

Δελτίο Τύπου

Η Novo Nordisk αμφισβητεί τον μύθο της «θέλησης», καθώς νέα έρευνα αποκαλύπτει μια ευρέως διαδεδομένη παρανόηση για την παχυσαρκία.

Αθήνα, 19 Ιανουαρίου 2026 – Καθώς εκατομμύρια άνθρωποι εγκαταλείπουν τις αποφάσεις τους για το νέο έτος σε μια ημέρα που συχνά αποκαλείται “Quitters’ Day” μια νέα ευρωπαϊκή έρευνα (πηγή: Focal Data) της Novo Nordisk αποκαλύπτει το βαθύ αίσθημα απομόνωσης και στιγματισμού που βιώνουν τα άτομα που πάσχουν από παχυσαρκία. Τα ευρήματα υπογραμμίζουν την επιτακτική ανάγκη να αλλάξει η συζήτηση γύρω από τη διαχείριση του σωματικού βάρους, ξεπερνώντας τη λογική της ατομικής «θέλησης» και υιοθετώντας μια πιο ολιστική προσέγγιση που υποστηρίζεται από την κοινότητα.

Η έρευνα που διεξήχθη σε πέντε ευρωπαϊκές χώρες, ανέδειξε ότι σχεδόν οι μισοί (43%) των ερωτηθέντων, δε γνωρίζουν ότι ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) κατηγοριοποιεί την παχυσαρκία ως μια σύνθετη, χρόνια νόσο. Αυτή η ευρέως διαδεδομένη παρανόηση τροφοδοτεί το επιζήμιο αφήγημα, ότι η διαχείριση της παχυσαρκίας είναι απλώς θέμα «να τρως λιγότερο και να κινείσαι περισσότερο».

Για όσους ζουν με παχυσαρκία, η πίεση των πρωτοχρονιάτικων αποφάσεων και δεσμεύσεων μπορεί να είναι ιδιαίτερα απομονωτική. Η έρευνα δείχνει ότι το 55% των ατόμων με παχυσαρκία, τα οποία προσπαθούν να διαχειριστούν το βάρος τους, τον Ιανουάριο αναφέρουν την έλλειψη υποστήριξης ως το μεγαλύτερο εμπόδιο στη συνέχιση των προσπάθειών τους.

*«Η κουλτούρα των αποφάσεων και δεσμεύσεων για το νέο έτος, αν και βασισμένη σε καλές προθέσεις, συχνά ενισχύει μια επιβλαβή και απλοϊκή άποψη για την παχυσαρκία. Μπορεί να οδηγήσει σε αδικαιολόγητη επίρριψη ευθυνών και στιγματισμό όταν οι προσπάθειες αποτυγχάνουν», αναφέρει ο κ. **Ολύμπιος Παπαδημητρίου**, Γενικός Διευθυντής της Novo Nordisk Hellas, συμπληρώνοντας πως «τα δεδομένα είναι σαφή: σχεδόν οι μισοί από τους ανθρώπους οι οποίοι ζουν με παχυσαρκία, αισθάνονται ότι η κοινωνία παρερμηνεύει την κατάστασή τους, θεωρώντας την επιλογή τρόπου ζωής και όχι χρόνια νόσο που είναι στην πραγματικότητα».*

Η Novo Nordisk καλεί σε μια αλλαγή τόσο στον τρόπο που μιλάμε όσο και στον τρόπο που δρούμε. Αντί να εστιάζουμε σε προσωρινές λύσεις, είναι απαραίτητο να στρέψουμε

την προσοχή μας στη δύναμη της «συλλογικής φροντίδας» – ενός υποστηρικτικού δικτύου επαγγελματιών υγείας, οικογένειας, φίλων και της κοινότητας, που θα ενώνει δυνάμεις γύρω από τον άνθρωπο, στηρίζοντας με αυτό τον τρόπο την επίτευξη και διατήρηση κάλων επιπέδων υγείας.

