



DIRECȚIA DE SĂNĂȚATE PUBLICĂ PRAHOVA

Ploiești, 100022, str. Take Ionescu 13

Data 14-10-2021

Telefon: 0244-522201

Fax: 0244-523471

Nr. 30504

Mail: [secretariat@dspph.ro](mailto:secretariat@dspph.ro) Web: [www.dspph.ro](http://www.dspph.ro)

Nr. operator date cu caracter personal: 21959

## COMUNICAT

### CAMPANIA

## LUNA NAȚIONALĂ A INFORMĂRII DESPRE EFECTELE NUTRIȚIEI/ALIMENTAȚIEI OCTOMBRIE 2021

Direcția de Sănătate Publică Prahova organizează în luna octombrie 2021 campania de informare și educare dedicată informării despre alimentația sănătoasă, respectiv semnificația consumului de fructe, legume, verdețuri și cereale integrale asupra organismului.

Alimentația nesănătoasă este unul din cei 4 factori de risc comportamental modificabili (alături de fumat, consum de alcool și inactivitatea fizică), care contribuie la apariția majorității bolilor cronice importante.

Alimentația nesănătoasă generează obezitate la copii, în creștere alarmantă în Europa și întreaga lume, cu consecințe importante asupra sănătății fizice și mentale a copiilor și un risc semnificativ de multiplicare a bolilor cronice la copii și adulți. Alimentația nesănătoasă combinată cu inactivitatea fizică crește semnificativ riscul de boli cronice netransmisibile la adulți: în special boli cardiovasculare (BCV), cancer, hipertensiune arterială (HTA), obezitate și diabet zaharat de tip 2 (DZ2).

**Scopul** campaniei: creșterea gradului de conștientizare cu privire la rolul important al fructelor, legumelor și produselor conținând cereale integrale în nutriția umană, securitatea alimentară și sănătate. Grupul țintă al campaniei este populația generală.

**Sloganul** campaniei este: **'fructele, legumele și cerealele integrale sunt elementele esențiale ale dietei.'**

**Obiectivele** campaniei:

- Informarea populației cu privire la o alimentație sănătoasă
- Conștientizarea populației în ceea ce privește riscurile unei alimentații nesănătoase
- Îmbunătățirea stării de sănătate a populației prin reducerea îmbolnăvirilor cauzate de regimul alimentar necorespunzător.

**Mesajele cheie: Susțineți o nutriție echilibrată pentru o viață sănătoasă!**

Fructele și legumele au multiple beneficii pentru sănătate, inclusiv consolidarea sistemului imunitar, care sunt esențiale pentru combaterea malnutriției în toate formele sale și pentru prevenirea generală a bolilor netransmisibile.

**- Trăiește după el, o dietă diversă!**

Fructele și legumele ar trebui consumate zilnic în cantități adecvate, ca parte a unei diete diversificate și sănătoase.

**- Inovați, cultivați, reduceți pierderile și risipa de alimente**

Inovarea, tehnologiile îmbunătățite și infrastructura sunt esențiale pentru creșterea eficienței și productivității în cadrul lanțurilor de aprovizionare cu fructe și legume, pentru a reduce pierderile și risipa.

**- Promovați sustenabilitatea!**

Lanțurile valorice durabile și favorabile incluziunii pot contribui la creșterea producției, la îmbunătățirea disponibilității, siguranței, accesibilității și accesului echitabil la fructe și legume pentru a încuraja sustenabilitatea economică, socială și de mediu.

**- Prosperitate în creștere**

Cultivarea fructelor și legumelor poate contribui la o mai bună calitate a vieții pentru fermierii de familie și comunitățile lor. Acesta generează venituri, creează mijloace de trai, îmbunătățește securitatea alimentară și nutriția și îmbunătățește reziliența prin resurse locale gestionate în mod durabil și prin creșterea agrobiodiversității.

Prin activitățile derulate dorim să conștientizăm populația generală privind beneficiile activității fizice și responsabilitatea pe care o au ei înșiși în menținerea sănătății.

**DIRECTOR EXECUTIV**

**Ec. LOGHIN Ioana**



Coordonator BNT  
Dr. Podea Cristina  
Medic Primar MG