана Сметанина

представили

кулинарные традиции Масленицы. Они рассказали о полезности традиционного праздничного меню с точки зрения медицины и диетологии.

Синхронно с изучением этого контента у “марафонцев” есть возможность заглянуть в корпоративную столовую государственного посредника в сфере военно-технического сотрудничества Российской Федерации с иностранными государствами – АО

«Рособоронэкспорт» и побывать на встрече с **заведующей центра корпоративного питания**

Натальей Храменок, которая познавательного и ярко расскажет о традиции проведения Масленицы в этой компании, о присутствии национальных традиций в блюдах, предлагаемых сотрудникам в течение праздничной недели.

«Основной принцип “Марафона” в контексте профилактики ожирения – пропаганда здорового “осознанного” питания», – отмечает врач-диетолог, кандидат медицинских наук

Фатима Дзгоева, руководитель диетологического центра «НМИЦ эндокринологии» Минздрава России.

«Очень оригинальным, на наш взгляд, форматом погружения общественности нашей страны, нашего пациентского и врачебно-эндокринологического сообщества в тему лишнего веса и решения проблем управления им станет Всероссийский эндокринологический диктант “Вопросы ожирения”. Этот онлайн-формат при

координирующей роли «НМИЦ эндокринологии» пройдет по инициативе специалистов-эндокринологов города Воронежа и будет реализован в конце марта-начале апреля. Психологи нам подсказали, что восприятие информации через письменно-речевую включенность намного эффективнее, нежели безадресное, массовое распространение полезных знаний о пищевых привычках и здоровых моделях питания. В этом и по ряду других направлений с нами тесно будет работать **образовательный онлайн-проект “Здоровое питание” Роспотребнадзора**.

Помимо этого, мы намерены провести репрезентативный социологический опрос среди граждан Российской Федерации на тему “Отношение к национальным традициям и культуре питания”, эти мероприятия будут проводиться совместно с общественной организацией “Стройная Россия”»

, – комментирует

**директор «НМИЦ эндокринологии», член-корреспондент РАН
Наталья Мокрышева.**

Согласно плану Всероссийского марафона здорового образа жизни, который будет проходить по всей стране вплоть до начала октября 2022 года, организуются отраслевые форумы и образовательные курсы для медицинских специалистов, занимающихся ведением пациентов с избыточным весом и метаболическими нарушениями. В их числе – Первый общероссийский форум «Терапевтическое обучение в эндокринологии», Отраслевой медицинский форум «Победа над ожирением – здоровье нации», Конгресс по диабету и ожирению, а также Междисциплинарный «круглый стол» по разработке лечебно-профилактических мер снижения бремени при ожирении и сахарном диабете 2 типа.

«Отдельно хочу обратить внимание на то, что медицинское сообщество начнет более глубокую проработку правовой базы для формирования резолюции, направленной на законодательное регулирование алгоритмов оказания медицинской помощи пациентам с ожирением и метаболическими нарушениями», – отметила **Наталья Георгиевна**.

Заместитель директора «НМИЦ эндокринологии» член-корреспондент РАН

Екатерина Трошина сообщает, что на базе Центра регулярно проводятся очные школы для пациентов с ожирением, работают на постоянной основе Научно-практические школы «Беременность и эндокринопатии: от предгравидарной подготовки к здоровому материнству и детству», «Современные подходы к лечению ожирения у детей», «Ожирение: принципы эффективного лечения» и другие. На платформе Российской ассоциации эндокринологов запускается актуализированный регулярный цикл семинаров и конференций «Ожирение и коморбидность».

Екатерина Анатольевна делает акцент на том, что в ходе «Марафона здоровья» особое внимание будет уделено активизации работы с пациентским сообществом и целевыми группами российских граждан самых разных возрастных категорий. В этот блок включены онлайн-школы для больных, которые готовятся или уже перенесли бариатрические операции, специальные выпуски региональных телекомпаний «О наболевшем», диетологические мастер-классы, цикл занятий по скандинавской ходьбе и лечебной физкультуре.

В конце мая на базе «НМИЦ эндокринологии» пройдет День открытых дверей «Победим ожирение, объединив усилия». Пациентов ознакомят с современными методиками профилактики, диагностики и лечения болезней, развившихся по причине избыточного веса, проведут бесплатное экспресс-обследование, разыграют благотворительную лотерею, а также вручат призы по итогам интеллектуально-познавательных конкурсов.

Всероссийский марафон здорового образа жизни продолжается, его дальнейшие активности будут освещены на портале здоровое-питание.рф.