



The Diogenes Project – Diet, Obesity & Genes
Targeting the obesity problem: seeking new insights & routes to prevention
Project Co-ordinator:
Prof Wim Saris, University of Maastricht
EC funded Sixth Framework Project Contract No: FP6-513946
Priority 5: Food Quality & Safety

www.diogenes-eu.org

Tisková zpráva:

Vydána 18.dubna 2008

JAK ZASTAVIT OPĚTNÝ VZESTUP VÁHY? TO JE ZÁVAŽNÁ OTÁZKA.

Většina z nás může zpočátku zhubnout. Udržet to je ale jiný problém!

Neschopnost zvládnout přírůstek na váze a opakované zvýšení váhy během života pomáhá podporovat epidemii obezity u dospělých i u dětí v celé Evropě. Úspěšná účast více než 400 rodin v 8 zemích v největší evropské studii dietní intervence, koordinovaná projektem Diogenes¹ financovaným EU, však pomáhá řešit tento zásadní problém.

Klíčovým zájmem studie Diogenes je rozpoznat nejúčinnější dietu, abychom pomohli dospělým zastavit opětný vzestup váhy po úspěšném počátečním zhubnutí.

K účasti na studii Diogenes museli dospělí členové rodin zhubnout nejméně 8% své váhy předtím, než rodina byla přijata k „léčebné části“ studie pomocí diety a byla náhodně vybrána k dodržování jedné z 5 diet.

763 účastníků bylo úspěšných a zhublo celkem 8500 kg, to odpovídá váze 4 plně vzrostlých sloních samců a průměru 11,2 kg na osobu (*viz poznámky dole pro ilustraci bez copyright*).

Po úspěšné fázi poklesu váhy bylo 565 rodin (763 dospělých a 787 dětí) náhodně vybráno k dodržování diety s vysokým nebo s nízkým obsahem bílkovin a s vysokým nebo s nízkým glykemickým indexem. Pátá dieta, kontrolní, byla založena na obvyklé stravě rodiny, ale s doplňující radou o zahrnutí zdravých jídel.

Ve dvou centrech (v Kodani a v Maastrichtu) byl nastaven „supermarketový model“, který poskytoval rodinám po dobu 6 měsíců jídlo zdarma, následujících 6 měsíců pak pokračovalo dietní poradenství a podpora. Ostatních 6 center (Velká Británie, Bulharsko, Kréta, Česká republika, Německo a Španělsko) poskytovalo pouze dietní poradenství a podporu.

Skutečným cílem výzkumné studie Diogenes je prevence opětného zvýšení váhy po počátečním zhubnutí,“ uvádí prof. Arne Astrup, koordinátor studie dietní intervence v 8 zemích, jedné z 5 výzkumných linií organizovaných projektem Diogenes. „Většina z nás může ubrat na váze, pokud se na to soustředíme – ale už nejsme tak dobří v tom, abychom to udrželi“.

„V České Republice studii zahájilo více než 100 dospělých a kolem 100 dětí, sledování po 8 měsících ukončilo 68 dospělých s průměrným úbytkem váhy 11 kg po první fázi studie. Tento úbytek si udrželi i po šestiměsíční výzkumné dietě, průměrný úbytek váhy po 8 měsících v programu byl 10,5kg.“ uvádí koordinátorka projektu Diogenes v ČR doc.Marie Kunešová z Endokrinologického ústavu v Praze..

¹ Diogenes – Diet, Obesity & Genes – je 5letý panevropský program financovaný EU, který integruje studie dietní, genetické, fyziologické, psychologické/behaviorální (týkající se chování) a potravinářské technologie. www.diogenes-eu.org

Tisková zpráva končí.
Zdroje pro média

Informace v o české účasti ve studii: doc.MUDr. Marie Kunešová, CSc. mkunesova@endo.cz, tel +420224905104

1. Rozhovory jsou dostupné s:

Professor Arne Astrup, Co-ordinator RTD1: Dietary Intervention Study
To organise interview please contact:
Christina Cuthbertson ccu@life.ku.dk, +45 353 32477

Professor Wim HM Saris – Executive Director, Diogenes Project
To organise interview please contact:
Desiree Morales desiree.morales@hb.unimaas.nl, +31 43 3881743

2. Na stránce Diogenes www.diogenes-eu.org/News/FILM.asp je dostupné DVD popisující a ilustrující dietní intervenci v 8 zemích v rámci studie Diogenes. Přístup k filmu je z home page

3. Ilustrace níže je k použití bez copyrightu. Prosím kreditujte projekt Diogenes a použitou webovou stránku, pokud ji použijete © Diogenes www.diogenes-eu.org



Poznámky pro editory

1. Diogenes www.diogenes-eu.org vede profesorem Wim Saris (Maastricht), jedná se o panevropský výzkumný program financovaný EU, zaměřený na problematiku obezity z hlediska diety: hledání nových pohledů a nových cest pro prevenci. Jedná se o Integrovaný projekt 6. rámcového programu pro výzkum a technologický vývoj (2005-2009). Název Diogenes je akronym pro projekt a znamená 'Dieta, Obezita a Geny'. Diogenes integruje studie dietní, genetické, fyziologické, psychologické/behaviorální (týkající se chování) a potravinářské technologie.

2. 8 zúčastněných zemí ve studii dietní intervence je: Dánsko, Řecko (Kréta), Španělsko, Česká republika, Holandsko, Bulharsko, Velká Británie a Německo.

3. Další informace o RTD1 – Obesita a složení živin v dietě (koordinátor prof. Arne Astrup, Kodaň, Dánsko)

Složení živin v dietě má zřejmě úlohu v určení celkového příjmu energie za den. Bylo zjištěno, že bílkoviny způsobují větší stupeň sytosti a mají vyšší účinek na povzbuzení výdeje energie ve srovnání s tuky a sacharidy (cukry). Navíc bylo navrženo, že sacharidy s nízkým glykemickým indexem více zvyšují sytost než sacharidy s vysokým glykemickým indexem. Tyto důkazy, které vedly k některým velmi rozšířeným dietním doporučením, vyšly ze studií s omezeným trváním, počtem sledovaných osob a typů a dietních proměnných.

Jádrem RTD1 je 6-12měsíční studie s dietní intervencí zahrnující aspoň 350 rodin (obézní rodiče nebo rodiče s nadváhou a jejich děti) v 8 evropských centrech. Všichni dospělí ukončili 8týdenní fázi poklesu hmotnosti s pevně stanoveným nízkým příjmem energie. Potom byly rodiny náhodně vybrány do jedné z 5 dietních skupin, které se lišily v glykemickém indexu potravin a množství bílkovin. Cílem této kontrolované intervenční studie je zjistit účinnost těchto diet v prevenci jednorázového nebo opakovaného vzestupu hmotnosti. Intervenční studie vytváří informace a materiál pro další větve RTD 2,3 a 4 a může ověřit nové potravinové koncepty z RTD5.

KONEC/