

Obezita a s ní ruku v ruce inzulinorezistence se v posledních desetiletích stala nejčastějším onemocněním na světě. Nárůst výskytu obezity a metabolického syndromu je celosvětově veřejným, zdravotnickým i klinickým problémem. Co je horší, obézních lidí den ode dne neustále enormně přibývá a dostává tak charakteru celosvětové epidemie. Stoupající výskyt obezity souvisí s přejímáním amerického životního stylu. Lidé dnes tráví čas hlavně u televize a ve svých kancelářích, stravují se ve fast foods a místo pohybu se vozí v autech. Tento způsob života přenášejí na své děti, a tak dnes pozorujeme výrazný nárůst obezity i u nejmladších věkových skupin. Tyto děti mají bohužel zvýšenou šanci zůstat obézními i v dospělosti.

Na světě je dnes 1,1 miliardy dospělých jedinců s nadváhou nebo obezitou a z nich je asi 320 miliónů osob obézních (osob s BMI > 30). Různé oblasti světa se významně liší s ohledem na prevalenci obezity. Čím dál tím více se však na celosvětové epidemii obezity podílí rozvojový svět. Obezita se tak stává postupně problémem i v zemích, kde se dříve skoro nevyskytovala. Prevalence obezity v evropských zemích dosahuje 10 – 40 %. [1] Přičemž státy střední a východní Evropy spolu s Českou republikou se řadí do čela evropského žebříčku prevalence obezity! Rozdíly v prevalenci obezity v různých zemích mohou být způsobeny rozdílnou náchylností ke vzniku obezity podmíněnou geneticky, ale taky rozdílnými vnějšími podmínkami. Ty jsou dány hlavně energetickým příjmem a energetickým výdejem.

Obezita spolu s dalšími metabolickými a hemodynamickými abnormalitami (diabetes mellitus 2. typu, dyslipidémie, hypertenze, inzulinová rezistence-IR) jsou hlavními součástmi metabolického syndromu (MS), který představuje vysoké riziko kardiovaskulárních komplikací (ischemická choroba srdeční, infarkt myokardu, cévní mozkové příhody). Při výkladu příčin MS je zdůrazňována obezita a nadměrný příjem potravy. Ukazuje se však, že nízká

úroveň tělesné zdatnosti spojená s fyzikou inaktivitou, typická pro osoby s inzulínorezistencí, je větším rizikem pro vznik kardiovaskulárních onemocnění než obezita samotná.