«Η διαχείριση της παχυσαρκίας είναι ένα μακρύ ταξίδι που απαιτεί θάρρος, και δεν πρέπει να είναι μοναχικό» προσθέτει ο κ. Παπαδημητρίου. «Μετατοπίζοντας την εστίασή μας από την απώλεια βάρους προς την ολιστική ευεξία και ενισχύοντας τον σχηματισμό ισχυρών, υποστηρικτικών κοινοτήτων, μπορούμε να μετατρέψουμε την ημέρα που είναι ευρέως γνωστή ως «Ημέρα των Αποτυχημένων», σε μια ημέρα ανανεωμένης συλλογικής δέσμευσης. Είναι καιρός να ξεπεράσουμε τις ενοχές και να προχωρήσουμε προς μια πιο συμπονετική, αποτελεσματική και επιστημονικά τεκμηριωμένη προσέγγιση στη διαχείριση της παχυσαρκίας».

Η παχυσαρκία σήμερα, αποτελεί μία από τις μεγαλύτερες προκλήσεις για τη δημόσια υγεία, με 1 στους 7 ανθρώπους να επηρεάζεται από τη νόσο σε παγκόσμιο επίπεδο και 2 δισεκατομμύρια ανθρώπους να αναμένεται να επηρεαστούν κατά την επόμενη δεκαετία. Για πολλούς αυτό σημαίνει μειωμένη υγεία και ποιότητα ζωής, ενώ ταυτόχρονα η παχυσαρκία δημιουργεί ένα σημαντικό κοινωνικό και οικονομικό βάρος εξαιτίας των επιπλοκών ή των συννοσηροτήτων που αυτή επιφέρει.

«Είμαστε δεσμευμένοι να αποτελέσουμε μέρος της λύσης» δηλώνει ο κ. Παπαδημητρίου. «Αυτό απαιτεί συνεχή καινοτομία και έρευνα στη θεραπεία της παχυσαρκίας ως χρόνιας νόσου, αλλά και αναγνώριση της ανάγκης για μια πιο ολιστική προσέγγιση, στην υγεία. Είναι μια πρόκληση που πρέπει να αντιμετωπίσουμε μαζί, για την υγεία των ανθρώπων και της κοινωνίας μας.»

Βασικά ευρήματα:

- 55% των ατόμων με παχυσαρκία που προσπαθούν να διαχειριστούν το βάρος τους, τον Ιανουάριο αναφέρουν την έλλειψη υποστήριξης ως το μεγαλύτερο εμπόδιο στη συνέχιση της προσπάθειας.
- 43% των συμμετεχόντων, δεν γνωρίζουν ότι ο ΠΟΥ αναγνώρισε την παχυσαρκία ως χρόνια νόσο.
- Σχεδόν οι μισοί (48%) από τους ανθρώπους που ζουν με παχυσαρκία, αισθάνονται ότι η κοινωνία αντί να κατανοεί την πάθηση ως χρόνια νόσο, τη βλέπει ως επιλογή τρόπου ζωής.
- 85% των συμμετεχόντων πιστεύουν ότι τα άτομα με παχυσαρκία βιώνουν σε μέτριο έως πολύ μεγάλο βαθμό άδικη μεταχείριση ή επίκριση λόγω του βάρους

τους, γνωστό ως στίγμα βάρους. Ενώ 81% θεωρούν ότι τα στερεότυπα γύρω από την εικόνα του σώματος και του βάρους, έχουν σήμερα αρνητική επίδραση στην κοινωνία.

- 73% των ατόμων με παχυσαρκία, συμφωνούν ότι οι συζητήσεις θα πρέπει να επικεντρώνονται περισσότερο στη συνολική υγεία και ευεξία και όχι αποκλειστικά στους αριθμούς απώλειας βάρους. 89% των ατόμων με παχυσαρκία, δηλώνουν ότι η παχυσαρκία επηρεάζει αρνητικά την ψυχική τους υγεία, με το 72% εξ αυτών να επηρεάζεται μέτρια έως σοβαρά. Το 86% των ατόμων με παχυσαρκία, δηλώνουν ότι η παχυσαρκία επηρεάζει τις κοινωνικές τους αλληλεπιδράσεις, με το 66% να δηλώνει ότι τις επηρεάζει μέτρια έως σοβαρά.
- Μόλις 18% των ατόμων με παχυσαρκία αισθάνονται ότι οι επαγγελματίες υγείας κατανοούν πλήρως τις ανησυχίες και τα προβλήματά τους.

