

Az öregség nem betegség

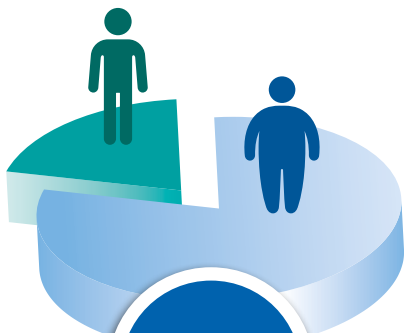
Az öregedés normális biológiai folyamat. A szervezet működése ilyenkor megváltozik, lelassul. **60 éves kor felett** gyakran alakul ki túlsúly. Ez növeli többek között a cukorbetegség, a daganatos, valamint a szív-érrendszeri betegségek kockázatát.

Túlsúly és elhízás aránya 60 éves kor alatt



56%

Túlsúly és elhízás aránya 60 éves kor felett



80%

Forrás: OTÁP 2009, 2014

Őrizze meg egészséges testsúlyát azzal, hogy változtat a táplálkozási szokásain!

Tudjon meg többet! Látogasson el a merokanal.hu weboldalra!

Jelen számlap az EFOP-1.8.10-VEKOP-17-2017-00001 azonosító számú, Komplex egészségvédelem és szemléletfejlesztés a táplálkozás és gyógyszerfogyasztás területén című kiemelt projekt, T02 Kardiovaszkuláris és onkológiai kliensutak mentén idősek helyes táplálkozási szokásainak fejlesztése munkacsomagban zajló munka eredménye.