



**Θέση των Ομάδων Εργασίας του ΠΣΔΔ  
σχετικά με πρόσφατες δημόσιες τοποθετήσεις  
για τη διατροφή, το σωματικό βάρος και την υγεία**

**ΟΕΚΔ**

**ΕΔΙΣ**

**22/05/2026**

Η Ομάδα Εργασίας Κλινικής Διατροφής και η Επιτροπή Διαφορετικότητας, Ισότητας και Συμπεριληπτικότητας του ΠΣΔΔ εκφράζουν την έντονη αντίθεσή τους σε πρόσφατες δημόσιες τοποθετήσεις σχετικά με τη διατροφή, το σωματικό βάρος και την υγεία, οι οποίες χαρακτηρίζονται από επιστημονικές ανακρίβειες, υπεραπλουστεύσεις και στιγματιστική ρητορική.

Σε μια εποχή όπου η επιστημονική γνώση είναι ευρέως διαθέσιμη, η αναπαραγωγή απόψεων όπως ότι «η απώλεια βάρους είναι, απλώς, αποτέλεσμα μείωσης του φαγητού» ή ότι «η κατανάλωση ζάχαρης οδηγεί στην εμφάνιση καρκίνου» δεν ανταποκρίνεται στα σύγχρονα επιστημονικά δεδομένα και ενέχει τον κίνδυνο παραπλάνησης του κοινού.

Η παχυσαρκία αναγνωρίζεται διεθνώς ως χρόνια και πολυπαραγοντική νόσος, η οποία επηρεάζεται από ένα σύνθετο πλέγμα βιολογικών, ψυχολογικών, κοινωνικών και περιβαλλοντικών παραγόντων. Η υγεία δεν μπορεί να αξιολογείται αποκλειστικά με βάση το σωματικό βάρος, ούτε η διαχείρισή του να αποδίδεται μονοδιάστατα στην ατομική ευθύνη ή τη «θέληση». Η αντιμετώπιση της παχυσαρκίας και των σχετιζόμενων νοσημάτων απαιτεί διεπιστημονική, εξατομικευμένη και επιστημονικά τεκμηριωμένη προσέγγιση, με τη συμμετοχή κατάλληλα εκπαιδευμένων επαγγελματιών υγείας με νόμιμη άδεια άσκησης επαγγέλματος, μεταξύ των οποίων και οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι.



Παράλληλα, η διεθνής επιστημονική κοινότητα δίνει ολοένα και μεγαλύτερη έμφαση στην ανθρωποκεντρική προσέγγιση της φροντίδας και στη χρήση συμπεριληπτικού, μη στιγματιστικού λόγου. Η παχυσαρκία δεν αποτελεί προσωπική αποτυχία. Τα άτομα που ζουν με παχυσαρκία αντιμετωπίζουν συχνά κοινωνικές, ψυχολογικές και σωματικές προκλήσεις, οι οποίες επιβαρύνονται από δημόσιες τοποθετήσεις που αναπαράγουν στερεότυπα, ενοχοποίηση και απαξιωτικές αντιλήψεις για το σωματικό βάρος.

Το στίγμα γύρω από την παχυσαρκία συνιστά σημαντικό εμπόδιο για την υγεία, καθώς συνδέεται με αυξημένο άγχος, κοινωνική απομόνωση, καθυστέρηση στην αναζήτηση φροντίδας και δυσμενέστερες εκβάσεις υγείας. Για τον λόγο αυτό, οι επαγγελματίες υγείας, αλλά και όλα τα πρόσωπα που διαμορφώνουν τον δημόσιο λόγο, φέρουν την ευθύνη να επικοινωνούν με τρόπο επιστημονικά τεκμηριωμένο, ακριβή και απαλλαγμένο από στιγματιστικές αναφορές.

Ο δημόσιος διάλογος γύρω από τη διατροφή και την υγεία οφείλει να βασίζεται σε έγκυρα επιστημονικά δεδομένα και όχι σε απλουστευτικές ή ατεκμηρίωτες γενικεύσεις. Μόνο έτσι διασφαλίζεται η ορθή ενημέρωση του κοινού, η προστασία της δημόσιας υγείας και η ισότιμη πρόσβαση όλων των ανθρώπων σε ποιοτική και αξιοπρεπή φροντίδα.