

## **“Osteoporosis Kanada rozpoczyna program profilaktyczny dla dorosłych powyżej 50 r.ż.”**

*Tłumaczenie z:*

*„Osteoporosis Canada launches a model prevention program for adults over 50”  
OsteoporosisAction No. 3 vol. 10 2006*

Nowy model programu edukacyjnego dla osób po 50 r.ż., finansowany przez lokalny rząd, został opracowany w Ontario przez Osteoporosis Canada.

W przybliżeniu 40% populacji ludzi starszych w Kanadzie żyje w Ontario, najbardziej zaludnionej prowincji tego kraju. Z powodu starzenia się społeczeństwa, przewiduje się, że do roku 2016 ludzie starsi będą stanowili około 16,2 % ludności. Od momentu, gdy ¼ kobiet i co najmniej 1/8 mężczyzn w wieku powyżej 50 lat ma osteoporozę, Osteoporosis Canada i jej kluczowi partnerzy skupiają się na programach edukacyjnych i profilaktycznych dla tej grupy wiekowej. Programy te są możliwe do realizacji dzięki ustawicznemu dofinansowaniu z rządu prowincji, który w 2005 roku ogłosił przełomową ‘Osteoporosis Strategy’.

Nowy program ‘Break Through’ jest częścią całości strategii. Propaguje on w szczególności całościowe podejście do osteoporozy. Dostarcza on podstawowych informacji o chorobie, odżywianiu i ćwiczeniach mówiąc równocześnie o środkach popularyzacji programu w społeczności. Program, oprócz edukacji, oferuje również treningi (takie jak trening aerobowy, wzmacniający mięśnie i korygujący postawę) pozwalające uczestnikom programu brać w nim czynny udział. Zostały opracowane różnego rodzaju materiały, włącznie z płytami DVD, z instrukcjami postępowania i ćwiczeń opracowanymi zarówno dla profesjonalistów jak i pacjentów dla lepszego przyswojenia informacji. Opracowano również zestawy, również w wersji dla profesjonalistów i dla pacjentów, zawierające odpowiednie ulotki i broszury napisane łatwo przyswajalnym dla laika językiem.

Program ‘Break Through’ ma zwiększyć świadomość i wiedzę na temat osteoporozy wśród ludzi starszych oraz ma odegrać istotną rolę w profilaktyce utraty masy kostnej i w maksymalizacji sprawności funkcjonalnej ludzi starszych.

*Tłumaczenie: mgr Bartosz Trybulec*