Σχετικά με την έρευνα:

- Η έρευνα διεξήχθη από την Focal Data, για λογαριασμό της Novo Nordisk στη Γερμανία, την Ιταλία, την Πολωνία, τη Γαλλία και την Ισπανία, μεταξύ 11 και 15 Δεκεμβρίου 2025.
- Συμμετείχε ένα αντιπροσωπευτικό δείγμα 10.452 ενηλίκων (2000 ανά χώρα), συμπεριλαμβανομένης μιας ομάδας 2.617 ατόμων, τα οποία πάσχουν από παχυσαρκία. Τα δείγματα είχαν ισορροπημένη κατανομή μεταξύ των δύο φύλων.
- Η έρευνα συμμορφώνεται με όλες τις κατευθυντήριες γραμμές της Market Research Society (MRS).

Σχετικά με τη Novo Nordisk

Η Novo Nordisk είναι μια κορυφαία παγκόσμια εταιρεία υγείας, που ιδρύθηκε το 1923 στη Δανία. Σκοπός μας είναι να οδηγήσουμε την αλλαγή για την αντιμετώπιση σοβαρών χρόνιων νοσημάτων, βασισμένοι στην ισχυρή μας κληρονομιά στον διαβήτη. Το πετυχαίνουμε πρωτοπορώντας σε επιστημονικές ανακαλύψεις, διευρύνοντας την πρόσβαση στα φάρμακά μας και εργαζόμενοι για την πρόληψη και, τελικά, τη θεραπεία των νοσημάτων. Η Novo Nordisk απασχολεί περίπου 78.500 εργαζόμενους σε 80 χώρες και διαθέτει τα προϊόντα της σε περίπου 170 χώρες. Περισσότερες πληροφορίες στο: novonordisk.com, [Facebook](#), [X](#), [LinkedIn](#), [YouTube](#).

Σχετικά με τη Novo Nordisk στην Ελλάδα

Η Novo Nordisk δραστηριοποιήθηκε στην Ελλάδα το 1979, με τη διακριτική επωνυμία «Νόβο Ελλάς Φαρμακευτική Ε.Π.Ε.», εισάγοντας προϊόντα για το σακχαρώδη διαβήτη. Από τότε έως και σήμερα, κατέχει ηγετική θέση στην Ελληνική Φαρμακευτική Αγορά, αυξάνοντας διαρκώς το χαρτοφυλάκιο της και επενδύοντας στην πρόληψη και έγκαιρη διάγνωση της νόσου του σακχαρώδη διαβήτη, στην αντιμετώπιση της παχυσαρκίας, της αιμορροφιλίας και των διαταραχών ανάπτυξης. Η εταιρεία φέρει από το 1991, την ονομασία Νόβο Νόρντισκ Ελλάς Ε.Π.Ε. Τα τελευταία χρόνια, εκτός από το συνεχώς αυξανόμενο χαρτοφυλάκιο προϊόντων, η εταιρεία έχει έντονη δραστηριότητα στον τομέα των κλινικών μελετών στην Ελλάδα, υλοποιώντας κατά βάση κλινικά προγράμματα για λογαριασμό της μητρικής εταιρείας.

Επισκεφθείτε τα: www.novonordisk.gr, www.mintoxeisvaros.gr,
<https://www.facebook.com/novonordiskgreece>

Για περισσότερες πληροφορίες:

Ευριπίδης Γουργουλίδης

Senior Communication & Public Affairs Lead in Greece & Cyprus

+306937275626

evgu@novonordisk.com