

Nowy program profilaktyki i wczesnego wykrywania nadwagi i otyłości

Komunikaty

Miasto

29.04.2026 g. 13:11



Walka z otyłością to nie tylko utrzymywanie diety - to proces, w którym kluczowe jest właściwie zdiagnozowanie problemu, a następnie znalezienie jego rozwiązania, które przyniesie nie chwilowy, a długoterminowy efekt. Warto spojrzeć szerzej - sięgnąć po pomoc dietetyka, ale i psychologa, i fizjoterapeuty. Umożliwia to udział w nowym programie realizowanym w przychodniach Centrum Zdrowia w Opolu.

Program profilaktyki i wczesnego wykrywania nadwagi i otyłości skierowany jest do uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych. Jego fundament stanowią indywidualne konsultacje z trzema specjalistami, którzy diagnozują źródło problemu, a następnie rozpisują dostosowany do potrzeb pacjenta plan leczenia.

*- To nie jest program jednego, dwóch czy trzech spotkań. To program, który obejmuje 25 godzin pracy z dzieckiem w tych trzech obszarach. Kluczowe jest połączenie trzech perspektyw: żywienia, psychologii i ruchu - podkreśla prezes Centrum Zdrowia **Tomasz Halski**.*

Program realizowany jest etapowo - rodzic zgłasza się z dzieckiem do przychodni, po spełnieniu formalności - dzieci zostaną objęte pierwszym etapem medycznym, czyli badaniami przesiewowymi. To właśnie na tym etapie zapadają najważniejsze decyzje. Na podstawie wskaźnika BMI, z uwzględnieniem wieku i płci, specjaliści ocenią stan zdrowia dziecka. Wynik powyżej 97. centyla oznacza otyłość i automatyczną kwalifikację do programu. W przypadku nadwagi (90.-97. centyl) decyzja jest uzależniona od liczby miejsc i możliwości organizacyjnych. Dzieci bez wskazań do udziału również nie pozostaną bez wsparcia - otrzymają podstawowe zalecenia profilaktyczne. Po przekazaniu wyników badań rodzicom rozpoczyna się najważniejsza część programu - cykl konsultacji specjalistycznych. Pierwsze spotkania mają charakter diagnostyczny i pozwalają dokładnie określić potrzeby młodego pacjenta. Dietetyk analizuje nawyki żywieniowe i komponuje zalecenia dostosowane do stylu życia dziecka. Psycholog (obszar behawioralny) skupia się na mechanizmach stojących za nawykami - takich jak emocjonalne jedzenie, stres, zaburzenia odżywiania czy problemy z postrzeganiem własnego ciała. Z kolei specjalista aktywności fizycznej lub fizjoterapeuta ocenia sprawność i proponuje bezpieczny, indywidualny plan ruchowy.



Program profilaktyki oraz wczesnego wykrywania **nadwagi** i **otyłości** u dzieci i młodzieży



**CENTRUM
ZDROWIA**
w Opolu Sp. z o.o.



Program skierowany jest do uczniów szkół podstawowych
i ponadpodstawowych zamieszkujących Miasto Opolea, finansowany z
budżetu Miasta Opola

SKONSULTUJ ZDROWIE ZE SPECJALISTAMI:

- **DIETETYKIEM**
- **FIZJOTERAPEUTĄ**
- **PSYCHOLOGIEM**



SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI:
77 40 20 302 (Kościuszki 2)
77 44 12 092 (Waryńskiego 30)
77 88 73 305 (Licealna 18)
77 45 15 280 (Witosa 26)
453 051 328 (Chmielowicka 2)



Na podstawie tych konsultacji tworzony jest spersonalizowany plan terapii. Program przewiduje łącznie 25 godzin wsparcia realizowanego przez wspomniany zespół specjalistów. To nie jest jednorazowa porada, lecz proces – regularne spotkania, monitorowanie postępów i modyfikowanie zaleceń w zależności od efektów. Program profilaktyki i wczesnego wykrywania nadwagi i otyłości skierowany jest do uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych. – Cieszę, że w mieście realizowany będzie ten program, bo jest to odpowiedź na rzeczywiste potrzeby dzieci i młodzieży. Liczymy, że takie podejście pozwoli nie tylko ograniczyć problem otyłości, ale przede wszystkim zmienić nawyki zdrowotne młodego pokolenia – podkreśla prezydent Opola Arkadiusz Wiśniewski. Po zakończeniu cyklu wsparcia uczestnicy ponownie spotkają się ze specjalistami w ramach konsultacji końcowych. Ich celem będzie ocena postępów oraz wskazanie dalszych kierunków pracy. Całość zamknie wizyta lekarska, podczas której omówiony zostanie wpływ programu na zdrowie dziecka oraz ewentualne dalsze leczenie.

Choć program zawiera również elementy edukacyjne i organizacyjne, to właśnie intensywna, wielospecjalistyczna opieka stanowi jego sedno. – Najistotniejsze jest to indywidualne podejście. Każdy pacjent będzie miał celowane zalecenia pod swój problem, pod swoją jednostkę chorobową – zaznacza dietetyk Dominika Tychowicz. Program realizowany będzie we wszystkich przychodniach Centrum Zdrowia, tj. przy ul. Kościuszki 2, ul. Waryńskiego 30, ul. Licealnej 18, ul. Chmielowskiej 2 i al. Witosa 26.

Program finansowany jest przez Miasto Opole. Wartość finansowania to blisko 250 tysięcy złotych.

Telefony do rejestracji:

Rejestracje dziecięce

77 40 20 302 Kościuszki 2

77 44 12 092 Waryńskiego 30

77 88 73 305 Licealna 18

77 45 15 280 Witosa 26

453 051 328 Chmielowicka 2

Autor: Daria Strąk

Załączniki

[Ulotka dotycząca programu](#)

Dane kontaktowe

Wydział Promocji

ul. Szpitalna 3b-5-7

45-010 Opole

bp [at] um.opole.pl

www.opole.pl

Lokalizacja

Tagi

Opole i kropka

program walki z nadwagą i otyłością u dzieci