

***Táplálkozási kockázatokkal összefüggő kardiovaszkuláris halálozás a WHO Európai Régiójában 1990 és 2019 között; Global Burden of Disease Study***

European Journal of Preventive Cardiology (2024; DOI: [10.1093/eurjpc/zwae136](https://doi.org/10.1093/eurjpc/zwae136)) ;

Published: 15 April 2024

**Kulcsszavak:** népegészségügy, táplálkozás, kardiovaszkuláris halálozás, Egészségügyi Világszervezet Európai Régiója + Mongólia, Európa

**Forrás**                    **Internet-helye:**                    <https://academic.oup.com/eurjpc/advance-article/doi/10.1093/eurjpc/zwae136/7646010?login=false>

A *Friedrich-Schiller-Universität Jena*, az *Institut für nachhaltige Land- und Ernährungswirtschaft (INL)*, valamint a *nutriCARD* kompetenciaklaszter közös tanulmánya szerint az *Egészségügyi Világszervezet Európai Régiójában* évente 1,55 millió ember hal meg a helytelen táplálkozás miatt. A tanulmány a *Global Burden of Disease Study* adatai alapján készült.

A kutatók a táplálkozásnak a kardiovaszkuláris halálozásra gyakorolt hatását értékelték az 1990 és 2019 közötti időszak vonatkozásában. Ennek során a szív- és érrendszeri megbetegedések 13 különböző típusát és a táplálkozási tényezők 13 különböző változatát elemezték. Európában minden hatodik haláleset a helytelen táplálkozásnak tulajdonítható. Szív- és érrendszeri megbetegedéseknél a halálesetek egyharmada.

Az Európai Unió 27 tagállamára 600.000 idő előtti haláleset jut. Százalékosan legtöbben Szlovákiában (48%) és Fehéroroszországban (47%) halnak meg táplálkozással összefüggő szív- és érrendszeri megbetegedésben. Ez az arány Spanyolországban (24%) és Németországban (31%) a legalacsonyabb.

***Az idő előtti halálozásra legnagyobb hatást gyakorló táplálkozási tényezők:*** túl kevés teljes kiőrlésű termék (21%), túl kevés hüvelyes (15%), ill. túl sok só (12%) és túl sok vörös hús (9%) fogyasztása.

***A leggyakoribb halálokok:*** ischémias szívbetegségek, mint a szívkoszorúér betegségei, a stroke és a hipertenzív szívbetegség. Az érintettek a halálesetek 30%-ánál 70 év alattiak.

Jóllehet a táplálkozási kockázatokkal összefüggő halálesetek száma világviszonylatban a népességnövekedéssel és a várható élettartam növekedésével összefüggésben növekedik, az összes halálesethez viszonyított aránya összességében csökken. A táplálkozási kockázatokkal összefüggő szív- és érrendszeri megbetegedések aránya 2019. óta valamelyest növekedett. Az aktuális eredmények ismételten megerősítik a kiegyensúlyozott táplálkozásnak a szívegészségre gyakorolt preventív potenciálját.