



Можда нисте запазили, али међу стогодишњацима практично нема гојазних. Ствар је релативно једноставна, што особа има више година тзв. таблице морталитета дају јој све мању шансу за преживљавање следећих година, а врло важан фактор ризика за многе од фаталних болести је ниво телесне тежине. Број килограма је још директније повезан са виталношћу, односно бројем година које одређена особа проживи у релативно добром здравственом стању. Бити умерене тежине након четврдесетих је вероватно најједноставнији рецепт за солидно здравље.

Интересантно је да су наше бабе, и посебно деде, углавном били људи средње тежине. Наравно, било је то због скромне исхране, која истина није нужно била здравија ('мит о здравој храни на селу'). Није спорно да је гојајност новији феномен, који почиње да поприма озбиљне размере од раних 1980-их, и то прво на Западу. Учесталост гојазности код одраслих у САД је порасла (на чак 35% 2012), и практично достигла епидемијски ниво.

Данас је гојазност глобални проблем; процењује се да је готово 30% светске популације гојазно, а референтне прогнозе указују да ће чак половина светске популације одраслих бити гојазна до 2030. Ситуација у Србији још је тек нешто боља, али су присутни лоши трендови. Наиме, међу одраслим Србима је преко половине оних који имају већу тежину него што би требало.

## Трошкови гојазности

Пише: Горан Николић  
понедељак, 11 јануар 2016 10:07



Prevalence of obesity among adults (2008)



Quartz | qz.com

Data: United Nations

[https://qzprod.files.wordpress.com/2013/11/prevalence-of-obesity-among-adults-2008-\\_chartbuilder.png?w=640](https://qzprod.files.wordpress.com/2013/11/prevalence-of-obesity-among-adults-2008-_chartbuilder.png?w=640)

## Percentage of overweight or obese children (2008 data)

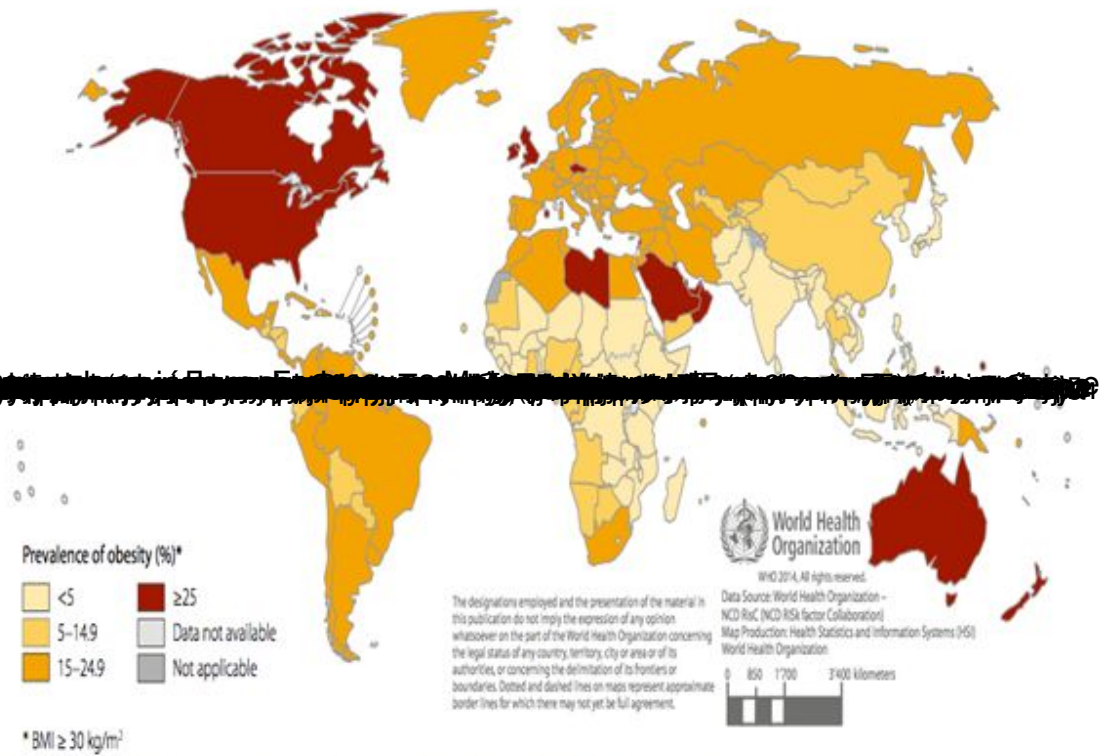
	Girls	Boys
Australia	24	22
Canada	26.1	28.9
<b>France</b>	<b>14.9</b>	<b>13.1</b>
Germany	17.6	22.6
	32.4	
	32.9	
	22.7	
		<b>35</b>



Obesity Task Force:  
[map-obesity/?map=children](#)



**Fig. 7.1** Age-standardized prevalence of obesity in men aged 18 years and over (BMI  $\geq 30$  kg/m<sup>2</sup>), 2014



<http://static4.businessinsider.com/image/54c127cfeab8ea447d9135d5-1128-515/screen%20shot%202015-01-22%20at%2010.27.46%20am.png>



## Трошкови гојазности

Пише: Горан Николић  
понедељак, 11 јануар 2016 10:07

---

