



Проф. д-р Стефка Петрова

Проф. д-р Стефка Петрова е професор по хранене и диететика в Националния център по общественото здраве и анализи. Специализирала е в САЩ, Англия и други страни. Проф. Петрова е ръководител и участник в 25 национални и 12 международни научни проекта. Ръководител е на националните проучвания на храненето и хранителния статус на населението в България в различна възраст; ръководител е на експертната група, която разработва и актуализира физиологичните норми за

хранене в България и националните препоръки за здравословно хранене. Проф. Петрова участва в разработване на наредбите на МЗ за здравословно хранене в детските заведения и училищата и е основен автор на ръководства за хранене на деца в различна възраст, включително от 0 до 3-години. Член е на световната мрежа на експертите по хранене в ранния живот.

В продължение на 20 години проф. Петрова е била ръководител на направление Храни и хранене, 16 години Национален консултант на МЗ по „Хранене и диетика” и представител на България по хранене в Европейското бюро на СЗО, 5 години – член на Групата на Високо Ниво по Хранене към Европейската комисия. Била е заместник директор и директор на Националния център по общественото здраве.

Проф. Петрова има над 150 научни публикации и над 180 участия в научни форуми у нас и в чужбина. Член е на редакционни колегии на научни списания, на национални и международни научни дружества.

ХРАНЕНОТО В РАННИЯ ЖИВОТ - ВЪЗМОЖНОСТИ ЗА НАМАЛЯВАНЕ НА РИСКА ОТ ЗАТЛЪСТЯВАНЕ И ХИПЕРТОНИЯ

Проф. д-р Стефка Петрова, дм

Национален център по общественото здраве и анализи

Промените в развитието, предизвикани от храненето през първите 1000 дни от живота (от зачеването до навършване на 2 години) имат дълготраен ефект като повлияват метаболизма и здравето много десетилетия по-късно. За метаболитното програмиране на здравния риск през ранния живот голяма роля има хранителният статус на майката преди концепцията и по време на бременността, тъй като майчиният организъм създава най-ранната среда за експозиция на развиващия се фетус. Ниското тегло при раждане, свързано със забавен растеж на плода, увеличава риска от коремно затлъстяване, хипертония, коронарна болест на сърцето, диабет тип 2, метаболитен синдром. Рискът за рестрикция на феталния растеж съществено се увеличава при нисък ИТМ на майката преди забременяване, ниско наддаване на тегло по време на бременност, при дефицит на желязо и витамин D през бременността. От друга страна, затлъстяването на майката преди концепцията и високото наддаване на тегло през бременността увеличават риска от затлъстяване на потомството и свързаните с него сърдечно-съдови заболявания и диабет. Изключителното кърмене на децата през първите 6 месеца е свързано с плавен линеен растеж и намаляване риска от затлъстяване и диабет в детска и по-късна възраст. Прехранването и наднормено тегло в ранна детска възраст увеличават риска от метаболитен синдром. Убедителните доказателства за ключовата роля на храненето през ранния живот за метаболитно програмиране на риска от хронични болести, включително затлъстяване и хипертония, показват, че съществуват реални възможности за първична профилактика на тези заболявания.